

## Profils DISC

« Communiquer autrement en entreprise »

**Durée :** 14 heures de formation sur 2 journées espacées d'un mois

Possibilité d'ajouter ½ journée de bilan à l'issue de la seconde journée (en option)

**Lieu :** salle de formation Coopilot Meximieux

**Nature de la formation :** Action de formation + séance de coaching individuel

**414 :** Développement des capacités individuelles d'organisation

**Délais d'accès :** 2 mois

**Dates 2024 :** 18/01/2024 - 19/03/2024 - 18/06/2024 - 17/09/2024

**Public concerné :** Toute personne désireuse d'améliorer sa communication interpersonnelle

**Prérequis :** aucun

**Formation intra ou inter entreprise**

**Nombre de Participants maximum :** 6

**Accessibilité :** pour tout besoin d'aménagement spécifique, nous contacter

**Sanction visée :** Certificat de réalisation

**Modalités d'accès :** Pour tout renseignement complémentaire, n'hésitez pas à nous contacter

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- Identifier le fonctionnement des relations en milieu professionnel
- Comprendre le mécanisme des émotions pour mieux les accueillir dans ses relations professionnelles
- Découvrir les 4 profils de comportements du DISC
- Distinguer les leviers de motivations et les besoins en milieu professionnel.
- Développer une posture assertive en entreprise

## OBJECTIFS OPERATIONNELS ET CONTENU DE LA FORMATION

---

### JOUR 1 : La découverte de son profil comportemental avec la méthode DISC

#### Déterminer les composantes de la communication interpersonnelle

- Le fonctionnement de la communication interpersonnelle
- Le langage verbal et non verbal
- Les différents niveaux de perceptions

#### Reconnaître et accueillir les émotions pour mieux les gérer en milieu professionnel

- Les principales émotions
- Le rôle des émotions
- Le compteur émotionnel
- Adapter sa communication aux différents profils

#### Découvrir les 4 profils comportementaux du DISC

- La présentation des profils Dominant, Influent, Stable et Conforme
- Les caractéristiques essentielles par couleur/profil

### JOUR 2 : L'affirmation de sa posture relationnelle en milieu professionnel

#### Identifier les facteurs de motivation et les besoins des différents profils

- Les 7 motivations de SPRANGER et les comportements associés
- Les besoins et les réactions types sous stress

#### Analyser son propre profil comportemental

- La découverte de son profil comportemental naturel et adapté
- L'identification de ses propres besoins et motivations

#### Développer une posture assertive

- La définition de l'assertivité
- Une affirmation de soi respectueuse
- Une communication factuelle avec le DESC

### Jour 3 : Bilan de la formation

- Debrief des différents plans d'action avec les participants
- Réajustement du Plan d'action défini lors de la seconde journée
- Bilan de suivi de la formation

## ORGANISATION DE LA FORMATION

---

Coopilot est un organisme de formation Certifié Qualiopi en « actions de formation » et « bilans de compétences » enregistré sous le numéro 84691976369 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes.

### Equipe pédagogique :

#### **Roxane :**

- Formatrice & Coach professionnel certifiée
- 13 années d'expérience dans la formation continue Adultes
- Spécialiste de la communication non violente

#### **Vanessa :**

- Formatrice, Coach professionnel certifiée & Consultante en bilan de compétences
- 10 années d'expérience dans la réclamation clients
- Spécialiste de l'optimisation des processus

### Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des apprenants dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés et remis aux participants
- Exposés théoriques
- Analyse de la pratique
- Mises en situation
- Tests de personnalité

### Dispositifs de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Formulaire de positionnement en amont, à mi-parcours et en fin de formation
- Feuilles de présence.
- Plan d'action individuel suivi par l'intervenant.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

## TARIFS

---

### Formation Seule

- 14 heures de formation : 1500 € HT

### Formation + Bilan

- 17,5 heures de formation : 1875 € HT/pers