

Formation Mieux se connaître et mieux communiquer avec le DISC



Apprenez à adapter votre posture et votre communication à votre interlocuteur pour préserver les liens, garantir la fluidité des échanges et renforcer la cohésion.

La formation **Mieux se connaître et mieux communiquer avec le DISC** s'adresse à toute personne souhaitant communiquer plus efficacement avec ses collègues, ses collaborateurs, ses responsables hiérarchiques, ses clients ... Elle permet de comprendre ses forces et ses émotions motrices pour mieux s'adapter à l'autre en toute circonstance.

En amont de la formation : comment bien se préparer ?

Passation de votre profil DISC de TTI Success Insights

- ▶ **Objectif** : établir son profil comportemental afin de pouvoir analyser son comportement, son communication et sa gestion des émotions
- ▶ **Principe** : questionnaire comportemental dans un contexte professionnel
- ▶ **Déroulement** : passation en ligne (une dizaine de minutes)
- ▶ **Remise du profil** : lors de la session de formation



PROGRAMME

1. Les fondamentaux de la méthode DISC

- ▶ Comprendre les principes clés du modèle du DISC
- ▶ Identifier les filtres de la communication
- ▶ Comprendre les comportements associés aux 4 couleurs du DISC

Méthodes pédagogiques : Jeux en équipe, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

2. Approfondissement des concepts de la méthode DISC

- ▶ Savoir identifier les comportements possibles des différents profils DISC dans différentes situations du quotidien
- ▶ Mieux comprendre les comportements de ses interlocuteurs

Méthodes pédagogiques : Jeux en équipe, Analyse d'extraits de film, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

3. Remise des profils, échanges et partages

4. Adapter sa communication à son interlocuteur

- ▶ Comprendre les bonnes pratiques de communication avec un interlocuteur en fonction de sa couleur dominante
- ▶ Savoir adapter son comportement à son interlocuteur (verbal / paraverbal / non-verbal)

Méthodes pédagogiques : Etude de cas, Mises en situation, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

5. Les émotions motrices et leurs débordements

- ▶ Comprendre les émotions qui génèrent de l'énergie et les émotions bloquantes
- ▶ Mieux comprendre ses propres comportements et ceux de ses interlocuteurs
- ▶ Identifier comment apaiser ses émotions

Méthodes pédagogiques : Réflexion en équipe, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

Formation Mieux se connaître et mieux communiquer avec le DISC



OBJECTIFS

- ▶ Découvrir son profil comportemental et relationnel
- ▶ Identifier, comprendre et gérer ses émotions motrices
- ▶ Mieux comprendre l'autre
- ▶ Savoir s'adapter à l'autre pour mieux communiquer
- ▶ Renforcer la cohésion

VOTRE CONTACT :

Stéphanie CHAMBON

Directrice de projets

schambon@amplitude-consulting.com

Port.: 06.67.23.44.04

@amplitudeformat

AMPLITUDE Consulting
36 Avenue de Wagram
75008 PARIS

www.amplitude-consulting.com



METHODE PEDAGOGIQUE

Pour obtenir un niveau d'appropriation optimal, nous utilisons la palette pédagogique suivante :

- ▶ Pédagogie positive, dynamise et bienveillante
- ▶ L'expression des participants : favoriser l'échange des pratiques et le partage des expériences
- ▶ L'ancrage émotionnel : solliciter les émotions pour susciter une mémorisation sur le long terme (atelier ludique, extrait de film, expérimentation personnelle, analogie...)
- ▶ Concepts et apports opérationnels essentiels : développés sous forme de schémas ou de points clés, repris dans les outils pédagogiques
- ▶ La mise en pratique pour faciliter l'appropriation : sous différentes formes : exercices, études de cas, jeux de rôles... 100 % adaptés aux attentes des participants
- ▶ L'engagement des participants : identifier et planifier des actions concrètes à mettre en œuvre pour progresser dans la pratique quotidienne

PREREQUIS :

Aucun

MOYENS D'EVALUATION ET DE SUIVI DE L'EXECUTION :

A l'issue de chaque mise en situation, le formateur débriefe les points forts et axes d'amélioration de chaque personne.

MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

Formation présentielle.
Co-construction d'un planning personnalisé selon vos besoins définis en amont.

ACCESSIBILITE AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP :

Nous sommes en mesure d'accueillir des personnes en situation de handicap. Veuillez nous contacter pour plus de renseignements.