

## Mieux se connaître, mieux communiquer, travailler en complémentarité et avec efficacité.

 **PUBLIC** : Tout Collaborateur - sur tout le territoire souhaitant améliorer leur connaissance d'eux-même, leur efficacité professionnelle, et leur capacité à coopérer dans les environnements variés.

 **PRÉREQUIS** : Aucun prérequis

### € **TARIFS**

Inter : 700 euros

Intra : *Contactez-nous, il est possible qu'un formateur soit disponible dans votre région.*

**2 jours (14H) -  
Présentiel 100% -  
Distanciel 100% ou  
Blended**

 *Vous souhaitez adapter ce programme à vos besoins ? Sollicitez-nous.*

### LES OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ✓ **identifier leurs préférences comportementales pour mieux comprendre leur efficacité professionnelle**
- ✓ **Décoder leurs zones de confort et leurs zones d'effort dans la relation à l'autre**
- ✓ **Repérer les messages internes contraignants qui limitent leur efficacité en situation**
- ✓ **comprendre la diversité des profils dans un collectif de travail**
- ✓ **Elaborer un plan d'action pour développer leur capacité de coopération et d'adaptation relationnelle**

### LE PROGRAMME

#### Jour 1 - Découvrir son style et ses zones de confort

- Présentation du modèle DISC et repérage des 4 grandes préférences comportementales
- Auto-positionnement simplifié sur la grille DISC
- Analyse des impacts sur sa communication, sa gestion du temps et sa relation aux autres
- Exploration de ses zones de confort et zone d'effort

#### Jour 2 - Identifier ses drivers et construire sa complémentarité

- Découverte des 5 drivers (Sois fort, Soit parfait, Fais plaisir, Dépêche-toi, Fais des efforts)
- Réflexion sur leur impact dans les relations professionnelles
- Ateliers de mise en situation sur les points de tension et les stratégies d'adaptation
- Plan d'action individuel pour renforcer sa complémentarité et sa posture professionnelle

## **EVALUATIONS**

Evaluation interrogative tout au long de la formation

*Pour toute question concernant la participation de personnes en situation de handicap, contacter directement CMA Académie (coordonnées ci-dessous).*