



PROGRAMME DE FORMATION EN PRESENTIEL OU DISTANCIEL

Développer sa flexibilité interpersonnelle avec la méthode des couleurs

PUBLIC VISE	tous publics
PRE REQUIS	Aucun
OBJECTIFS	Mieux se connaître en tant que personne et dans sa fonction professionnelle Être capable de s'assouplir et se développer tout en respectant ses limites Savoir identifier les profils comportementaux de ses interlocuteurs au niveau professionnel (collaborateurs, collègues, managers, clients, partenaires, fournisseurs...) Être capable de prendre en compte la situation pour développer une efficacité optimale
DUREE	10 heures sur 1,5 jours
CONTENU	JOUR 1 : LE LANGAGE DES COULEURS® ET LA METHODOLOGIE ARC-EN-CIEL DISC® <ul style="list-style-type: none">• LA METHODE ARC-EN-CIEL DISC® & LE LANGAGE DES COULEURS®<ul style="list-style-type: none">- Les points clés du comportement humain- Le langage des couleurs et le DISC de Marston- Les caractéristiques observables- Les 8 types psychologiques de Jung- La dynamique entre style naturel et le style adapté- Les 6 motivations de Spranger• RECONNAITRE LES COULEURS CHEZ LES AUTRES<ul style="list-style-type: none">- Les points clés d'observation- La communication verbale et non verbale- Les émotions observables- De quoi parlent-ils ?- Les questions typiques associées aux comportements- Leur environnement• MON PROFIL PERSONNEL ARC-EN-CIEL DISC®<ul style="list-style-type: none">- Description JOUR 2 : COMPRENDRE & UTILISER SON PROFIL PERSONNEL ® <ul style="list-style-type: none">• ANALYSE DU PROFIL PERSONNEL ARC-EN-CIEL DISC®<ul style="list-style-type: none">- Exercices d'applications à partir du profil- Le plan d'action personnel• LES PERCEPTIONS & LA FLEXIBILITE INTERPERSONNELLE<ul style="list-style-type: none">- Appréciations personnelles des couleurs- Relations interpersonnelles des couleurs- La flexibilité optimale• QUIZ d'EVALUATION DES ACQUIS• QUESTIONNAIRE DE SATISFACTION A CHAUD
MOYENS ET METHODES PEDAGOGIQUES	Présentation orale ouverte aux questions des stagiaires. Projection d'un diaporama pour visualiser les apports théoriques et suivre le fil conducteur. Alternance d'apports théoriques et de phases de mise en pratique (études de cas pratiques / simulations). Remise d'un support numérique à l'issue de la formation, synthétisant les apports théoriques de la formation. Les formations à distance sont réalisées selon les modalités de la classe virtuelle.
INTERVENANT(E)S	Sophie GAUTIER est coach professionnel (coaching individuel – team building – coaching d'organisation) et formatrice. Elle est diplômée de Grenoble Ecole de Management, certifiée Coach & Team® et certifiée Arc-En-Ciel Disc®. Elle bénéficie de plus de 20 ans d'expérience professionnelle en management, développement commercial et marketing, en agences de communication puis en agence immobilière. Elle est fondatrice et gérante de la société OMYO.

.../...



MOYENS TECHNIQUES DES FORMATIONS À DISTANCE

La formation à distance est réalisée intégralement avec l'application ZOOM ou TEAMS. Lors de la convocation l'apprenant reçoit un lien d'accès lui permettant de se connecter aux séances en classes virtuelles ainsi qu'un guide d'utilisation de l'application. Lors de sa première connexion, l'apprenant est invité à se connecter 10 minutes avant le début de la formation pour tester la prise en main de l'application. En cas de difficulté, il peut demander l'assistance du formateur par téléphone dans les 10 minutes qui précèdent le démarrage de la formation, ou bien direct au formateur pendant la session numéro du formateur communiqué dans la convocation. En cas de déconnexion involontaire pendant la session de formation, l'apprenant pourra se reconnecter de façon autonome avec le même lien et joindre le formateur par sms en cas de difficulté.

MODALITES D'EVALUATION

Fiche de présence à évaluer par demi-journées de formation pour les formations en présentiel. Emission des relevés de connexion de l'application ZOOM pour les formations à distance. Feedbacks du formateur et du groupe lors des phases de mise en pratique. Quiz permettant de valider les principaux apports théoriques à l'issue de la formation. Questionnaire de satisfaction en fin de formation sur le déroulement de l'action et les acquis de la formation.

