Apprendre à mieux se connaître pour mieux communiquer avec les autres

Basé sur un outil performant de connaissance de soi, ce programme vous aidera à identifier votre propre profil comportemental et à comprendre ceux des autres. Vous apprendrez à adapter votre style de communication en fonction des profils pour favoriser des échanges plus fluides et constructifs.

Investissez dans votre développement personnel

En participant à ce programme de formation, vous ferez un investissement précieux dans votre développement personnel. Vous améliorerez vos compétences relationnelles et interpersonnelles, ce qui aura un impact positif sur votre vie personnelle et professionnelle.

Objectifs

- Comprendre et intégrer l'outil de connaissance de soi dans sa communication au quotidien
- Mieux se connaitre pour comprendre ses modes réactionnels
- Apprendre à repérer les autres profils

Le + de la formation

La découverte et la mise en pratique d'un outil de connaissance de soi très puissant.

Public concerné et Prérequis

Tout professionnel

Programme

Introduction à la connaissance de soi et à son importance dans la communication

- Les différents modèles de personnalité
- Les bénéfices d'une meilleure connaissance de soi pour la communication
- Identification de son propre profil comportemental
- Réflexion sur ses propres forces et faiblesses
- Analyse de ses modes de réaction dans différentes situations

- Utilisation d’un outil de connaissance de soi (test, questionnaire, etc.)

Découverte des différents profils comportementaux

- Caractéristiques des principaux profils comportementaux
- Techniques de repérage des profils chez les autres
- Communication interpersonnelle et profils comportementaux
- Adapter son style de communication en fonction des profils
- Gérer les conflits et les tensions entre profils différents
- Communication verbale et non verbale
- L’impact du langage corporel et du ton de la voix
- Techniques pour améliorer sa communication verbale et non verbale

Votre intervenant

Consultant spécialisé dans la communication et certifié à l’outil BE HAVE COMPASS

Notre démarche pédagogique

- Une approche pédagogique concrète et pragmatique s’appuyant sur des méthodes de pédagogie active : alternance d’exposés théoriques courts, d’études de cas, d’analyse de pratiques…
- Un référentiel d’analyse basé sur les indicateurs nationaux de bonnes pratiques
- Une approche pédagogique concrète et pragmatique s’appuyant sur des méthodes de pédagogie active : alternance d’exposés théoriques courts, d’études de cas, d’analyse de pratiques…

Evaluation

La présence à l’ensemble des séances de formation est nécessaire pour l’atteinte des objectifs de la formation. Les stagiaires et l’intervenant seront ainsi tenus de signer une feuille d’émargement pour chaque demi-journée de formation suivie. Les compétences seront évaluées au fur et à mesure de la formation afin de valider leur acquisition. Les connaissances seront quant à elles évaluées par un quizz de fin de formation. Les appréciations des participants seront recueillies à l’issue de la session et à froid au bout de 3 mois via un questionnaire approprié. Nous solliciterons également les appréciations des référents de la structure commanditaire au bout dans les 6 mois qui suivent la formation.

Inter

Durée : 14h **Jours :** 2 jours

Tarif : 700€ - Déjeuner offert

Paris

Date(s) :

- 1-2 Décembre 2025

Intra

Durée : Adaptable selon vos besoins

Tarif : Devis personnalisé sur demande

Demande de contact
Pré inscription
Demande de devis

Dernière modification le 30 juillet 2025 à 17h24

FORMAVENIR PERFORMANCES
139 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS
01 53 19 80 30
contact@formavenir-performances.fr