

Mieux se connaître et mieux communiquer avec le DISC

Code produit : DISC / Version : V1

FINALITE DE LA FORMATION

L'analyse comportementale basée sur la méthode DISC de William Marston décrit différents styles de comportement et de communication. Elle distingue le comportement d'une personne (style naturel) de la façon dont elle s'adapte à son environnement (style adapté).

En effet, nous disposons d'un ensemble de possibilités pour communiquer et interagir avec notre environnement, et sans en avoir véritablement conscience nous en privilégions certaines.

Ainsi, cet outil permet une meilleure connaissance de soi, la compréhension de ce qui nous différencie des autres et donc également une meilleure capacité à identifier ce qui favorise ou au contraire ce qui nous fait prendre le risque de dégrader la qualité de nos relations à l'autre.

Cette analyse permet de ce fait d'accroître ses compétences relationnelles afin de mieux communiquer, d'appréhender les différences comme une richesse et non comme un obstacle, de poser les bases d'une relation apaisée et efficace, en ajustant son mode de fonctionnement à son environnement et donc de développer l'efficacité individuelle et collective.

Cette analyse va permettre de :

- Mieux se connaître soi-même, identifier ses forces, ses limites et ses axes de développement personnel et gagner en confiance en soi
- Mieux comprendre comment et en quoi les autres sont différents de soi
- Adapter sa communication interpersonnelle pour gagner en flexibilité et en efficacité
- Soutenir l'intelligence collective et la coopération, améliorer la qualité du travail d'équipe
- Prévenir les tensions et les conflits au sein d'une équipe

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Découvrir son profil comportemental avec le DISC® et identifier ses préférences
- Connaître les différents styles de personnalité
- Mieux comprendre ses modes de fonctionnement et ceux d'autrui
- Gagner en authenticité et en fluidité dans ses interactions avec les autres

PUBLIC CONCERNE/EMPLOI VISE

Toute personne souhaitant développer son potentiel en qualité relationnelle et son efficacité personnelle.

PREREQUIS

Aucun

MODALITES

Durée : 7 heures / 1 jour en équipe + 1h30 par personne pour débriefing individuel de son étude

Type : Présentiel

Méthodes et moyens pédagogiques : Apports théoriques et pratiques

Validation des acquis : Tour de table, observation

Sanction de la formation : Attestation de fin de formation

Profil de l'intervenant : Formateur certifié DISC, expérimenté et supervisé

PROGRAMME

❖ **Module 1 : Introduction**

- Présentation du modèle, de ses fondements
- Les 4 dimensions DISC et leurs impacts sur les comportements, la communication, le fonctionnement de la personne
- Les notions de « style naturel » et « style adapté »
- Les forces motrices

❖ **Module 2 : Mon profil DISC**

- Identification de ses comportements préférentiels sur chacune des dimensions
 - Orientation de l'énergie
 - Vision de l'environnement et mode de recueil des informations
 - Les critères de prise de décision
 - Mode d'organisation / Mode d'action
 - Influence des forces motrices

❖ **Module 3 : Mon profil typologique et mes besoins en matière de communication et d'interaction avec les autres**

- Explorer ses propres qualités et faiblesses comme des sphères de développement potentielles
- Identifier ses zones de confort et d'inconfort, de sous et sur régime
- Découvrir ses forces motrices

❖ **Module 4 : Mieux comprendre les autres**

- Reconnaître le type de personnalité des autres
- Adapter son mode de fonctionnement pour une communication plus efficace