

## MANAGER EFFICACEMENT AVEC LE DISC

### Ce que vous vivez

Dans vos relations professionnelles, vous êtes parfois confronté à des incompréhensions, des malentendus ou des tensions liées aux différences de style. Apprendre à s'affirmer sans dominer, à dire non sans blesser, à s'adapter sans se nier : c'est tout l'enjeu de cette formation. Grâce à la méthode DISC, vous apprendrez à mieux vous connaître, à mieux lire les autres et à ajuster votre communication pour gagner en impact et en sérénité.

### Pour qui

Managers en poste ou en devenir, souhaitant développer leur assertivité, renforcer leurs relations professionnelles et ajuster leur communication à la diversité des styles relationnels.

### 2 jours (14h)

Présentiel ou à distance selon les besoins de votre structure

**1 390 € HT**

### Objectifs de la formation

- Comprendre les grands principes de la communication interpersonnelle
- Développer une posture assertive en contexte professionnel
- Identifier les styles relationnels à travers la méthode DISC
- Adapter votre communication à chaque profil pour favoriser la coopération
- Prendre votre place avec clarté et impact au sein d'une équipe

### Méthodes pédagogiques

- Autodiagnostic
- Apports ciblés
- Echanges entre pairs et analyse de situations vécues
- Jeux de rôles & mises en situation
- Élaboration d'un plan d'actions personnel de progression

### Modalités d'évaluation

- Recueil d'attentes et analyse des besoins (avant la formation)
- Observation et évaluation des mises en situation
- Retour croisé sur les pratiques managériales

**POUR CONNAITRE LES DATES DES PROCHAINES SESSIONS OU DEMANDER UN DEVIS, NOUS CONTACTER**

59 Rue Claude Chappe  
78370 Plaisir

☎ 01 30 79 53 98 ✉ 01 30 79 53 99 ✉ contact@excellensformation.com

## Contenu de la formation

### Comprendre les bases de la méthode DISC

- Découvrir le modèle DISC : origines, principes et intérêts pour le management
- Comprendre les préférences comportementales et les styles relationnels
- Identifier les 4 profils de base : Dominant (rouge), Influent (jaune), Stable (vert), Conscientieux (bleu)
- Reconnaître les comportements typiques associés à chaque profil en contexte professionnel

### Se connaître en tant que manager grâce au DISC

- Identifier son propre style DISC à l'aide d'un autodiagnostic ou retour d'expérience
- Analyser l'impact de son profil sur sa posture managériale
- Prendre conscience de ses forces, de ses points de vigilance et de ses zones d'inconfort
- Comprendre la perception que les autres peuvent avoir de son style

### Adapter sa communication et son management aux profils DISC

- Adapter son style de communication en fonction des besoins comportementaux
- Gérer les situations difficiles : tensions, résistance, stress, sous l'angle DISC
- Développer une posture de flexibilité managériale : ajuster son discours, son rythme, son mode d'action
- Identifier les leviers de motivation et de reconnaissance propres à chaque profil

### Renforcer la coopération et l'intelligence collective avec le DISC

- Comprendre les dynamiques de groupe et les interactions entre profils
- Identifier les complémentarités et les risques de conflits comportementaux
- Utiliser le DISC pour faciliter les réunions, les feedbacks, la délégation, ...

## Profil de l'intervenant

Formateur ou formatrice experte en DISC, en communication interpersonnelle, assertivité et méthodes comportementales. Expérimentée dans l'accompagnement de managers du secteur public et privé.

## Accessibilité

Nous nous engageons à rendre cette formation accessible, avec des supports adaptés et des aménagements possibles selon les besoins de chaque participant.

**POUR CONNAITRE LES DATES DES PROCHAINES SESSIONS OU DEMANDER UN DEVIS, NOUS CONTACTER**

59 Rue Claude Chappe  
78370 Plaisir

☎ 01 30 79 53 98 ✉ 01 30 79 53 99 ✉ contact@excellensformation.com

Organisme certifié Qualiopi  
sous le n°2020/89914.1  
pour les actions de formation.

SAS au capital de 7 500€  
SIREN 502 197 551 RCS Versailles - SIRET 502 197 551 00034  
Code APE : 8559 A - N°TVA : FR14502197551 - OF N°11788063378  
[www.excellensformation.com](http://www.excellensformation.com)