

### VOTRE CONTACT

**Marine GARRET**

Assistante formation

formation@amplitude.email

Port.: 06.65.74.74.15

### POUR QUI ?

Toute personne souhaitant communiquer plus efficacement avec ses collègues, ses collaborateurs, ses responsables hiérarchiques, ses clients...

### EN AMONT

**Passation de votre profil DISC de TTI Success Insights**

- **Objectif** : établir son profil comportemental afin de pouvoir analyser son comportement, son communication et sa gestion des émotions
- **Principe** : questionnaire comportemental dans un contexte professionnel
- **Déroulement** : passation en ligne (une dizaine de minutes)
- **Remise du profil** : lors de la session de formation

### PRÉREQUIS

Aucun

### MOYENS D'ÉVALUATION ET SUIVI DE L'EXÉCUTION

- Auto-évaluation des participants avant et après la formation sur les objectifs pédagogiques
- Débriefing personnalisé par le formateur après chaque mise en situation (points forts et axes d'amélioration)

### MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

Formation présentielle.

Co-construction d'un planning personnalisé selon vos besoins définis en amont.

### ACCÈSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

Nous sommes en mesure d'accueillir les personnes en situation de handicap.

**Apprenez à adapter votre posture et votre communication à votre interlocuteur pour préserver les liens, garantir la fluidité des échanges et renforcer la cohésion.**

### OBJECTIFS

- Découvrir son profil comportemental et relationnel
- Identifier, comprendre et gérer ses émotions motrices
- Mieux comprendre l'autre
- Savoir s'adapter à l'autre pour mieux communiquer
- Renforcer la cohésion

### PROGRAMME

#### Les fondamentaux de la méthode DISC

- Comprendre les principes clés du modèle du DISC
- Identifier les filtres de la communication
- Comprendre les comportements associés aux 4 couleurs du DISC

> **Méthodes pédagogiques** : Jeux en équipe, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

#### Approfondissement des concepts de la méthode DISC

- Savoir identifier les comportements possibles des différents profils DISC dans différentes situations du quotidien
- Mieux comprendre les comportements de ses interlocuteurs

> **Méthodes pédagogiques** : Jeux en équipe, Analyse d'extraits de film, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

#### Remise des profils, échanges et partages

#### Adapter sa communication à son interlocuteur

- Comprendre les bonnes pratiques de communication avec un interlocuteur en fonction de sa couleur dominante
- Savoir adapter son comportement à son interlocuteur (verbal / paraverbal / non-verbal)

> **Méthodes pédagogiques** : Etude de cas, Mises en situation, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

#### Les émotions motrices et leurs débordements

- Comprendre les émotions qui génèrent de l'énergie et les émotions bloquantes
- Mieux comprendre ses propres comportements et ceux de ses interlocuteurs
- Identifier comment apaiser ses émotions

> **Méthodes pédagogiques** : Réflexion en équipe, Apports notionnels, Echanges et partages en groupe

### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

**Pour obtenir un niveau d'appropriation optimal, nous utilisons la palette pédagogique suivante :**

- Pédagogie positive, dynamise et bienveillante
- **L'expression des participants** : favoriser l'échange des pratiques et le partage des expériences
- **L'ancrage émotionnel** : solliciter les émotions pour susciter une mémorisation sur le long terme (atelier ludique, extrait de film, expérimentation personnelle, analogie...)
- **Concepts et apports opérationnels essentiels** : développés sous forme de schémas ou de points clés, repris dans les outils pédagogiques
- **La mise en pratique pour faciliter l'appropriation** : sous différentes formes : exercices, études de cas, jeux de rôles... 100 % adaptés aux attentes des participants
- **L'engagement des participants** : identifier et planifier des actions concrètes à mettre en œuvre pour progresser dans la pratique quotidienne