



SOFT SKILLS

MIEUX COMMUNIQUER ET COLLABORER GRACE A L'OUTIL DISC

OBJECTIFS

- Mieux se connaître, mieux comprendre son mode de communication et de décision grâce à l'outil DISC.
- Adapter sa communication aux profils DISC pour gagner en efficacité et renforcer la collaboration.
- Identifier et activer les leviers de motivation (Forces Motrices) pour mieux mobiliser et engager.
- Optimiser la collaboration et la dynamique d'équipe en intégrant les principes de la méthode DISC.

CONTENU PÉDAGOGIQUE

JOUR 1 – Comprendre et s'approprier le DISC et les Forces Motrices

1. S'approprier l'outil DISC avec méthode :

- › Brise-glace ludique pour introduire la thématique
- › Présentation de la méthode DISC: origine, fondements, utilité.
- › Passage du test DISC
- › Exploration des 4 profils DISC (Dominant, Influent, Stable, Consciencieux) : forces, limites, mode de communication.
- › Auto-positionnement.
- › Validation des acquis par une activité interactive. (quizz)

2. Décrypter les profils DISC en action et comprendre les leviers de motivations individuels :

- › Exercice: reconnaissance des profils DISC à travers des mises en situation
- › Forces Motrices : comprendre les leviers de motivation individuels
- 7 Forces Motrices et impact sur la motivation et l'engagement
- Auto-positionnement.
- Liens entre le DISC et les Forces Motrices
- › Communication et adaptation :
 - Adapter son message et sa posture selon le profil DISC de son interlocuteur
 - Jeux de rôle : communication avec chaque type DISC

JOUR 2 – Appliquer et intégrer DISC & Forces Motrices

3. Débriefing et appropriation des résultats DISC

- › Restitution des rapports DISC et Forces Motrices personnalisés
- › Activité d'échange croisé: partage en binôme/trinômes sur les résultats et leurs implications
- › Présentation d'une simulation de roue d'équipe
- › Mise en application : collaboration et influence
- Comment optimiser la collaboration en équipe selon les profils DISC?
- Comment adapter son influence et sa communication face à différents profils DISC et leviers de motivation ?

4. Plan d'action personnel et Synthèse

- › Chaque participant définit ses actions concrètes pour améliorer sa communication et son leadership au quotidien
- › Tour de table final : feedback et engagement des participants



DURÉE

1,5 jours
10 heures



SESSIONS

- 4 (pm) et 5 mai 2026 en présentiel à Lyon



FRAIS D'INSCRIPTION (DÉJEUNER INCLUS)

1 195 € HT



PRÉREQUIS & PUBLIC CONCERNÉ

Ingénieurs, chef de projet, directeur de projet, managers, leaders.
Formation adaptée aux professionnels souhaitant optimiser leur communication et leur leadership.

Coordonnées

CPE Lyon Formation Continue

41 rue Garibaldi – 69006 LYON

[04.72.32.50.60](tel:04.72.32.50.60)