

## Mieux se connaître pour mieux manager (DISC)

Date : 10 et 11 mars + 31 mars 2025

Lieu : DR16-Paris Normandie

Nombre de stagiaires : 10

### Objectifs

- - Identifier son profil : forces, points de vigilance, zone de confort...
- - Identifier ses valeurs professionnelles
- - Savoir identifier le profil de ses interlocuteurs
- - Savoir adapter son comportement et son mode de management aux profils des interlocuteurs

### Public visé

- 

### Modalités pédagogiques

- 

### Programme

- Les Perceptions : Introduction sur les neurosciences et les biais cognitifs :
  - Tout le monde a des perceptions subjectives et des interprétations du monde
  - Nos comportements ne définissent pas qui nous sommes

Découverte du modèle DISC

- Profil type
- Profil naturel / profil adapté
- Modèle de coopération

Ce que l'on pense de moi

- Développer sa zone de contrôle
- Découvrir comment nous sommes perçus
- Développer sa connaissance de soi

Auto Diagnostic :

Ce que me révèle cette matinée, Ce que j'estime être mes forces, ce que j'estime être mes zones d'attention

Présentation des résultats :

- Chaque agent découvre les résultats de son questionnaire : forces, points de vigilance, zone de confort...
- Partage des remarques, des surprises, des confirmations

Communiquer par les couleurs

- Chaque groupe interprète une situation par le prisme d'une couleur / profil dominant

Appliquer le modèle au service de la coopération

- Identifier les profils « dominants » et leurs apports au groupe
- Prendre en compte les différences de comportement pour favoriser l'intelligence collective

Les profils sous stress

- Identifier les sources de stress
- Comprendre les réactions sous stress
- Développer les bonnes attitudes face au stress

Découverte de mes valeurs

- Identifier ses valeurs par son questionnaire
- Valeurs et profils types

Les facteurs de motivation – dans le modèle DISC : Découvrir ses facteurs de motivation

Relations interpersonnelles et inter couleurs :

Les sources de conflits : mieux comprendre l'émergence des conflits à la lumière du modèle DISC

Identifier mes collaborateurs

- Comment je perçois mes collaborateurs : Quels sont mes alliés ? Quels sont mes opposants ?

- Quels comportements adopter ?
- Techniques pour ajuster son langage et son style de communication en fonction des profils DISC.

#### Mes situations

- Identifier les difficultés en tant que manager
- Partage des situations pour la préparation de l'après midi

#### Gérer ses entretiens individuels en couleur : s'affirmer en souplesse dans des situations délicates

- Entretien de motivation
- Entretien de délégation
- Entretien de recadrage

#### J3 Retour d'expérience : Retour sur les plans d'action initiés après les 2 premières journées de formation

- Quels sont mes succès ?
- Quelles sont mes difficultés ?
- Quels sont mes situations toujours complexes ?

#### Résolution de problème

- Apporter des solutions concrètes à des situations délicates
- Partage entre pairs

#### L'écoute active c'est quoi ? L'écoute empathique c'est quoi ?

- L'art du questionnement
- Cultiver les silences
- Apprendre la reformulation

#### Développer une équipe collaborative

- Accepter la proposition de l'autre
- Comprendre ses freins à la collaboration

#### Utiliser le modèle DISC pour composer des équipes équilibrées et complémentaires

- Promotion de la diversité des styles pour favoriser la créativité et l'efficacité de l'équipe
- Minimiser les sources de conflits

#### Comportements refuges en couleur : approfondissement des comportements sous stress :

- Identifier les comportements refuge par les couleurs
- Sortir des comportements refuges



## Conditions d'inscription

Date limite d'inscription : 10/02/2025

Inscription : <https://formation.ifsem.cnrs.fr/>

Renseignements :  
[ifsem-formation.contact@cnrs.fr](mailto:ifsem-formation.contact@cnrs.fr)