

Mieux communiquer pour mieux travailler ensemble !

Présentation de la formation

Créée et animée par Sandrine RICHARD
Groupe SWÂME



Mieux communiquer pour mieux travailler ensemble !



Copyright © Septembre 2024 Groupe SWÂME
www.groupe-swame.fr

Sans limitation des droits d'auteur énoncés ci-dessus, aucune partie de cette publication ne peut être reproduite, stockée ou introduite dans un système de recherche d'information ou transmise, sous quelque forme que ce soit, ou par quelque moyen que ce soit (électronique, mécanique, photocopie, enregistrement ou autre) sans l'autorisation préalable du propriétaire du droit d'auteur de ce manuel.





Sandrine RICHARD

Parcours

- Directrice d'un établissement artistique (management d'une équipe de 20 personnes)
- Consultante en bilans de compétences
- Formatrice en techniques de communication
- Coaching théâtre en milieu carcéral et hôpital psychiatrique
- Enseignante artistique
- Comédienne dans des pièces à succès
- Prix de la SACEM : meilleur auteur-compositeur-interprète
- Titulaire du D.E. Musiques Actuelles Amplifiées spécialité Chanson

Préparation mentale

- Coach certifiée RNCPI (2015)
- Formatrice certifiée en techniques de communication (forme des PDG à la prise de parole en public)
- Certifiée Modèle DISC 4Colors®
- Accompagne les entrepreneurs et salariés dans leurs projets de transition et de croissance
- Formée au Qi Gong et à la PNL

Présidente de l'organisme de formation Swâme

Sandrine accompagne les individus à performer lors de leurs prestations orales (media-training), les artistes (auditions, concerts) et forme les salariés aux techniques de communication (prise de parole en public, relation client, communication inter et intra entreprise) et aux risques psychosociaux (gestion du stress, prévention du burn-out).





Contexte et vision

Le monde du travail est en pleine mutation. La communication est devenue un élément central de la réussite professionnelle. Savoir communiquer efficacement est essentiel pour collaborer, résoudre des problèmes et atteindre des objectifs communs.

Pourtant, de nombreuses personnes rencontrent des difficultés à communiquer, à écouter attentivement et à collaborer efficacement. Elles manquent de confiance en elles, ne savent pas comment s'exprimer clairement ou ont du mal à gérer leurs émotions dans des situations conflictuelles.

La formation "Mieux communiquer pour mieux travailler ensemble !" a été créée pour répondre à ces besoins. En s'appuyant sur la méthode 4Colors®, elle aide les professionnels à mieux comprendre les dynamiques comportementales, à s'adapter et à valoriser les différents styles de communication. Cette formation se veut ludique et interactive, inspirée des neurosciences, afin que chaque participant puisse apprendre à sa manière et appliquer immédiatement les concepts acquis.

Mieux communiquer pour mieux travailler ensemble !



La formation



Durée

2 jours (14 heures)

Méthode pédagogique

Funny learning 

The logo for 'Funny learning' consists of a stylized, colorful swirl or flower-like shape with four petals in blue, green, yellow, and red.

Public visé

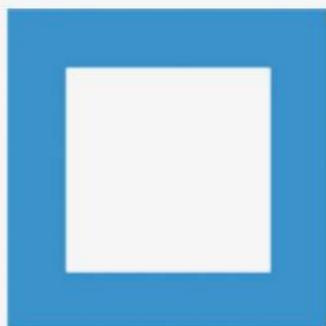
Tout public



Pré-requis

- ✓ Chaque participant en amont devra avoir rempli son questionnaire 4Colors® en ligne (10 mn) afin que lui soit remis son profil de personnalité lors de la formation.

- ✓ Cette formation est accessible à tous les niveaux et s'adresse à toute personne souhaitant améliorer ses compétences en communication, que ce soit dans un contexte professionnel ou personnel.

