

# MIEUX COMMUNIQUER AVEC ARC EN CIEL DISC



WEB'ATELIERS

ou



2 jours (14h)

**Distanciel**   **Présentiel**

4 X 3h30      2 jours consécutifs



Formation animée par **Michèle BATANY**, coach, consultante et formatrice en management, communication et développement professionnel, certifiée Arc en Ciel et Disc



## OBJECTIFS

- Découvrir les leviers de la communication constructive avec la méthode Arc en Ciel
- Mieux se connaître pour développer une communication plus efficace et sereine au quotidien
- Mieux comprendre les autres et savoir les reconnaître avec bienveillance
- Développer sa souplesse relationnelle et s'adapter à ses interlocuteurs en prenant en compte la situation

## PROGRAMME

### DÉCOUVRIR LE LANGAGE DES 4 COULEURS DE BASE DE FAÇON LUDIQUE ET INTERACTIVE

- > Expérimenter la dimension individuelle de la « perception » et s'ouvrir aux différences de perception
- > L'importance de considérer avec bienveillance les différences dans nos relations avec les autres
- > Découvrir les caractéristiques et comportements associés aux couleurs : bleu, vert, jaune et rouge
- > L'expression des émotions selon les profils
- > Reconnaître les couleurs de ses interlocuteurs
- > Adapter sa stratégie de communication et sa communication au quotidien

**DISTINGUER LE STYLE NATUREL (ZONE DE CONFORT) DU STYLE ADAPTÉ (ADAPTATION SON ENVIRONNEMENT) :** La dynamique entre les deux styles et les impacts sur l'individu

Découvrir son profil et celui des autres : Remise des profils DISC

### LA MÉTHODE DISC ET LES 4 TRAITS DE MARSTON :

DISC : Dominance, Influence, Stabilité, Conformité

**LES 8 TYPES DE PERSONNALITÉS DE YUNG :** Les préférences, les 2 attitudes (Extraversion / introversion), Les 4 fonctions, (Pensée / sentiment et Sensation / Intuition)

**LA ROUE ARC EN CIEL :** L'invention de la roue, Les 8 types de personnalité Arc en Ciel DISC, Décoder les profils Arc en Ciel et ses composantes pour mettre en place des stratégies de réussite personnelle, Interagir efficacement avec des profils « opposés »

### Remise des profils complets

**LES CLÉS DE LA MOTIVATION ! :** Les 6 motivations de Spranger / Utiliser son Profil Arc-en-Ciel pour découvrir et utiliser ses motivations profondes / Reconnaître les motivations chez les autres et activer les bons leviers pour faciliter la coopération

**DÉVELOPPER SA SOUPLESSE ET SON AGILITÉ RELATIONNELLE :** Tenir compte des trois dimensions : soi-même, autrui et la situation



**Pour qui ?** Toute personne souhaitant développer ses aptitudes à la communication interpersonnelle

**Prérequis :** Réaliser l'inventaire de formation process com

### Méthodes mobilisées :

- + Une pédagogie active, ludique et participative
- + Des séquences variées et rythmées : Apports sur les concepts clés, exercices pratiques, mises en situation, débriefing collectif, séquences vidéo...
- + Après la formation : Formalisation de son plan de développement individuel

**Modalités d'évaluation :** Évaluation en début et fin de session via Klaxoon

### Modalités d'accès :

**Distanciel :** Formation à distance animée à partir d'une plateforme collaborative. Disposer d'une connexion Internet, d'un ordinateur et idéalement d'un casque. Une assistance technique est assurée par ERYS auprès du participant.

**Présentiel :** Formation dans les locaux ERYS Lyon ou Paris. Salles de formation équipées de paper board, wifi, et accessibles en transports ( métro, tram, voiture, bus...). Votre convocation comportera un plan d'accès

**Accessibilité :** Nous contacter pour toute demande d'adaptation spécifique aux personnes en situations de handicap.

- > 1.190 € HT par personne, intégrant les frais d'inventaire de personnalité
- > Intra entreprise : Nous consulter