Formation - Colorez votre posture de communication avec la puissance de l'outil DISC

Communiquez efficacement grâce au DISC : pour mieux vous connaître et vous adapter aux "couleurs de comportement" de l'Autre

Communication et compétences relationnelles | Dynamique de groupe, gestion des conflits

CODE : 10979 | Mise à jour : 16/09/2025

Objectifs

- Identifier sa propre couleur de comportement pour mieux exploiter ses ressources personnelles
- Décrypter la couleur de comportement de l'autre pour bien le comprendre
- Adapter à l'autre sa façon de communiquer pour être plus convaincant tout en évitant les litiges

Contenu de la formation

Venez découvrir le DISC*, aussi appelé Méthode des Couleurs, ce formidable outil de connaissance de soi et des autres et comment vous pouvez l'utiliser pour mieux communiquer avec vos collaborateurs, managers, collègues, clients ou proches, dans votre quotidien professionnel ou privé.

Voici le contenu de votre journée de formation :

- Les différents prismes de lecture et comment ils impactent notre communication
- Les couleurs et leur symbolique
- Les bases théoriques du DISC*
- Comment identifier les couleurs de DISC* chez l'autre
- Les forces et limites des différentes couleurs de comportement
- Comprendre son profil DISC*
- Développer sa flexibilité comportementale pour s'adapter à l'autre dans différents contextes (management, communication interpersonnelle, vente, ...)
- Utiliser le DISC* pour éviter ou gérer les conflits

Cette formation est une formation basée sur la pédagogie active où chaque stagiaire est mis en action pour une efficacité pédagogique

FORMATION PRÉSENTIELLE

PUBLIC CIBLE
Toute personne souhaitant à la fois mieux se connaître et mieux communiquer

PRÉ-REQUIS
Lire et comprendre le français

DURÉE
1 jour (7 heures)

SESSION INTRA
Nous consulter

GROUPE
Maximum 8 personnes

maximum.

En cas de formation individuelle, nous vous inviterons à remplir un questionnaire préalablement à la formation et vous restituerons votre profil complet DISC* et Forces Motrices** lors de la formation.

En cas de formation en groupe, si vous le souhaitez, en complément de la formation, nous pouvons établir votre profil complet DISC* et Forces Motrices** et vous l'expliquer individuellement. Cette prestation vient en sus de la formation. Nous consulter pour plus d'informations.

La formatrice est certifiée praticienne DISC* et Forces motrices** ASSESSMENT 24×7.

* Le DISC, ou Méthode des Couleurs, est une analyse comportementale basée sur le modèle de William Marston qui décrit le comportement d'un individu (style naturel) et la manière dont il s'adapte à son environnement (style adapté). Elle permet de mieux comprendre sa zone de confort et d'inconfort, de prendre conscience de ses forces et ses faiblesses, de mettre en place des stratégies de réussite.

** L'Analyse des Forces Motrices est issue des travaux d'Eduard Spranger et de Gordon Allport sur les valeurs et motivations. Elle permet à chacun de comprendre ce qui le motive à agir. Elle permet d'approfondir la compréhension des modes comportementaux d'un individu.

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Quiz
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Travail en sous-groupe
- Echanges participatifs

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Formulaires d'évaluation de la formation
- Mises en situations

Sanction de formation

- Remise d'une attestation de formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veuillez faire connaître vos besoins au plus tôt lors de nos échanges. La prise en compte d'un besoin

spécifique peut nécessiter un délai pour étudier les modalités d'adaptation ou d'orientation.

Taux de satisfaction des stagiaires

Issus des évaluations de satisfaction à chaud des stagiaires.

★★★★★ 100% (4 avis)

Taux de validation de la formation

Issus des résultats de l'atteinte des objectifs par les stagiaires (Acquis et En cours d'acquisition).

★★★★★ 100%



Sylvie Péan

La Vente c'est avant tout des relations humaines... autant y mettre de la joie !

Trust in Move

Osez, Vendez, Souriez ! Formations en développement commercial
Présentiel, distanciel, mixte. En Français, Anglais, Allemand, Espagnol

06 98 24 78 32
sylvie@trustinmove.com

Adresse postale : 20 Allée de la Maison Rouge 44000 Nantes
Site web : https://trustinmove.com/
LinkedIn : https://www.linkedin.com/in/sylviepean/

Biographie

Osez, Vendez, Souriez !
Quoi ??? Quel est le lien entre la vente et le sourire ?
Et bien la **vente** ce sont des **relations humaines**, alors autant y mettre de la **joie** ! Et pour cela, il faut parfois oser. On essaye ensemble ?

Je suis Sylvie Péan et au travers de Trust in Move, j'aide des **PME industrielles** et des **entrepreneur·e·s** à mieux vendre. Comment ? Par de la formation (toujours dynamique !), de l'accompagnement individuel (maître-mot = bienveillance) ou du conseil stratégique (efficace).

Prendre du plaisir à vendre, c'est possible !

J'utilise de nombreux outils et techniques (DISC, LEGO® SERIOUS PLAY®, Plus-Plus, mais aussi musique ou exercices d'impro) pour vous faire vivre une expérience unique qui vous donnera envie de recommencer… en vendant !
Au fait, j'interviens en **français, anglais, allemand ou espagnol** – présentiel ou à distance selon le besoin.

Pour en savoir plus sur mon parcours, RDV sur https://www.linkedin.com/in/sylviepean/

Diplômes et formations

2026 : Formation économie régénérative, Regenerative economy lab, Vienne, Autriche
2025 : Formation Robustesse (de la performance à la robustesse), Geostipa, St Nazaire, France
2024 : Formation Six Bricks, Royaume des Briques, Angers, France
2023 : Certification Facilitatrice LEGO® SERIOUS PLAY®, AVEA Partners, Paris, France
2022 : Formation Diversité par l'inclusion, Ouvre-Boîtes, Nantes, France
2022 : Formation Communication Non Violente, Go Learning, Nantes, France
2022 : Secouriste en Santé Mentale, PSSM, Angers, France
2021 : Titre de formatrice professionnelle pour adultes, Lille, France
2021 : Sauveteur Secouriste du Travail, CDM Formation, Nantes, France
2021 : Certification praticienne DISC et Forces motrices, ASSESSMENT 24×7, Paris, France
2020 : E-transformer une formation présentielle, CAFOC Nantes, France
2019 : Formation Pédagogies Actives, CAFOC Nantes, France
2019 : Accompagner le changement, GP-Idesup, Paris, France
2000 : Diplôme d'Ingénieure généraliste HEI, spécialité conception mécanique, Lille (59)