

## **Fiche programme : Mieux se connaître pour mieux communiquer**

Cette formation a pour but d'accroître la conscience de soi grâce à l'outil DISC (version light), favorisant une communication plus efficace.

**Durée :** 1 heure

**Tarif :** 200€ TTC par participant

**Tarif Intra-entreprise :** Sur devis ([contact@smartup-formation.com](mailto:contact@smartup-formation.com))

**Micro-learning (sur mobile ou ordinateur)**

### **Public concerné**

- Pour toutes les personnes qui ont besoin de développer leur connaissance de soi afin de développer une communication plus efficace

### **Prérequis**

- Disposer d'un smartphone ou d'un ordinateur avec une connexion internet

### **Objectifs pédagogiques**

À l'issue de la formation, l'apprenant sera en mesure :

- Découvrir ses préférences comportementales
- Reconnaître les signes pour identifier le profil de comportement de ses interlocuteurs
- D'activer les bonnes pratiques pour mieux communiquer

### **Programme de la formation**

#### **Mieux se connaître**

- Découvrir ses préférences comportementales
- Prise de recul et plan d'action personnel

#### **Mieux communiquer**

- Entraînement 1 : Reconnaître le profil de son interlocuteur
- Entraînement 2 : Reconnaître le profil de son interlocuteur
- Les caractéristiques observables
- Les bonnes pratiques de communication



### **Méthodes pédagogiques**

- Formation sur mobile ou ordinateur format asynchrone
- Apports théoriques et pratiques
- Exercices pratiques et d'application
- Évaluation des acquis tout au long du parcours

### **Accessibilité**

- Salle de formation pouvant être accessible aux publics en situation de handicap sur demande. SMART UP Formation mobilise ses partenaires pour adapter les conditions d'accès à la salle de formation.
- Les activités de la formation sont accessibles et réalisables par une personne en situation de handicap. Pour inscrire une personne en situation de handicap à l'une de nos sessions, veuillez nous contacter à [contact@smartup-formation.com](mailto:contact@smartup-formation.com) pour que nous puissions adapter l'organisation ainsi que les supports.

### **Délais d'accès**

- La formation est accessible sous 24 heures après règlement de la prestation.

### **Modalités d'évaluation de la formation**

- Exercices d'évaluation des acquis tout au long de la formation.

### **Dates**

Voir disponibilités sur le site [www.smartup-formation.com](http://www.smartup-formation.com) rubrique « Formations »

