



2 jours

PROGRAMME DE FORMATION

En présentiel

À distance

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA MÉTHODE DU LANGAGE DES COULEURS AEC DISC ®

OBJECTIFS DE FORMATION

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- S'approprier la méthode originelle AEC DISC ®
- Comprendre son mode de fonctionnement
- S'adapter aux différents profils de vos interlocuteurs
- Développer la cohésion d'équipe
- Gagner en flexibilité comportementale

PARTICIPANTS

- Toute personne souhaitant progresser dans la connaissance de soi et la maîtrise des relations interpersonnelles

PRÉREQUIS

- Aucun

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES ACTIVES

- Questionnaire individuel préalable à la formation
- Formation action : le participant est acteur de sa formation et le formateur propose beaucoup d'exercices basés sur le contexte professionnel
- Analyse de son profil individuel AEC ®
- Apports théoriques et méthodologiques illustrés par de nombreux exercices pratiques
- Analyse de pratique, mises en situation sur des cas concrets pour permettre l'appropriation des méthodes et des outils
- Support de formation
- Livret résultat de questionnaire (32 pages)

ÉVALUATION

- Évaluation formative réalisée par l'intervenant tout au long de la formation afin de mesurer les acquisitions et les progressions
- Évaluation des acquis

LES PLUS

- PAI : un plan d'actions individuel sera formalisé en fin de formation.
 - Programmes ajustables à vos attentes
 - Accompagnement personnalisé
 - Option démarche qualité :
- SQF – Suivi Qualité Formation : Synthèse détaillée et bilan du formateur.
- Cette formation est accessible à toute personne en situation de handicap, contact référent handicap au 02 43 61 08 47
 - Une expertise² de nos formateurs : technique et pédagogie active

PROGRAMME DE FORMATION

1. Découvrir la méthode du langage des couleurs

- Les fondamentaux de la perception de soi et la relation à l'autre
- Les apports de William Marston et de Carl Jung
- Le langage des couleurs : ce qu'il dit et ce qu'il ne dit pas
- Les caractéristiques de cette méthode
- Les images suggestives du rouge, du jaune, du vert, du bleu

2. Comprendre le langage des couleurs

- Les 4 couleurs, les 8 profils, les 68 positions...
- Les attitudes et comportements associés
- Les qualités des défauts et les défauts des qualités de chaque couleur
- La perception des uns par les autres

3. Identifier son profil personnel

- Le style naturel
- Le style adapté en milieu professionnel ou associatif
- La position de chaque style dans la roue DISC ®
- Identifier ses facteurs de succès dans ses missions

4. S'adapter au profil de ses interlocuteurs

- Repérer les profils
- Moi, l'Autre et la situation
- Les forces et les points de vigilances
- Les leviers de communication

5. Développer la cohésion d'équipe

- Les profils de l'équipe
- Les équipes homogènes et hétérogènes : les plus et les moins
- Gagner en flexibilité pour des relations plus productives

6. Construire sa démarche de progrès

- Repérer ses talents
- Identifier ses limites
- Le plan d'actions