
Programme de Formation

COMCOLORS 3+1 Jours

Je me connecte à l'autre, gère mon stress et le sien... Mais pourquoi donc certaines personnes m'énervent dès qu'elles ouvrent la bouche?

Organisation

Durée : 32 heures

Mode d'organisation : Présentiel

Formateur :

Contenu pédagogique

Objectifs pédagogiques

- Décoder les réactions sous stress chez mon interlocuteur
- Prendre conscience des différences de perception
- comprendre ses propres réactions sous stress et comment les éviter
- Communication en phase avec mes interlocuteurs
- Prévenir les situations conflictuelles
- Identifier les motivations et les besoins de l'autre
- Connaître ses canaux de communication et les utiliser à bon escient
- Comprendre ses zones de confort et ses zones d'effort

Description

Jour 1

- Expression et analyse des principaux besoins des participants
- Description de la typologie de personnalité : 6 types très clairs et amusants ; mise en pratique plus aisée que certains autres profils plus complexes.
- Définition de la couleur dominante et de la couleur secondaire
- Le "quoi" et le "comment"
- Ma personnalité est plurielle ... Avec des dominantes

Jour 2

- Utilisation pratique des profils, concrètement, sur le terrain, dans TOUT type de relation
- Fournir reconnaissance, valorisation et prise en compte des besoins émotionnels de mes collaborateurs
- Quel type de management et quel environnement préférer ?
- Les besoins psychologiques et la motivation
- Profil personnel des participants : débriefing et feedback ; explications et commentaires

Jour 3

- DRIVERS de personnalité du type "sois parfait, fais plaisir, soit parfait parent, fais effort, ..."
- Comment profiter des atouts de mon profil et en limiter les inconvénients ?
- Exemples pratiques et jeux de rôle pour entraîner la reconnaissance des différents profils
- Les séquences prévisibles de réaction sous stress, les outils pour en sortir
- Fixation de mon profil adapté suite aux 3 jours de formations

Jour 4

- Journée "un pas plus loin"

- Qu'ai-je mis en place suite à ma formation ?
- Quelle est l'évolution de mon questionnement ?
- Nouveau/ continuité de mon plan d'action
- Assurons un suivi constructif et durable

Nos formateurs tiennent à votre disposition une bonne trentaine de séquences, d'outils et de trucs & astuces qui seront choisis lors de chaque module en fonction des échanges et des attentes des participants

Modalités pédagogiques

Apprentissage ludo-pédagogique

Jeux de rôles et feedback croisés

Jeux cadres de Thiagi, Légos, Taboo, ...

Partage d'expériences

Posture OK+ OK-

Stimulation hémisphères droit et gauche

70% de votre apprentissage passent par l'expérience et l'action => vivez nos outils en salle ET avec vos équipes.

20 % de votre apprentissage sont issus des échanges avec vos pairs que nos formateurs stimulent.

10% de votre apprentissage sont acquis en formation, nous vous donnons les outils pour le parfaire chaque jour.

Moyens et supports pédagogiques

- Fiches digitales "syllabus" pour chaque outil
- Fiches exercices ou préparation jeux de rôle

Prérequis

Aucun prérequis