

Formation - DISC - Module Manager - Mieux se connaître pour gagner en qualité de communication avec son équipe

Adaptez votre communication à chaque profil pour motiver vos équipes, prévenir les tensions et renforcer l'efficacité collective.

Management

Communication et compétences relationnelles

CODE : 74963 | Mise à jour : 02/01/2026

Objectifs

- Reconnaître son style comportemental ainsi que celui de ses interlocuteurs
- Adapter sa stratégie de communication pour mieux interagir et gérer les conflits
- Utiliser des clés du modèle DISC pour motiver et développer les compétences de son équipe

Contenu de la formation

JOUR 1 : Découverte ludique et expérientielle du modèle

- Décoder les 4 grands types de profils avec leurs forces, leurs limites, leurs préférences de communication
- S'approprier le modèle et les clés de communication, au travers de son profil DISC : analyse de ses propres comportements dominants et ceux de nos interlocuteurs
- Adapter sa communication en ajustant sa façon de s'exprimer selon la différenciation des besoins et irritants de chaque profil

Prévenir et désamorcer les situations conflictuelles en détectant les signaux de stress et de tensions, selon les profils de ses interlocuteurs

Apports Jour 1:

- Historique et fondamentaux du modèle DISC,
- Caractéristiques de chaque style comportemental : les comportements visibles de chaque style / communication verbale paraverbale et non verbale
- Clés de communication avec chaque profil
- Vigilance et expressions de Stress & Tensions selon les

FORMATION MULTIMODALE

PUBLIC CIBLE

Managers hiérarchiques et transverses, débutants comme expérimentés

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis

DURÉE

2 jours (14 heures), avec un temps intersession

SESSION INTER

Nous consulter

Planification selon la demande exprimée - contactez nous

SESSION INTRA

Nous consulter

GROUPE

Maximum 12 personnes

interactions

- Livrable : profil individuel DISC naturel et adapté

Intersession de mise en pratique, avec une visio individuelle de débrief du profil DISC & Forces motrices (1h30)

Jour 2 : Transposer les apprentissages du modèle DISC au management de son équipe

- Développer son agilité relationnelle pour adapter sa communication à chaque collaborateur selon ses difficultés et ses besoins
- Motiver ses collaborateurs et leur donner des signes de reconnaissance correspondant à leurs profils
- Recadrer un collaborateur en tenant compte de ses réactions selon son style dominant
- Analyser son propre style de leadership pour identifier les risques et leviers d'adaptation selon son objectif
- Analyser les corrélations entre les déclinaisons et tendances comportementales de chaque style pour veiller à une dynamique d'équipe équilibrée
- Créer les conditions d'efficacité avec des combinaisons gagnantes au sein de mon équipe selon les atouts de chacun

Apports du jour 2 :

- Les différentes formes de leadership dans l'approche DISC et leviers d'adaptation
- Spécificités de communication dans les relations managériales
- Ce que chaque couleur apporte à une équipe
- Déclinaison des tendances comportementales par profil, complémentarités et vigilances

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Quiz
- Atelier expérientiel et débrief collectifs
- Echanges entre pairs et questionnement pour faciliter l'application sur son périmètre Moyens : Support projeté, fiches pratiques,
- Réalisation d'un questionnaire DISC et forces motrices en amont de la session et remise de profils individuels pendant la formation
- Apports théoriques permettant d'apporter un éclairage sur les expériences vécues,

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Feuille d'émargement
- Accompagnement (inter-session, ...)
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Auto-positionnement
- Mises en situations
- Questions écrites ou orales (QCM, Quiz, ...)

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.

0% (avis)

Taux de validation de la formation

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

Non renseigné



Valérie MONTJOURIDES

Formation et conseil en sourire des organisations

Rythmes, Conseil et Stratégie

Des formations pragmatiques pour faciliter l'expérience managers et les parcours collaborateurs. Praticienne DISC et Forces Motrices



☎ 07 89 28 70 47
✉ contact@r-c-s.fr

LinkedIn : <https://linkedin.com/in/valeriemontjourides>

Biographie

Ancien membre de comité de direction et manager de proximité au contact des clients, Valérie capitalise sur 20 ans d'accompagnement d'équipes de tailles et de contextes différents. Formée au métier de formateur, elle affiche la volonté de transmettre des formations pragmatiques pour permettre aux managers, aux équipes et aux organisations de garder le sourire, dans un contexte en mouvement.

Mieux se connaître lui a permis d'adopter une communication plus efficace avec la pluralité de ses interlocuteurs et de ses équipes. Convaincue par l'utilité du modèle, Valérie s'est faite certifiée DISC & Forces motrices, pour l'intégrer dans sa démarche et transmettre un usage adapté aux organisations.

- Managers, exercez plus sereinement votre métier : rituels de management, analyse organisationnelle
- Spécialistes RH, enrichissez le parcours de vos collaborateurs avec le modèle DISC & F.M.
- En équipe, réfléchissez collectivement autour de vos complémentarités

Diplômes et formations

2023 : Certification DISC & Forces Motrices – Assessment 24×7

2022 : Certifications lean management et sixsigma green belt – Leansixsigma France

2009 : Master en gestion, Stratégie et marketing – Université PSL-Dauphine

2004 : Maîtrise des sciences de gestion – Université PSL-Dauphine



L'OUVRE-BOITES

Coopérative d'Activité et d'Emploi - Pôle formation
20, allée de la Maison Rouge 44000 Nantes



www.corymbe.coop

Téléphone : 02 28 21 65 10
Courriel : contact@corymbe.coop

Nos CGV : www.corymbe.coop/cgv/

Enregistré auprès du préfet de la Région Pays-de-la-Loire
N° de déclaration d'activité : 52 44 04429 44
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État