



Mieux se connaître pour mieux communiquer avec la méthode des couleurs DISC

Durée : 1 à 2 jours

Objectifs

- Gagner en adaptabilité, en efficacité et en souplesse relationnelle
- Renforcer son influence et sa force de persuasion
- Gérer les situations difficiles de la communication

Programme

Comprendre les mécanismes relationnels

- Appréhender les 3 piliers d'une relation : soi - autrui et la situation
- Connaître les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Analyser les principaux obstacles à une bonne communication

Cas pratique : Prendre conscience de ses propres modes de communication

Découvrir le langage des couleurs - Le DISC

- Présentation de la méthode du DISC : principes et origines
- Découvrir les 4 typologies de couleurs rouge, jaune, vert, bleu
- Et les profils comportementaux associés « dominance », « influence », « stabilité », « conformité »
- Analyser les profils et leurs caractéristiques : forces, faiblesses, façon d'aborder les challenges...
- Mieux comprendre son ressenti et son seuil de tolérance face aux différentes couleurs
- Prendre conscience de son propre style pour mieux accepter les différences de l'autre

Analyser le comportement de ses collaborateurs à travers la matrice DISC

- Savoir identifier les indicateurs comportementaux (mots, gestes, voix) pour connaître les profils de personnalités
- Reconnaître les grands types psychologiques et leur comportement sous stress
- Connaître et reconnaître la dynamique de ses interlocuteurs
- Analyser les facteurs de motivation et les besoins de l'autre



Convaincre en couleur : faire passer son message dans la couleur de l'autre

- Apprendre à synchroniser sa communication en fonction de la dominante de l'autre
- Préparer son message
- Choisir et formuler habilement ses arguments en fonction des motivations et des canaux de communication de son interlocuteur

Développer son agilité relationnelle et gagner en leadership

- S'adapter en souplesse tout en gardant sa personnalité
- Développer des rapports constructifs et la coopération « dire les choses » tout en préservant la qualité de la relation
- Mieux travailler en équipe grâce à l'approche DISC
- Gérer le stress de chacun grâce à son profil

Communiquer en cas de conflit

- Découvrir et comprendre les sources d'incompréhension et de conflits entre les couleurs
- Prévenir et gérer les tensions grâce au langage des couleurs
- Savoir sortir des conflits en utilisant la méthode DISC des couleurs

Méthodologie

80 % pratique - 20 % théorie

- Cas pratique : identifier son profil comportemental et identifier les couleurs associées
À partir du débriefing du test sur le modèle DISC, les participants découvrent leur profil, leur style de communication et leur préférence comportementale. Ils définissent leurs talents, leurs forces et leurs points de vigilance.
- Cas pratique : résolution d'une situation de blocage entre deux services / deux équipes en utilisant la méthode des couleurs.
- Cas pratique : savoir donner un feed-back et émettre une critique difficile dans la couleur de l'autre
- Jeu de rôle : le personnalisateur
 - Identifier le style dominant de son interlocuteur.
 - Les participants s'entraînent à reconnaître le profil de leur interlocuteur en fonction des réactions à des situations données.
- Cas pratique : motiver ses collaborateurs à une idée
Les participants préparent des scénarios pour convaincre leur interlocuteur en fonction de sa couleur dominante.