

MIEUX SE CONNAITRE POUR MIEUX COLLABORER GRACE A L'OUTIL DISC

La qualité de la communication conditionne directement la cohésion et la performance d'une équipe. Mieux se connaître, comprendre son propre mode de fonctionnement et reconnaître celui des autres permet d'améliorer la coopération et de prévenir les malentendus. Cette formation, fondée sur le modèle DISC, aide chacun à identifier son style comportemental et à adapter sa communication aux différents profils pour collaborer plus efficacement.

Objectifs pédagogiques

À l'issue de cette formation, les participants seront capables de :

- Identifier leur profil comportemental DISC et en comprendre les impacts
- Reconnaître les styles comportementaux des autres et leurs besoins spécifiques
- Adapter leur communication et leur mode de collaboration selon les profils rencontrés
- Développer une meilleure compréhension mutuelle au sein de leur équipe
- Mettre en place des bonnes pratiques relationnelles favorisant la coopération

Programme de formation

1 Administration d'un questionnaire DISC en amont de la formation

2 Mieux se connaître grâce au modèle DISC

- Introduction au modèle DISC : origines, principes et axes clés
- Découverte des 4 styles comportementaux : rouge, jaune, vert, bleu
- Distinguer son style naturel et son style adapté
- Comprendre ses forces, besoins et sources de motivation
- Découverte et analyse de son propre profil DISC

3 Comprendre et reconnaître les profils de ses interlocuteurs

- Comprendre les différences de perception et de comportement selon les profils
- Repérer les signes observables dans la communication et les attitudes
- Décoder les besoins psychologiques et les leviers de motivations de chaque type
- Comprendre les réactions sous stress et leurs impacts dans la relation
- Identifier les points de complémentarité et de friction entre profils
- Activité : "Décoder mon interlocuteur" - reconnaître les profils à partir de situations

4 Adapter sa communication et renforcer la coopération

- Les clés pour adapter sa communication selon le profil de son interlocuteur
- Ajuster son rythme, ton, niveau de détail et canal de communication
- Développer une écoute active et une reformulation adaptée
- Gérer les malentendus et tensions relationnelles entre profils opposés
- Atelier collaboratif : "Comment mieux communiquer avec les autres couleurs ?"

Modalités



Durée

2 jours (14 heures)



Lieu

Inter : Lyon, Paris ou visio
Intra : présentiel ou visio



Tarif

Inter : 1 650 € HT
Intra : sur devis



Public cible

Tout public

Accessibilité et situation de handicap : nous adaptons nos formations à vos besoins



Prérequis

Aucun prérequis

★★★★★★★★★ 9.1/10

En 2024, nous avons organisé 309 sessions de formation qui ont accueilli un total de 2531 participants, avec un taux moyen de satisfaction de 9.1/10.

Méthodologie pédagogique

- Pédagogie expérientielle : alternance d'apports concrets, de mises en pratique et de réflexions individuelles
- Mises en situation réelles : issues du quotidien managérial des participants
- Outils pratiques : directement transférables sur le terrain
- Échanges de pratiques : entre pairs pour enrichir les apprentissages

Validation des acquis

- Mises en situation avec feedback en groupe et de l'intervenant
- Auto-évaluation en début et fin de formation sur les compétences travaillées
- Réalisation d'exercices et quiz en cours de formation

Contactez-nous !



contact@kohe.fr



www.kohe.fr



Bureau de Lyon

45 Quai Rambaud, 69002 Lyon
04.78.38.68.71



Bureau de Paris

37 Rue Caumartin, 75009 Paris
01.71.19.74.06

GETTING TO KNOW YOURSELF BETTER TO COLLABORATE BETTER THANKS TO THE DISC TOOL

The quality of communication directly influences a team's cohesion and performance. Understanding your own way of working and recognizing how others operate improves cooperation and prevents misunderstandings. This training, based on the DISC model, helps each participant identify their behavioral style and adapt their communication style to different profiles to foster more effective collaboration.

Educational goals

Upon completing this training, participants will be able to:

- Identify their DISC behavioral profile and understand its impact
- Recognize the behavioral styles of others and their specific needs
- Adapt their communication and collaboration methods according to the profiles they encounter
- Develop a better mutual understanding within their team
- Establish good relationship practices that promote cooperation

Program

1 Participants will take a DISC questionnaire prior to training

2 Get to know yourself better using the DISC model

- Introduction to the DISC model: origins, principles, and key areas
- Discovering the four behavioral styles: red, yellow, green, and blue
- Distinguishing between your natural and adapted styles
- Learning to understand your strengths, needs, and sources of motivation
- Discovering and analyzing your own DISC profile

3 Understanding and recognizing your interlocutors' profiles

- Learning about the differences in perception and behavior according to profiles
- Identifying observable signs in communication and attitudes
- Decoding the psychological needs and motivational drivers of each type
- Learning to understand reactions under stress and their impact on relationships
- Identifying points of complementarity and friction between profiles
- Activity: "Decoding my Interlocutor." Recognize profiles based on situations

4 Adapting your communication to strengthen cooperation

- Learning the keys to adapting your communication according to your interlocutor's profile
- Adjusting your pace, tone, level of detail, and communication channel
- Developing active listening skills and appropriate reformulation
- Learning to manage misunderstandings and relational tensions between opposing personalities
- Collaborative workshop: "How to communicate better with other colors."

Practical details



Duration

2 days (14 hours)



Location

Inter : Lyon, Paris or via video conference

Intra : in-person or via video conference



Price

Inter : €1,650 excluding VAT

Intra : on estimate



Target audience

For all

Accessibility and disability inclusion : we adapt our training to your needs



Prerequisites

None

★★★★★ 9.1/10

In 2024, we organized 309 training sessions, welcoming a total of 2531 participants and achieving an average satisfaction rate of 9.1/10.

Teaching methodology

- Experiential pedagogy involves alternating concrete contributions, practical applications, and individual reflections
- Real-life scenarios are drawn from participants' everyday managerial experiences
- Practical tools are directly transferable to the field
- Exchanges of practices between peers enrich learning

Skill validation

- Role-playing exercises with group and speaker feedback
- Self-assessment at the start and end of training on the skills worked on
- Completion of exercises and quizzes during training

Contact us !



contact@kohe.fr



www.kohe.fr



Lyon office

45 Quai Rambaud, 69002 Lyon
04.78.38.68.71



Paris office

37 Rue Caumartin, 75009 Paris
01.71.19.74.06