



INSIGHTS DISCOVERY 2 journées

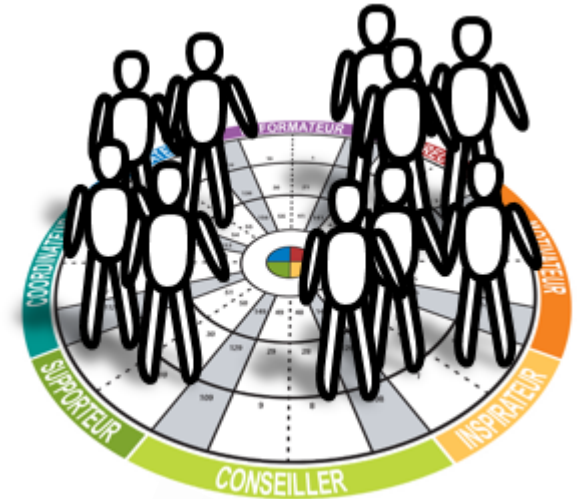
Je me connecte à l'autre, gère mon stress et le sien... Les Couleurs de la communication.



Le système Insights Discovery fournit à chacun une aide précieuse pour comprendre comment il opère et interagit avec les autres dans son activité professionnelle. Il permet aux personnes de gagner en efficacité relationnelle au travail comme dans les relations personnelles.

Les formations et ateliers sont inspirants, amusants et utiles. Chacun reçoit son profil individuel.

L'impact positif sur la communication et la collaboration est irréversible.



LES OUTILS DE CETTE FORMATION VOUS FONT DÉCOUVRIR COMMENT...

Ins ights
Dis cover y en
vidéo



Comm uniquer
en phase avec
mes
interlocuteurs

Avoir une
image claire de
nos
interactions

Comprendre
son style
personnel et
l'impact sur
autrui

Prendre
conscience
des
différences de
perception

S'entraîner aux
micro-
réglages qui
ouvrent
l'échange et
motivent

Identifier les
forces et
faiblesses des
différentes
énergies

Comprendre
ses zones de
confort et
d'effort

Prévenir les
situations
conflictuelles

Comprendre
ses réactions
sous stress

Portrait vidéo
De Marc
Formateur –
Coach



Mieux
connaître et
repérer les
différents
types de
personnalités

S'adapter et
cibler sa
communication

Vivre cet outil
et le décliner
en feedback,
objectifs etc.

LA FORMATION JOUR PAR JOUR



JOUR 1 DECOUVERTE DES BASES D'INSIGHTS DISCOVERY



> Contenu / Bénéfices	> Méthodologie / Activités
Accueil, cadre et enjeux d'apprentissage	-Présentation -Cibler une personne avec qui améliorer la relation
Présentation individuelle et amorce d'efficacité relationnelle	Jeu « Qui suis-je ? »
Perception et échelle de perception. Comment cela se passe-t-il ?	-Exercices de perception -Retour d'Expérience -Débriefing en groupe
Les préférences de Jung : Attitudes et fonctions de prise de décision	Jeu « Faites un pas » en fonction des énoncés Introversion/Extraversion et Pensée/Sentiment
Approche des énergies de couleur et des caractéristiques majeures	-Jeu « Échange des cartes qui vous ressemblent » et couleur préférentielles -Sélection des adjectifs les plus évocateurs -Présentation des caractéristiques d'un bon jour et d'un mauvais jour -Tracer son quadrant
-Découvrir les nuances de la palette de couleur et ses combinaisons. -Forces et frustrations liées à l'utilisation des différents couleurs	Classer et ordonner ses briques par intensité

LA FORMATION JOUR PAR JOUR



JOUR 1 (suite) INSIGHTS DISCOVERY ET MOI PRATIQUES DE COMMUNICATION

> Contenu / Bénéfices	> Méthodologie / Activités
<ul style="list-style-type: none"> -Reconnaitre le style d'autrui 	<ul style="list-style-type: none"> -Discussion des énergies et dynamiques du groupe de la journée -Co-création des repères et indices pour reconnaître les autres -Identifier entre 2 et 4 personnalités célèbres et comment elles utilisent leurs énergies de couleur
<p>Développer sa capacité d'adaptation : pourquoi et comment s'adapter et entrer en relation avec autrui</p> <p>« A faire » et « à ne pas faire » avec les différentes énergies</p>	<ul style="list-style-type: none"> -Exercice « améliorer vos relations » -Examiner ce qui pourrait être fait différemment
<ul style="list-style-type: none"> -Intégrer les significations de la « Persona Consciente » et « Persona Moins Consciente » et l'évolution des énergies -Prise de connaissance de mes graphiques et de roue : comprendre les grandes lignes de mon profil personnel Insights Discovery et sa pertinence 	<p>Lecture individuelle de la synthèse de son profil et analyse de validité de celui-ci</p> <ul style="list-style-type: none"> -Explications -Discussion à propos des positions sur la roue -Échange sur le tapis
<ul style="list-style-type: none"> -Ce que gagnent mes collègues à particulièrement se souvenir de ... -Apports des « référents » de chaque couleur et 1^{ères} clefs de la roue de l'équipe 	<ul style="list-style-type: none"> -Méta-communication sur mon profil -Travail sur le tapis et 1^{ers} échanges/analyses
<ul style="list-style-type: none"> -Feedback bienveillant et personnel -Renforcer les liens au sein du groupe 	<ul style="list-style-type: none"> -La Haie des qualités
<p>Plan d'action et conclusion</p>	<p>Définition d'objectifs et processus O-PAVE ou Pourquoi Action Visualiser Engagements</p>

LA FORMATION JOUR PAR JOUR



JOUR 2 - Après 2 à 5 mois

- A ller plus loin et mobiliser en couleur
- A stuces de feeback et de gestion du stress



> Contenu / Bénéfices	> Méthodologie / Activités
Rappel des concepts vus et relance de la dynamique du groupe	Utilisation de l'intelligence collective et du partage de groupe pour verbaliser et mémoriser les concepts appris.
Feedback des outils utilisés	Interview et intelligence collective
Affûter encore sa détection des couleurs et décliner la communication dans les différentes énergies	Exercices et débriefing
-Les 8 typologies de personnalités et leurs spécificités	Travail en sous-groupe Interview et intelligence collective
Les séquences prévisibles de réaction sous stress , les outils pour en sortir	-Présentation illustrée et recherche d'exemples par le groupe -Mise en situation et exercices croisés
Exprimer un feedback impactant	Présentation et pratique du modèle FAR1 sur base de cas réels
Fixer des objectifs en « couleur » et aller plus loin	-Travail en intelligence collective -Présentation et pratique du modèle O-PAVE ou <i>Pourquoi Action Visualiser Engagements</i>