

☞ Communication et rédaction professionnelles

# Améliorer la communication : le modèle des couleurs

## Contexte

La communication est un formidable outil pour l'établissement et le maintien de nos relations personnelles et professionnelles. Or, celle-ci peut s'avérer difficile et insatisfaisante avec certaines personnes, sans que l'on ne comprenne toujours pourquoi.

Le modèle des couleurs propose une compréhension très intéressante et concrète de la communication, car il permet d'identifier et de comprendre son propre style de personnalité et de communication, ainsi que celui des autres. Il favorise ainsi l'amélioration des compétences en communication, avec tous les types de personnalités, et permet également d'optimiser nos relations personnelles et professionnelles, tout en facilitant la collaboration et la synergie d'équipe.

Un questionnaire devra être rempli par les personnes participantes avant la formation, pour déterminer leur style de personnalité et de communication (profil Nova). Chaque personne recevra une analyse personnalisée.

## Objectifs pédagogiques

Cette formation vise à vous outiller afin d'adopter des stratégies de communication vous permettant de mieux travailler avec des personnes ayant des différents types de personnalité. Au terme de la formation, vous serez en mesure :

- d'identifier les 4 types de personnalité selon les 4 couleurs et de comprendre leurs forces, leur mode de fonctionnement et leurs axes de développement;
- d'identifier votre type de personnalité et de communication et de comprendre comment mieux communiquer avec les autres types;
- de saisir l'importance de l'intelligence émotionnelle dans les communications;
- d'utiliser des techniques efficaces de communication.

## Contenus

- Les 4 profils et leurs caractéristiques
- La communication efficace

- Les obstacles à la communication
- Les pièges de la communication
- L'influence du cerveau sur nos communications
- La communication non verbale
- La communication adaptée à chaque profil
- Les relations entre les 4 profils
- Les émotions observables (quotient émotionnel)
- Le processus pour communiquer efficacement
- L'écoute active

## Approche pédagogique

L'approche pédagogique est composée d'exposés magistraux, de discussions, d'échanges et de réflexions sur des cas vécus par les personnes participantes. La formation est très pratique et le contenu est présenté à travers des mises en situation et des cas réels. Les personnes participantes réaliseront leur profil Nova avant la formation et recevront une analyse de la formatrice.

## Clientèle cible

Cette formation est pour toute personne désireuse d'améliorer ses compétences en communication.

## Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette formation est d'une durée de 7 heures et donne droit à 0,7 UFC-UQO.

## Formatrice

*Nathalie Aubin* possède plus de vingt ans d'expérience dans le domaine de la gestion et dans plusieurs champs d'expertise connexes : la gestion de projets, la gestion du changement, la mobilisation des équipes, la réingénierie de processus, la communication, le coaching professionnel et la formation. Elle est axée sur les résultats et elle favorise l'équilibre entre les besoins du personnel et ceux de l'organisation.

Son expertise au sein du réseau de la santé et auprès des organisations publiques, privées et parapubliques fait d'elle une solide formatrice ayant beaucoup d'expérience à partager. Reconnue dans le domaine comme ayant une capacité hors du commun à faciliter la compréhension et la mise en application, elle habilite les gens qui suivent ses formations à intégrer rapidement les connaissances transmises. Ses outils efficaces et conviviaux permettent de joindre les notions à la pratique et de faire une différence concrète auprès des personnes participantes.