



**Durée :** 2 Jours.

**Public :**

toute personne souhaitant améliorer sa communication Dernière MAJ : Avril 2024

**Objectifs :**

Être capable de :

- ☐ Comprendre les fondements de la méthode DISC
- ☐ Identifier son profil comportemental
- ☐ Adapter sa communication en fonction des profils DISC
- ☐ Renforcer la cohésion et la collaboration
- ☐ Gérer les conflits et négocier efficacement

**Pré-requis :**

aucun

**Méthodes :**

Mise en situation sur des cas concrets

**Evaluation :**

Questionnaire découverte

Ce questionnaire individuel nous permet d'affiner et d'ajuster notre formation selon les attentes et les spécificités de chaque participant.

Il comprend 17 questions portant sur le parcours de chaque stagiaire, ses attentes et ses compétences.

Les réponses sont ensuite transmises au formateur pour un ajustement éventuel du contenu et du déroulé pédagogique. Dernière MAJ : Avril 2024

Test de positionnement

Ce test est mis en place en amont ou en début de session. Il permet :

- ☐ D'évaluer les compétences initiales et les attitudes des apprenants par rapport aux objectifs de la formation

## La méthode DISC

### ☐ LE LANGAGE DES COULEURS

Présentation de la méthode DISC : origine, objectifs

Caractéristiques des 4 types de personnalités : Rouge, Jaune, Vert, Bleu

Forces et limites de chaque couleur

Décrypter le profil de ses interlocuteurs

### IDENTIFIER SON PROFIL

Découvrir son profil grâce à un rapport personnalisé

Comprendre ses forces et ses limites selon son profil

☐ Discussion sur les résultats des questionnaires individuels

☐ Caractéristiques, forces et faiblesses

### Améliorer sa communication grâce au modèle

#### LES BASES DE LA COMMUNICATION

Les différents types de communication

Communication verbale et non verbale

Ecoute active et empathie

#### TRAVAILLER EN EQUIPE

Savoir faire passer un message

Savoir convaincre selon la couleur de ses interlocuteurs

Adapter son comportement à chaque profil pour mener à bien un projet

Identifier et utiliser les leviers de motivation de son interlocuteur

#### GERER LES INCOMPREHENSIONS

Comprendre les difficultés relationnelles entre profils

☐ Les différences de priorités

☐ Les réactions au stress et à la pression

Mettre fin à un conflit grâce à la méthode DISC

☐ Identifier les sources de conflit potentielles

☐ Outils de médiation et de négociation

**Modalités d'accès :** Adeos valide avec le candidat, qu'il possède bien les compétences et les prérequis nécessaires au suivi de la formation.

**Délais d'accès :** Nous contacter.

**Accessibilité aux personnes handicapées :** Nos locaux sont aux normes d'accueil pour les PMR, pour les autres handicapés nous contacter afin de pouvoir adapter la formation ou bien vous orienter vers un organisme partenaire.