SANCTION

Remise d'une attestation individuelle de fin de formation à l'issue de l'action.

ORGANISATION DE LA FORMATION

Formation : présentielle ou à distance, en intra ou inter-entreprise

Dates, lieu et horaires : selon convention

Tarif : selon devis et/ou tarif en vigueur sur le site <https://omyo.fr>

Nombre de personnes minimum et maximum : 6 à 12 participants maximum

Modalité et délai d'accès : L'accès en formation est conditionné par le versement d'un acompte par l'entreprise et par le remplissage du questionnaire AEC DISC avant le premier jour de la formation. Pour les formations à distance l'apprenant doit avoir à sa disposition un poste de travail informatique (PC ou tablette), doté d'un micro, d'une caméra vidéo et de hauts parleurs ; relié à une connexion internet haut débit (pour une meilleure qualité, il est conseillé une connexion réseau filaire via câble Ethernet, plutôt qu'en Wi-Fi). Inscription minimum 2 mois avant le début de la formation pour les demandes de prise en charge par les organismes financeurs.

Accès aux personnes porteuses de handicaps (nous prévenir au moins 3 semaines avant le début de la session) :

- Accessibilité de la salle de formation aux personnes à mobilité réduite, organisée dans l'entreprise, selon le besoin
- Adaptations possibles en fonction du type de handicap

CONTACTS STAGIAIRES

OMYO – B36 – 41 rue de Cugnaux – 31300 Toulouse

Sophie Gautier – sophie.gautier@omyo.fr - 06 63 08 09 40

DEROULE PEDAGOGIQUE

Développer sa flexibilité interpersonnelle avec la méthode des couleurs

JOUR 1 / journée entière

Séquence	Durée	Objectifs	Contenu	Méthodes	Matériel
ACCUEIL	0h30	Inclusion – recueil des attentes	Présentation des participants	Binôme et tour de table grand groupe	Cartes AEC
LA METHODE ARC-EN-CIEL DISC® & LE LANGAGE DES COULEURS®	3h	Connaitre la méthode AEC DISC pour pouvoir l'utiliser	Les points clés du comportement humain Le langage des couleurs et le DISC de Marston Les caractéristiques observables Les 8 types psychologiques de Jung La dynamique entre style naturel et le style adapté Les 6 motivations de Spranger	Présentation Echanges sous forme de questions-réponses Travaux en sous-groupes Debrief	PowerPoint Roue AEC
RECONNAITRE LES COULEURS CHEZ LES AUTRES	2h30	Savoir identifier les profils comportementaux de ses interlocuteurs au niveau professionnel (collaborateurs, collègues, managers, clients, partenaires, fournisseurs...)	Les points clés d'observation La communication verbale et non verbale Les émotions observables De quoi parlent-ils ? Les questions typiques associées aux comportements Leur environnement	Présentation Echanges sous forme de questions-réponses Travaux en sous-groupes Debrief	
MON PROFIL PERSONNEL ARC-EN-CIEL DISC®	1h	Mieux se connaître en tant que personne et dans sa fonction professionnelle	Description du contenu du profil et de son utilisation Découverte du profil individuel	Présentation Echanges sous forme de questions-réponses	PowerPoint Profils

JOUR 2 / demi-journée

Séquence	Durée	Objectifs	Contenu	Méthodes	Matériel
ANALYSE DU PROFIL PERSONNEL ARC-EN-CIEL DISC®	1h25	Être capable de s'assouplir et se développer tout en respectant ses limites	Exercices d'applications à partir du profil Le plan d'action personnel	Présentation Echanges sous forme de questions-réponses Travaux en sous-groupes Debrief	PowerPoint Roue AEC (affiche en présentiel ou photo en distanciel)
LES PERCEPTIONS & LA FLEXIBILITE INTERPERSONNELLE	1h45	Être capable de prendre en compte la situation pour développer une efficacité optimale	Appréciations personnelles des couleurs Relations interpersonnelles des couleurs La flexibilité optimale		
EVALUATION DES ACQUIS THEORIQUE	0h10	Auto-évaluation des acquis	Quiz	En ligne	Ordinateur, tablette ou smartphone
EVALUATION DE LA FORMATION	0h10	Evaluer la satisfaction à chaud du stagiaire	Questionnaire d'évaluation à chaud	Questionnaire	