

# Mieux se Connaître et Gagner en Agilité Relationnelle avec le modèle DISC

## Description de la formation

Le modèle DISC est un outil d'analyse comportementale qui permet d'identifier les styles de communication et de comportement des individus. Basé sur un langage simple et facile à retenir grâce aux quatre couleurs (Rouge, Jaune, Vert, Bleu), il offre une meilleure compréhension des tendances comportementales, permettant de valoriser les forces de chacun et de repérer leurs préférences relationnelles.

Se concentrant uniquement sur les comportements et les émotions, le DISC propose une approche neutre et bienveillante, idéale pour améliorer la connaissance de soi et la compréhension des autres. Cette méthode aide à adapter sa communication en fonction des différents profils, renforçant ainsi la flexibilité et l'efficacité dans les interactions professionnelles.

Que ce soit en équipe, avec des collaborateurs, des clients ou des partenaires, le DISC vous aidera à établir des relations professionnelles plus fluides et productives.

## Objectifs pédagogiques

- › Identifier les composantes du modèle DISC, les quatre profils comportementaux et leurs caractéristiques principales.
- › Repérer les préférences comportementales de ses interlocuteurs et reconnaître leur profil DISC.
- › Découvrir son propre profil DISC et identifier ses tendances comportementales, ses forces et ses axes de développement.
- › Utiliser le modèle DISC pour adapter sa communication et développer son agilité relationnelle dans les échanges professionnels.

## Prérequis

- › Aucun.

## Modalités pédagogiques

- › **Modalité** : Formation réalisée en présentiel.
- › **Méthode** : La formation se déroule entre 50% de théorie et 50% de pratique. Le formateur partage des points théoriques et des cas concrets, lance des discussions et échanges entre les stagiaires et propose des jeux / outils en relation avec le contenu et des mises en pratique.
- › **Support de formation** : Le support de formation utilisé par le formateur et le profil individuel DISC et Forces Motrices sont remis au stagiaire à l'issue de la formation.

## Modalités techniques

- › En format présentiel, le formateur dispose d'une présentation (support de formation), d'un vidéoprojecteur (ou TV), de tableaux blancs et de jeux / d'outils pédagogiques.
- › En format présentiel, le stagiaire n'a besoin d'aucun support particulier pour suivre la formation.
- › En amont de la formation, le stagiaire reçoit les questionnaires DISC et Forces Motrices à remplir en ligne via la plateforme de notre partenaire Assessments24\*7. Le profil complet sert de support d'analyse pour le formateur et est remis au stagiaire à la fin de la formation.

## Code

DIS020

## Durée

2 jours (14 heures)

## Nombre de participants

Entre 4 (minimum) et 8 (maximum) participants.

## Profil des stagiaires

Dirigeants, Equipes, Collaborateurs, Managers.

## Sanction de la formation

Attestation de fin de formation.

## Accessibilité

Accessible pour les personnes en situation de handicap et aménagement possible en fonction du type de handicap (prévenir avant le début de la formation).

## Modalités et délais d'accès

10 jours minimum avant la formation pour une demande de prise en charge.

## Modalités de suivi et d'évaluation

- › Evaluation préalable (positionnement) & Autodiagnostic (Passation des profils DISC® et Forces Motrices) en amont de la formation.
- › Evaluation de fin de formation sous forme de test (QCM) afin de valider l'acquisition des compétences et des connaissances.
- › Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation.
- › Feuille d'émargement signée par le(s) stagiaire(s) et le formateur, par demi-journée de formation.
- › Attestation de fin de formation.
- › Evaluation de suivi à froid (+ 1 mois).

## Intervenant

Isabelle, formatrice professionnelle d'adultes diplômée (Titre Professionnel FPA), **certifiée DISC et Forces Motrices Assessments24\*7**, facilitatrice en intelligence collective, s'engage à vous propulser dans votre développement professionnel avec humanité et bienveillance. Passionnée par la pédagogie et créative, elle façonne des expériences d'apprentissage adaptées et enrichissantes. A l'écoute, elle facilite avec empathie l'atteinte de vos objectifs.

## Tarifs

- › Interentreprises : 1 200,00 € HT
- › Intra-entreprise : sur demande

## Contenu de la formation

### JOUR 01

#### TRAVAIL EN AMONT (AVANT LA FORMATION)

- › Travail en amont : Passation des profils DISC et Forces Motrices en ligne via la plateforme de notre partenaire Assessments24\*7

#### SEQUENCE 1 :

- › Accueil des participants : Connaissance de manière ludique

#### SEQUENCE 2 : LES FONDEMENTS DE LA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE.

- › Les principes de base de la communication et de la perception.

#### SEQUENCE 3 : DECOUVERTE DU MODELE DISC DE W. MARSTON.

- › Découverte des 4 profils du DISC de Marston : Dominance, Influence, Stabilité, Conformité et leurs caractéristiques principales.
- › Exercice sous forme de jeux pour ancrer les notions.

#### SEQUENCE 4 : REPERER LES PREFERENCES COMPORTEMENTALES DE SES INTERLOCUTEURS ET RECONNAITRE LEUR PROFIL DISC.

- › Le reconnaître à travers : sa voix, sa posture
- › Les forces lumineuses et obscures de chaque style
- › Force / Limite / Besoin / Peur de chaque style.
- › Exercice sous forme de jeux, ateliers collaboratifs pour ancrer les notions.

#### SEQUENCE 5 : DECOUVRIR SON PROFIL DISC.

- › Découvrir son rapport individuel (Le rapport complet personnel, suite aux questionnaires sur le profil DISC et Forces Motrices d'Assessments24x7, est transmis aux apprenants en fin de journée) : profil naturel et profil adapté
- › Temps questions/réponses avec le groupe sur les profils et ateliers.

### JOUR 02

#### SEQUENCE 6 : DEVELOPPER SA FLEXIBILITE ET LES COMPORTEMENTS A ADOPTER SUIVANT SON INTERLOCUTEUR, DANS SON MILIEU PROFESSIONNEL.

- › Développer sa flexibilité et adapter sa communication à son interlocuteur grâce au DISC
- › Développer son assertivité
- › Jeux et Mises en situation en groupe

#### SEQUENCE 7 : ÉLABORER SON PLAN D'ACTION PERSONNEL

- › Identifier ses points forts relationnels et ses axes de progression.
- › Définir les actions concrètes à mettre en œuvre dans son environnement professionnel.
- › Co-construction d'outils de suivi personnel
- › Échanges en binômes puis collectif – feedbacks croisés.

#### SEQUENCE 8 : FIN DE JOURNEE

- › Remise du profil individuel DISC et Forces Motrices complet
- › Évaluation des acquis (quiz /qcm)
- › Évaluation satisfaction à chaud