

MIEUX COMMUNIQUER AVEC LA MÉTHODE DES COULEURS - PROFIL DISC

Découvrez votre profil et adaptez votre communication avec justesse.

Réf
RCOMDISCA-ELV14

Modalité
Présentiel

Durée
2.0 jour(s) - 14.0h

Nb stagiaires
8



OBJECTIFS

A l'issue de cette formation vous serez capable de :

- Identifier vos comportements et processus de fonctionnement liés à votre personnalité.
- Reconnaître vos points forts et vos points à améliorer dans votre façon de communiquer.
- Comprendre le profil comportemental de son interlocuteur et ses besoins.
- Mieux gérer dans les moments difficiles et dans les inévitables périodes de stress.
- Augmenter votre flexibilité et votre efficacité relationnelle en équipe.



A QUI S'ADRESSE CETTE FORMATION ?

Public

Tout public.

Pré-requis

Aucun.



CONTENU

Présentation de la méthode Arc-en-ciel DISC ®

- 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 d'amélioration.
- Reconnaître ses besoins prioritaires, ses peurs, ses motivations.
- Comprendre son fonctionnement sous stress et l'impact pour les autres.

Repérer le profil comportemental de ses interlocuteurs

- S'approprier des repères verbaux et non verbaux pour repérer la typologie de nos interlocuteurs.

- Comprendre les situations d'incompréhension (malentendus, désaccords, conflits) et savoir les résoudre.

S'entraîner à communiquer différemment

- Adopter une communication positive qui tient compte des différences.
- Adapter le fond et la forme de votre message aux couleurs de votre interlocuteur.



PÉDAGOGIE

La pédagogie de cette formation repose sur :

- En amont de la formation, la réalisation en ligne d'un autodiagnostic de personnalité confidentiel d'environ 25 pages Arc-en-ciel DISC©.
- Une pédagogie interactive à partir d'apports théoriques et pratiques.
- Des exercices et jeux à partir du modèle Couleurs.
- Un support de formation sur le modèle AEC DISC©.



GESTION DES ACQUIS

Méthodes d'évaluation

- **Évaluation pré-formative** : Une grille d'auto-positionnement est transmise aux apprenants en amont de la formation pour faire un auto-diagnostic de leurs compétences.
- **Évaluation de suivi** : Évaluation du développement des compétences via la grille d'auto-positionnement remplie à l'issue de la formation.
- Évaluation à chaud de satisfaction fournie par REZO.
- **Évaluation des acquis** : Le/la formateur/trice remplit à son tour une grille de validation des acquis basée sur les compétences et connaissances acquises.
- Attestation de fin de formation REZO.



FORMATEUR ET PARTENAIRE

Notre formatrice est coach et facilitatrice en intelligence collective.



ACCESSIBILITÉ

Les personnes en situation de handicap souhaitant suivre cette formation sont invitées à nous contacter directement afin d'étudier ensemble les solutions d'aménagement.

**REZO PARTAGE**

3C rue Irène Joliot Curie, 38320 Eybens
Tél. 04 76 18 06 81 – service-clients@rezo-partage.com
SCOP SARL au capital variable (25 000€) - RCS
Grenoble – SIRET : 809 267 339 00046