

## LA METHODE DISC ET LES FORCES MOTRICES



### Public

Cette formation s'adresse à toute personne désireuse de mieux se comprendre et souhaitant améliorer ses relations en s'appuyant sur un outil solide, ludique et opérationnel.



### Prérequis

Cette formation ne nécessite pas de posséder de prérequis en amont, aucune connaissance particulière.



### Objectifs

Comprendre les différences et les ressorts de chacun des profils de couleurs – identifier vos propres tendances comportementales et facteurs de motivations  
– Adapter votre communication et progresser dans la connaissance de vous même



### Participants

Jusqu'à 8 personnes



### Durée

2Jours (14 heures)



### Intra

Dans vos locaux, selon vos disponibilités



### Inter

Nous consulter



### Tarif

1980 € HT

## PROGRAMME

- . Comprendre le DISC, langage des couleurs  
Présentation du modèle  
Associer les 4 couleurs aux profils comportementaux : dominance, stabilité, conformité.  
Comprendre le mode de communication privilégié de chaque couleur et les interactions entre elles.  
Décrypter le profil de vos interlocuteurs (mots, gestes, voix, gestion de l'espace)  
: comprendre leurs ressorts, réactions et besoins.
- . Mieux vous connaître avec le DISC  
Découvrir votre propre profil avec un rapport personnalisé Identifier les sous-jacents de votre style comportemental  
Distinguer votre style naturel et votre style adapté
- . Mieux vous comprendre avec les forces motrices  
Découvrir l'impact des 7 forces motrices et vos scores personnels  
Eclairage sur vos motivations Accords et conflits internes entre forces motrices
- . Renforcer votre impact personnel  
Mesurer ce que vous apportez à l'organisation et votre impact dans la relation  
Repérer et mieux savoir « gérer », selon votre profil, les situations génératrices de stress et d'émotions.  
Présenter un projet, une idée, en adaptant le fond et la forme aux couleurs de vos interlocuteurs Définir votre plan de développement personnel
- . Définir votre plan de développement personnel  
Définir vos forces, motivations, besoins  
Privilégier certaines pistes d'amélioration

### Méthodes pédagogiques

Formation participative, apports théoriques, échanges, Partage d'expériences, exercices d'application avec vidécs, mises en situation adaptés à l'activité des participants.

### Matériel pédagogique

Vidéoprojecteur, livres, vidéos, photos.

### Intervenant

Formateur expérimenté et spécialiste : management, communication, coaching, développement personnel

### Travaux pratiques

Outils de diagnostic, Jeux de rôle basés sur des cas professionnels, tests, quiz, mises en situation pratiques et débriefing en groupe.

### Evaluation et validation

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser.  
Délivrance d'un certificat de réalisation

### Modalités d'accès

Positionnement par une entreprise, par un gérant d'entreprise ou en direct si salarié(e) du particulier employeur.

### Délais d'accès :

Au plus tard 7 jours avant la date de début de la formation.

### Support pédagogique :

Remis aux stagiaires à l'issue de la formation : support de cours.

**Accessibilité handicap :** toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap.

