

PROGRAMME DE FORMATION

DISC Communiquer en couleurs

DURÉE : 1 jours | 7 heures

MODALITÉ D'ORGANISATION : Mixte

Informations

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Prendre conscience de son propre mode de fonctionnement.
- Développer sa flexibilité et son efficacité relationnelle en équipe.
- Identifier le profil des autres, leur mode de communication verbal et non verbal et leurs besoins.
- Adapter sa communication aux différents profils comportementaux.
- Améliorer son efficience personnelle dans la gestion du stress, des émotions, des conflits et du changement.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis.

ACCESSIBILITÉ

Si vous êtes en situation de handicap, merci de nous contacter afin que nous puissions vous accompagner et vous orienter au mieux dans votre demande et vos démarches.



Modalités pédagogiques

MODALITÉS

Formation dispensée en présentiel ou à distance (sur demande) par un formateur expert certifié DISC/4colors, en qualité de vie au travail et efficacité professionnelle : apports théoriques, exercices de mise en situation professionnelle.

Programme, supports et fiches pratiques remis aux stagiaires. Supports pédagogiques utilisés : vidéos, documents PDF, PowerPoint et quiz.

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE SUIVI

Avant la formation : audit des besoins et du niveau

À la fin de la formation : évaluation de la compréhension et de l'assimilation des savoirs et savoir-faire par le formateur

Formation qualifiante : attestation de fin de formation (appelée « certificat de réalisation »)

Contenu pédagogique

01 - Introduction et tour de table

- Présentation des étapes et thématiques abordées : sommaire du module/parcours de formation.
- Validation des objectifs avec chaque apprenant.
- Tour de table guidé : échanges et positionnement des acquis et des besoins de chacun.

02 - Présentation de la méthode disc / 4 colors

- Connaître les différents comportements existants en réaction à notre environnement.
- S'approprier les 4 couleurs : rouge, jaune, vert, bleu comme grille de lecture des différents modes de communication.
- Bilan sur sa façon de communiquer.
- Identifier sa couleur dominante points forts/points faibles : reconnaître ses besoins prioritaires, ses peurs, ses motivations.
- Comprendre son fonctionnement en situation de stress et l'impact sur les autres.

03 - Déterminer rapidement le profil comportemental de ses interlocuteurs

- Déterminer rapidement le profil comportemental de ses interlocuteurs : s'approprier des repères verbaux et non verbaux pour décrypter le style comportemental de ses interlocuteurs.
- Se rendre compte des situations d'incompréhension (malentendus, désaccords, conflits) et savoir les résoudre.
- S'entraîner à communiquer différemment : adopter une communication positive qui tient compte des différences et des particularités des interlocuteurs.

04 - S'entraîner à communiquer différemment : mise en pratique

- Réfléchir à l'adaptation de la méthode DISC en fonction des publics (Gen Z, TDAH...).
- Adapter le fond et la forme de votre message au style de votre interlocuteur.

05 - Valider les acquis et clôturer la formation

- Bilan et évaluation finale de la formation.
- Enquête de satisfaction à chaud.

Modalités d'évaluations

- Évaluation en continu de la compréhension et de l'assimilation des savoirs et savoir-faire par le formateur lors de mises en situation et cas pratiques.
- Évaluation des acquis : Quiz/QCM de fin de module.
- Auto-positionnement avant et après la formation.