

FORMATION DISC COMMUNICATION

Code : SB01

SOFTSKILLS & PERFORMANCE



Les enjeux pour votre organisation

Lorsque l'on ne se comprends pas, les messages se déforment, les tensions montent et les conflits coûtent cher : les salariés passent en moyenne 2,8 h par semaine à gérer des conflits (étude CPP Global).

Résultat : erreurs, fatigue relationnelle, perte d'engagement.

Cette formation sécurise des pratiques simples et transférables (lecture des comportements, perception et biais, signaux verbaux/non verbaux, posture et image, adaptation aux profils, prévention des tensions).



Après cette formation ?

À l'issue de cette formation, vos collaborateurs savent mieux décoder les comportements et ajuster leur **communication** aux besoins de l'autre, y compris en situation tendue. Ils gagnent en **efficacité** relationnelle et limitent les malentendus qui alimentent tensions et conflits.

- Une **posture** plus juste face à des profils différents
- Des échanges plus clairs, même sous pression
- Une meilleure lecture des signaux verbaux et non verbaux
- Une réduction des tensions grâce à des ajustements simples, immédiats



Programme en ligne



07 62 20 47 57
contact@kepsom.com

Kepsom Formation
254 rue Vendôme
69003 Lyon



PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

Softskills &
Performance



Module 1

Comprendre l'origine des comportements

Jour 1



Objectif : Identifier les mécanismes à l'origine des comportements observés

- Origine et construction des comportements
- Différence entre comportement et personnalité
- Interaction entre personnalité et comportements
- Ce qui se cache derrière un comportement visible
- Limites de l'interprétation spontanée



Analyse de situations professionnelles pour distinguer comportements observables et interprétables

Module 2

Lire et affiner sa perception des autres

Jour 1



Objectif : Analyser vos biais de perception pour ajuster votre lecture des interactions

- Mécanismes et biais de la perception
- Rôle des croyances et des préjugés
- Influence des mots, chiffres et images dans un discours
- Construction et analyse d'un message
- Modes de fonctionnement logiques des interlocuteurs



Travail en binômes : détection des biais de perception et analyse des modes de fonctionnement

Module 3

Travailler l'image perçue dans la communication

Jour 1



Objectif : Maîtriser l'image que vous renvoyez pour renforcer l'impact de vos messages

- Image projetée vs image perçue
- Rôle du visuel et des autres sens
- Impact de la voix dans la communication
- Solliciter et exploiter le feedback
- Modifier la perception que les autres ont de soi



Exercice de feedback croisé en binômes sur l'image perçue et les écarts avec l'intention

PROGRAMME DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

Softskills &
Performance



Module 4

Décoder le langage corporel et émotionnel

Jour 2

 Objectif : Décoder les signaux corporels et émotionnels pour ajuster votre posture

- Positions du corps : bras, mains, jambes, pieds
- Changements de posture et signaux d'inconfort
- Détection des tensions corporelles
- Analyse de l'expression faciale
- Indices émotionnels observables

 Observation guidée et restitution collective à partir de mises en situation filmées ou jouées

Module 5

Comprendre la communication verbale et non verbale

Jour 2

 Objectif : Distinguer les messages verbaux et non verbaux pour limiter les incompréhensions

- Règles fondamentales de la communication
- Interférences et distorsions du message
- Communication verbale vs non verbale
- Langage des émotions
- Respiration comme indicateur relationnel

 Mises en situation : décodage des messages verbaux et non verbaux

Module 6

Adapter sa communication avec le modèle DISC®

Jour 2

 Objectif : Adapter votre communication aux profils DISC® pour prévenir les conflits

- Origines et objectifs du modèle DISC®
- Les 4 profils couleurs : Rouge, Jaune, Vert, Bleu
- Forces, limites, besoins et motivations de chaque profil
- Reconnaître le profil de son interlocuteur
- Ajuster son discours, son feedback et sa posture
- Comprendre les sources de conflits entre profils

 Mises en situation : adaptation du message, feedback et sortie de conflit selon les profils DISC®



Modalités

PUBLIC	Tout public	FORMAT	Présentiel et distanciel
PRÉREQUIS	Aucun	MODE	Intra-entreprise
TARIF	Voir devis	EFFECTIF	de 2 à 12
DURÉE	2 jours	HANDICAP	Nous contacter

Évaluation, suivi et délai d'accès

- ✓ **Évaluation des acquis** via, mises en situation et retours d'expérience.
- ✓ **Suivi post-formation** avec un **plan d'action personnalisé**.
- ✓ **Délai d'accès** : au plus tard 48 heures avant le début de la session.



Méthodes et outils pédagogiques



Mise
en pratique



Interaction
et intelligence
collective



Pédagogie active
et participative



Outils ludiques
et collaboratifs



Supports
pédagogiques
interactifs



Profil formateur



- Des intervenants maîtrisant le décodage des comportements et la **communication interpersonnelle**, adaptés à tout public en entreprise.
- Des intervenants qui travaillent sur vos situations réelles, avec entraînements guidés et ajustements selon les profils du groupe.
- Des intervenants qui font repartir les participants avec des repères clairs et un plan d'action **applicable** dès le retour au poste.



Financement

Possibilité de prise en charge par les OPCO (intra) via agrément qualité.
Merci de nous consulter pour plus d'informations.

