

## OBJECTIFS

- **Mieux se connaître** : identifier ses forces, ses moteurs et axes de développement
- **Développer** une communication fluide et assertive, améliorer la performance et l'efficacité
- **Faciliter les échanges** et **mieux se connecter** aux autres en adaptant sa communication.
- **Être en mesure de désamorcer** les situations de tension ou de stress

## DURÉE & FORMAT

**En présentiel** : 2 journées de 7h + 3h de supervision collective soit 17h

Lieu de formation : Le Bazaar St Sauveur - 292 Rue Camille Guérin, 59800 Lille

Horaires : 9h30 - 13h / 14h - 17h30

**En distanciel** : 4 demi-journées de 3h30 + 3h de supervision collective soit 17h

Classe virtuelle via des plateformes synchrones, visioconférence Meet ou Teams et activités Klaxoon

Horaires : 9h - 12h30

**Nombre de participants** : minimum 6 et maximum 8 participants

## PUBLIC & PRÉ-REQUIS

Accessible à tout public

Aucun pré-requis.

## BENEFICES

A l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

**Identifier** leur forces, leur limites et leur axes de développement

**Comprendre** leurs besoins et leur leviers motivationnels

**S'appuyer** sur leur émotions pour formuler une demande efficace

**Mieux comprendre** en quoi les autres sont différents de lui pour **adapter** leur communication à leur interlocuteur



## MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

**Avant** : Réalisation d'un auto-diagnostic par les participants afin de définir leurs connaissances, leurs attentes et leurs besoins.

**Pendant** : Alternance d'apports théoriques et de travaux pratiques afin de favoriser l'assimilation des apprentissages. L'interaction entre les participants est utilisée comme source d'apprentissage et s'appuie sur des expériences vécues pour augmenter l'appropriation de toutes les notions et compétences abordées.

Les participants disposeront en fin de formation d'une boîte à outils, des éléments de compréhension et une meilleure connaissance d'eux-mêmes.

**Après** : Évaluation de la qualité de la formation et des apprentissages, supervision et mesure d'impact sur la pratique professionnelle et son opérationnalité.

## PROGRAMME

### MODULE 1

- Etat des lieux, enjeux et challenges actuels
- Mieux me connaître grâce au modèle DISC

### MODULE 2

- Les clés pour communiquer et coopérer avec les autres styles DISC

### MODULE 3

- Développer mon intelligence émotionnelle
- Désamorcer les situations de tensions et de stress

### MODULE 4

- Développer mon assertivité
- Identifier mes axes de développement et construire mon plan d'action



## LES POINTS FORTS DE LA FORMATION PAR BIWAK

Pédagogie participative, ludique et interactive

Boîte à outils, techniques et méthodes concrètes

Cas pratiques, mises en situation et jeux de rôle basés sur les situations des participants

## FORMATEURS

**Bastien CARPIER**, coach professionnel certifié, ses expériences de manager, de directeur puis de leader de projets numériques lui ont permis de se doter d'un solide bagage dans le développement et la montée en compétences d'équipes de grandes tailles, avec en fil rouge un soin à allier performance et bien être.



**Alexandra LUZIN**, coach professionnelle certifiée, ses 15 années d'expérience dans le domaine du management, de la relation clients et du digital lui ont permis de tisser de profondes affinités avec l'accompagnement des Hommes et des organisations dans le changement, le développement de l'intelligence collective, du leadership et le développement des compétences.

## TARIFS

**Inter-entreprise** : 1500 € HT par participant

**Intra-entreprise** : sur mesure, nous consulter pour obtenir un devis

## SITUATION DE HANDICAP

Nous sommes engagés à accompagner les personnes en situation de handicap, dans une démarche inclusive.

Si vous avez des contraintes de santé nécessitant d'adapter la formation, contactez notre référente handicap **Alexandra LUZIN** pour en échanger : [alexandra@biwak.fr](mailto:alexandra@biwak.fr)

## INSCRIPTION & ADMISSION

Toute demande d'inscription doit être formalisée (réponse sous 48h ouvrées) :

Sur le site : [www.biwak.fr](http://www.biwak.fr) via notre formulaire d'inscription

Par e-mail : [contact@biwak.fr](mailto:contact@biwak.fr)



Sur RDV : [Cliquez ici pour prendre RDV](#) (téléphone ou visioconférence)

Chaque demande d'inscription fera l'objet d'une étude et d'un rendez-vous exploratoire (téléphone, visioconférence ou face à face).

Pour chaque formation, selon la présence ou non de pré-requis, l'admission se fait au plus tard 48h avant le début de la formation selon différentes modalités en vérifiant le positionnement adéquat du candidat.

INTRA : Vous souhaitez réaliser cette formation dans votre entreprise, sans adaptation ni personnalisation du programme, contactez-nous pour demander un devis.

SUR MESURE : Ce programme pourra servir de base à la construction d'une formation sur-mesure adaptée à vos besoins et à votre environnement professionnel, contactez-nous pour demander une proposition personnalisée.

Délai de mise en place d'une session : 30 jours