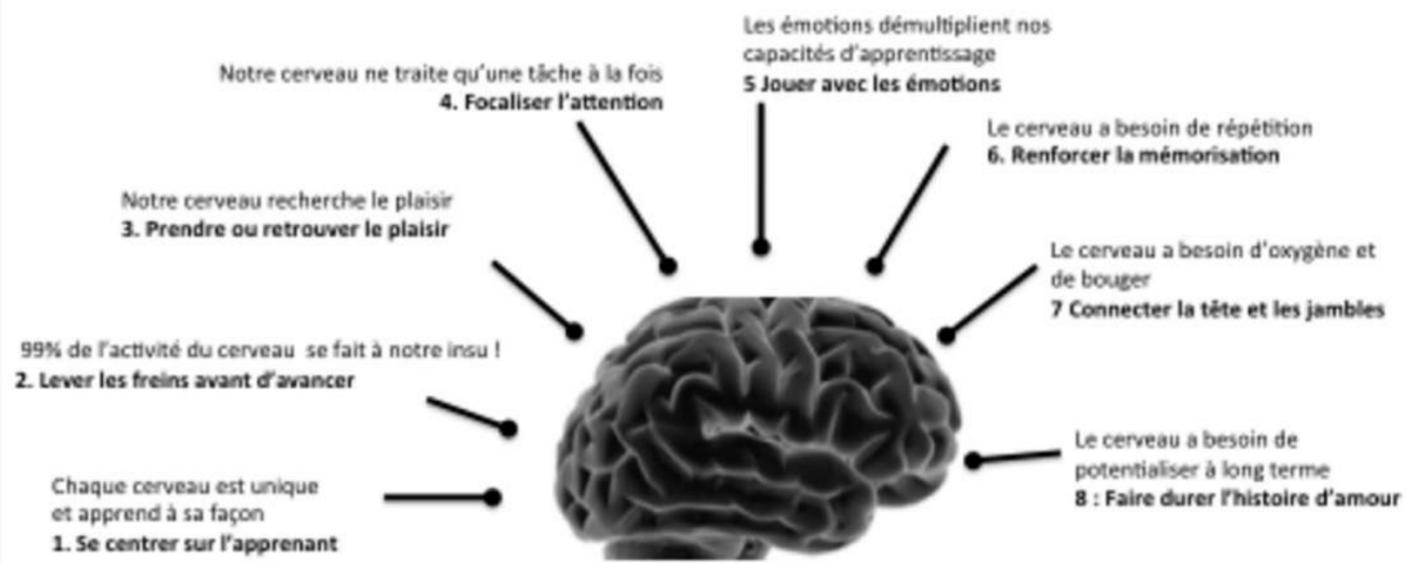


Méthode pédagogique

Une formation Funny Learning : 100% ludique, interactive et opérationnelle, inspirée des neurosciences, qui permet à chacun d'apprendre à sa façon. Cette méthode est décrite dans l'ouvrage « Funny Learning : former avec les neurosciences. » Dunod



Le funny Learning®





Groupe Swâme

Formatrice Sandrine RICHARD



Méthode pédagogique

- Une formation 100% ludique, interactive et concrète
- Profil individuel de personnalité 4 colors®
- Méthode des couleurs, jeux de rôle, travaux de groupes
- Supports technologiques variés, jeux interactifs individuels et d'équipe, extraits de film, clips, quizz





Objectifs jour 1

- Mieux se connaître, gagner en confiance, comprendre le regard des autres sur soi
- Mieux communiquer
- Favoriser l'agilité comportementale : savoir interagir avec le reste de l'organisation et les différents métiers du groupe
- Souder l'équipe et l'engager dans les changements
- Prendre du plaisir



Programme **Jour 1**

Accueil : inclusion

- Inclusion dynamique avec « questions sans réponse »

1 – Les différents styles colorés de communication

- Les fondamentaux de la méthode 4Colors®.
- Découverte de la boussole du comportement (Jung et Marston).
- Un monde en couleur : Rouge, Jaune, Vert, Bleu.
- Activités : Post-it, boussole, cartes.

2 – Mieux se connaître : Découverte des couleurs de la communication

- Compréhension des modes de fonctionnement individuels.
- Activités : Jeu des affirmations, "Qui suis-je ?" avec la boussole.
- Présentation et attentes en couleurs.

3 – Comprendre les autres : Identifier ses interlocuteurs pour s'adapter

- Communication non verbale : Accueil et jeux d'expression.
- Synchronisation avec empathie et sincérité.
- Activité : Jeu de rôle par équipe.

4 – Place et contribution de chacun dans le groupe

- Activités ludiques : Baguettes et gommettes.
- Remise des profils et analyse des forces/faiblesses de l'équipe.
- Élaboration d'un plan d'action individuel et collectif.



Objectifs **jour 2**

Renforcer son efficacité professionnelle en s'appuyant sur la connaissance de soi-même et sur son profil de personnalité

Voir le film de présentation de la méthode 4Colors® : <https://youtu.be/Ppqag56PK7Q>

- Comprendre son propre style de communication pour renforcer son efficacité professionnelle
- Maîtriser les 3 piliers de l'efficacité : Sincérité – Empathie – Synchronisation
- Comprendre les motivations et attentes des interlocuteurs
- Travailler sur son style opposé (style de personnes et situations)
- Savoir gérer les tensions et conflits, les moments difficiles



Programme Jour 2

1 - Comprendre les motivations et attentes des collaborateurs

- Les piliers identitaires colorés et les drivers colorés.
- Activité : Jeu de rôle pour confier un dossier (Set4colors).

2 - Communiquer avec son style opposé

- Mapping de son environnement
- Reconnaissance et compréhension de son style opposé.
- Adoption de comportements gagnants.
- Activité : Jeu de rôle sur des situations complexes.

3 - Gérer les situations difficiles

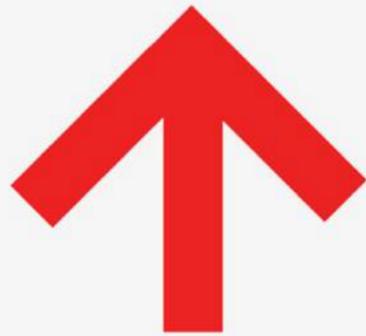
- Apprentissage de la Communication Non-Violente (CNV) colorée.
- Identification et régulation des niveaux de stress.
- Activité : Jeu de rôle pour des feedbacks colorés.

4 - Application concrète de la méthode

- Jeux d'équipe : carte + bande dessinée.
- Brainstorming pour une communication ouverte.
- Élaboration finale d'un plan d'action individuel et collectif.



Evaluation et sanction



Contrôle continu

Une évaluation formative aura lieu tout au long de la formation (travaux pratiques, tests, questionnaire)

Sanction

Un certificat de réalisation et une attestation de formation reprenant l'ensemble des objectifs pédagogiques, seront délivrés à chaque participant à l'issue de la formation





Les modalités



Horaires en présentiel

2 jours (14 heures)
Matin : 9h00 – 12h30
Après-midi : 13h30 – 17h30

Modalités d'inscription

4 à 10 personnes maximum par
session



Tarifs



Préparation et animation	Profils de personnalité 4Colors®	Entretien / Débriefing individuel (EN OPTION)
1750€ HT par jour	70€ HT par personne	180€ HT / heure (possibilité 2 entretiens de 30 minutes par heure)
Frais de déplacements, repas et hébergement en supplément		



Contactez-nous

Numéros de téléphone

06 72 88 01 53

06 63 76 92 39

Adresse e-mail

direction@groupe-swame.fr

Site internet

www.groupe-swame.fr

