

# DISC : Mieux vous connaître, mieux communiquer, mieux collaborer



1 jour · 7h

Présentiel

5 à 9 pers.

900€ HT · Inter

Intra : nous consulter

## Pourquoi faire cette formation ?

Tensions, malentendus, styles qui s'opposent : et si vos différences devenaient un vrai levier collectif ?

Le DISC vous donne une grille simple pour décoder vos interlocuteurs et adapter votre communication en quelques secondes.



### Objectifs pédagogiques

- Identifier son profil DISC
- Décoder les 4 styles chez ses interlocuteurs
- Adapter sa communication à chaque profil
- Désamorcer les tensions liées aux différences
- Bâtir un plan d'action sur ses relations clés



### Compétences visées

Connaissance de soi · Communication adaptative · Intelligence relationnelle · Coopération en équipe · Gestion des désaccords



### Cette formation est faite pour vous

Managers, commerciaux, RH, chefs de projet, collaborateurs : toute personne qui veut fluidifier ses relations professionnelles.  
Accessible aux personnes en situation de handicap.  
Réfèrent : clementine@blobconseilformation.fr



### Prérequis

Aucun prérequis.



### Contenu

#### Matin — Se connaître pour mieux se positionner

- Les fondamentaux du DISC : 4 couleurs, 4 façons de fonctionner
- Restitution de son profil personnel et zones de stress
- Repérer son style sous pression et ses leviers de performance

#### Après-midi — S'adapter pour mieux coopérer

- Décoder le style de ses managers, clients et collègues
- Adapter ton message, son rythme et ses arguments en situation
- Cas pratiques : annoncer un changement, recadrer, vendre une idée
- Plan d'action sur 3 relations professionnelles clés



### Méthodes pédagogiques

Pédagogie expérientielle : autoévaluation, jeux de rôles, mises en situation et débriefings croisés en sous-groupes.



### Livable

Profil DISC personnel détaillé + carte mémo des 4 couleurs + plan d'action relationnel + attestation de fin de formation.



### Modalités d'évaluation

Positionnement amont, quiz de validation, mises en situation observées et autoévaluation finale.



Certification DISC et Forces Motrices  
Assessments24x7 FR  
Date de délivrance : sept. 2019