

Découvrir son profil de personnalité et se mettre en phase avec les autres

Code
50125

Durée
2 jours / 14 heures

Tarif Inter*
1 490 € HT

PROCHAINES SESSIONS

- **PARIS :**
27-28 mai. 2024
- **A DISTANCE :**
27-28 mai. 2024
- **BORDEAUX :**
27-28 mai. 2024
- **LILLE :**
27-28 mai. 2024
- **LYON :**
27-28 mai. 2024
- **NANTES :**
27-28 mai. 2024
- **STRASBOURG :**
27-28 mai. 2024
- **PARIS :**
20-21 juin. 2024
- **A DISTANCE :**
20-21 juin. 2024
- **PARIS :**
16-17 Juil. 2024
- **A DISTANCE :**
16-17 Juil. 2024
- **PARIS :**
26-27 Aoû. 2024
- **A DISTANCE :**
26-27 Aoû. 2024
- **PARIS :**
19-20 Sep. 2024
- **A DISTANCE :**
19-20 Sep. 2024
- **LILLE :**
19-20 Sep. 2024
- **LYON :**
19-20 Sep. 2024
- **NANTES :**
19-20 Sep. 2024
- **BORDEAUX :**
19-20 Sep. 2024
- **STRASBOURG :**
19-20 Sep. 2024
- **PARIS :**
17-18 oct. 2024
- **A DISTANCE :**
17-18 oct. 2024
- **PARIS :**
28-29 nov. 2024

*Repas inclus (en présentiel)

Objectifs pédagogiques

- Repérer les principes d'une communication réussie
- Identifier son profil de personnalité
- Utiliser les clés pour mieux dialoguer en toutes circonstances
- Identifier les comportements sous stress de chacun
- Motiver et se motiver pour être plus performant

Programme de la formation

Repérer les principes d'une communication réussie

Identifier sa vision du monde

- Le cadre de référence
- Les positions de vie
- Vidéo : la demande en mariage

Expliquer les principes PCM®

- Origines et principes piliers
 - La structure de personnalité : immeuble, énergie par étages, dominante (base), ascenseur
 - Training : commencer à imaginer sa structure
- Validation : quiz sur les positions de vie

Identifier son profil de personnalité

Reconnaître les talents et les préférences de chacun

- Les points forts : nous sommes tous formidables
- Les portes d'entrées en communication : chacun la sienne
- Exercice : quelle est ma porte d'entrée privilégiée en communication ?

Identifier les profils

- Les 6 types de personnalité
 - Mon profil et celui des autres
 - Jeu : finaliser son autodiagnostic de personnalité, repérer celui des autres
- Validation : s'entraîner à émettre un diagnostic

Utiliser les clés pour mieux dialoguer en toutes circonstances

A DISTANCE :

- 28-29 nov. 2024

BORDEAUX :

- 28-29 nov. 2024

LILLE :

- 28-29 nov. 2024

LYON :

- 28-29 nov. 2024

NANTES :

- 28-29 nov. 2024

STRASBOURG :

- 28-29 nov. 2024

PARIS :

- 18-19 déc. 2024

A DISTANCE :

- 18-19 déc. 2024

[Voir toutes les sessions](#)

PUBLIC

Collaborateurs de l'entreprise souhaitant améliorer leur performance individuelle en communiquant mieux avec les autres

PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis nécessaire

NIVEAU D'EXPERTISE

Fondamentaux

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- Dispositif de formation structuré autour du transfert des compétences
- Acquisition des compétences opérationnelles par la pratique et l'expérimentation
- Apprentissage collaboratif lors des moments synchrones
- Parcours d'apprentissage en plusieurs temps pour permettre engagement, apprentissage et transfert
- Formation favorisant l'engagement du participant pour un meilleur ancrage des enseignements

SATISFACTION ET EVALUATION

- L'évaluation des compétences sera réalisée tout au long de la formation par le participant lui-même (auto-évaluation) et/ou le formateur selon les modalités de la formation.
- Evaluation de l'action de formation en ligne sur votre espace participant :
 - ▶ A chaud, dès la fin de la

Identifier l'impact de sa personnalité sur sa communication

- Chacun sa porte d'entrée, chacun ses filtres : les perceptions
- À l'écoute du langage : mon dictionnaire personnalisé
- Exercice « qui dit » : repérer les perceptions pour identifier la base

Choisir le canal de communication approprié

- Le bon canal pour s'entendre
 - La juste manière pour se comprendre
 - Exercice : s'entraîner à faire une demande dans les 4 canaux
- Validation : mise en situation réelle en utilisant 4 canaux et 6 perceptions

Identifier les comportements sous stress de chacun

Repérer les premiers signaux de stress

- Le degré 1 : les drivers
- Les permissions pour en sortir
- Exercices : relier des comportements au bon driver et type de personnalité

Identifier la descente sous stress

- Le degré 2 : les masques et mécaniques d'échec
 - Les antidotes
 - Feed-back personnalisé : réflexion sur les besoins et pistes sur cas concrets
- Validation : tableau de synthèse

Motiver et se motiver pour être plus performant

Identifier ce qui alimente son moteur

- Ce qui nous motive / nous dé motive
- Pourquoi nourrir les besoins psychologiques ?
- Exercice : repérer ce qui nous fait du bien

Rester au top de son énergie

- De l'énergie en toutes circonstances
 - Satisfaction des besoins psychologiques
 - Exercice : produire des exemples concrets
- Validation : préparer et offrir le besoin préférentiel en salle

Parmi nos formateurs

Hélène Blanchard

Formatrice - coach professionnelle certifiée RNCP " Titulaire d'un magistère en Négociation internationale et Interculturelle, certifiée en Process Communication Model et Arc en Ciel DISC, elle est formatrice chez Lefebvre Dalloz depuis 2019. Ses domaines d'expertise sont la communication, la relation client, le développement personnel, l'efficacité personnelle et professionnelle. Elle est également coach professionnelle et accompagne les managers et dirigeants sur le management: évolution de poste - prise de parole - accompagnement au changement

formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation. Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site au travers d'Avis Vérifiés, solution Certifiée NF Service

- ▶ A froid, 60 jours après la formation pour valider le transfert de vos acquis en situation de travail
- Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation ou d'un certificat de réalisation

