

PROGRAMME MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX COMMUNIQUER



Objectifs

- Mieux me connaître et m'appuyer sur mes ressources préférentielles,
- Positionner mon type de personnalité par rapport à celui de mon interlocuteur,
- Adapter ma façon de communiquer pour réaliser une véritable efficacité relationnelle,
- Savoir repérer le comportement de l'autre et mieux le comprendre,
- Développer mon rôle et ma posture de communicant au sein de mon équipe,
- Savoir utiliser la complémentarité de chacun pour optimiser le travail en équipe.



Public et prérequis

- Tout type de public,
- Aucun prérequis,
- Groupe entre 5 et 10 personnes.



Spécificités

- Formation en intra,
- Formation pratico-pratique,
- Profil de personnalité,
- Thèmes et exercices en lien avec le modèle Insights Discovery,
- Pour une plus grande efficacité, chaque participant reçoit en amont un questionnaire pour clarifier ses besoins et ses attentes,
- Remise d'un livret stagiaire à l'issue de la formation,
- Hotline à disposition de chaque participant pendant 3 mois.



Contenu

Recueil des attentes et besoins spécifiques

Mieux se connaître

- Passage de son profil personnel Insights Discovery,
- Débriefing individuel.

Me connaître et mieux connaître l'autre

- Les principes de la communication : le schéma de la communication, le contenu d'un message et sa répartition,

- Les différents profils comportementaux : la notion de perception, les préférences comportementales de Jung, les 4 énergies de base.

Optimiser mes relations interpersonnelles

- L'adaptation à l'autre : les comportements à privilégier, à éviter, les peurs,
- Mon profil et mon opposé : les avantages, la complémentarité.

Mises en situation

Évaluation des acquis à chaud

Mesure de la satisfaction à chaud



Méthodes pédagogiques

- Méthode participative et de découverte/renforcement : partir des connaissances des participants, faire en sorte qu'ils découvrent eux-mêmes la suite et faciliter la mémorisation par un ancrage des connaissances par le consultant,
- Échanges et réflexions sur les différents thèmes abordés, formalisation sur paperboard,
- Jeux de rôles, exercices pratico-pratiques, en sous-groupe et retour en grand groupe,
- Apports théoriques ponctuels du formateur (20% de théorie, 80% de pratiques).



Dates et durée pour un groupe de 10 participants

- Les dates restent à définir avec vous,
- Par participant : 15,5 heures (1,5 heure pour le débriefing individuel et 14 heures pour l'animation de formation en collectif et en présentiel),
- Pour l'action de formation : 28 heures.



Modalités d'organisation

- Lieux possibles : les locaux de JP2A (accès aux PSH), l'entreprise, une salle de séminaire
- Tarifs : nous contacter
- Situation de handicap : Isabele SAINT MARTIN - 02.32.72.77.77 – i.saintmartin@jp2a.fr
- Contact : Christine DUCHEMIN 02.32.72.77.77 – c.duchemin@jp2a.fr