

# Découvrir son style DISC pour mieux travailler et communiquer avec les autres


**Public**

Cadre, Manager, Chef de projets, Dirigeant.


**Méthodes mobilisées**

Recueil des attentes des participants. Apports théoriques et pratiques. Échange d'expérience. Études de cas. Mise en situation.


**1 jour**

(7h présentiel)

**Tarif INTER. : 350 €**
**Tarif INTRA : sur devis**


Réf. : EPRP-001


**Pré-requis**

Répondre au questionnaire DISC en ligne.


**Suivi et évaluation**

Feuilles d'émargement. Certificat de réalisation. Évaluation du bénéficiaire (QCM, mise en situation). Questionnaire de satisfaction à chaud et à froid.


**Les plus**

- Formation finançable par votre OPCO et le Plan de formation de votre entreprise.
- Diagnostic individuel et travail sur ses propres pratiques.
- Remise d'un rapport d'analyse personnalisé +1h de débriefing en visio.

**Objectifs**

Mieux comprendre son fonctionnement personnel, prendre conscience de son impact sur les autres, développer ses qualités et son potentiel, améliorer son efficacité relationnelle, cette formation vous aidera à mettre en place des stratégies de réussite, à vous adapter aux exigences de votre environnement, à mieux communiquer avec autrui et à accroître votre leadership.

À l'issue de cette formation, vous serez en mesure de :

- Adapter la forme de votre communication pour mieux être entendu sur le fond.
- Comprendre les différences et les ressorts de chacun des profils de couleurs.
- Vous positionner et comprendre vos propres réactions face à vos interlocuteurs.
- Présenter avec succès une idée avec des interlocuteurs différents.

**Programme**
**1- AVANT LA FORMATION**

Réponse en ligne au questionnaire DISC (environ 10 min).

La réponse à ce questionnaire est nécessaire à l'édition du rapport personnalisé remis à chaque participant durant la formation.

**2- DURANT LA FORMATION**
**Cerner le langage des couleurs**

- Les modes de perception.
- Le DISC de Marston.
- Les apports de Jung.

**Explorer les 4 profils DISC**

- Les préférences personnelles.
- Le fonctionnement de chaque type.
- Les forces et les pièges potentiels.

**Comprendre le mode de fonctionnement de son interlocuteur**

- Ce qui le dynamise.
- Comment il traite l'information.
- Comment il décide.
- Sa relation au temps.

**Développer son efficacité relationnelle et professionnelle**

- Valoriser les différences individuelles.
- Utiliser ses différences de manière constructive.
- Optimiser sa communication.

**Comprendre et s'adapter aux autres**

- S'adapter au profil DISC d'autrui.
- Communiquer et coopérer de manière optimale avec les différents profils.
- S'adapter aux styles comportementaux dans différents contextes.
- Construire et maintenir une relation fructueuse.

**3- EN FIN DE FORMATION**

- Remise d'un rapport personnalisé à chaque participant leur permettant de découvrir leurs styles DISC naturel et adapté.
- Débriefing. Question/Réponse.


**Pour aller plus loin**

- Coaching individuel et groupe de codéveloppement en visioconférence pour ancrer les bonnes pratiques.