

# Cohésion d'Équipe

Mieux identifier l'autre pour mieux comprendre

Formation DISC et Communication Bienveillante



recrutement / formation / orientation / consulting



# Une Formation Sur Mesure

## Public Visé

Tout collaborateur ou manager souhaitant renforcer les interactions au sein de son équipe.

## Pré requis

Aucun prérequis formel. Une appétence pour le travail en équipe et l'échange est recommandée.

## Modalités Pratiques

- **Durée :** 2 jours (14 heures)
- **Dates :** A définir avant le 31/12/2026
- **Lieu :** A définir
- **Horaires :** 9h-12h30 / 13h30-17h
- **Groupe :** 2 à 8 stagiaires
- **Délai d'accès :** Maxi 1 mois après signature de la convention
- **Accessibilité :** personne atteinte de handicap, nous contacter



# Objectif Général

# Développer la cohésion d'équipe

Cette formation vise à améliorer la connaissance de soi et des autres grâce au modèle DISC, tout en renforçant la qualité de la communication interpersonnelle au sein de votre équipe.

# Compétences Développées



## Identifier son profil DISC

Comprendre son propre style comportemental selon le modèle DISC



## Comprendre les autres

Décoder les besoins et modes de fonctionnement des différents profils



## Adapter sa communication

Ajuster son langage selon les profils pour faciliter la coopération



## Créer la synergie

Identifier les leviers de cohésion et de complémentarité dans l'équipe



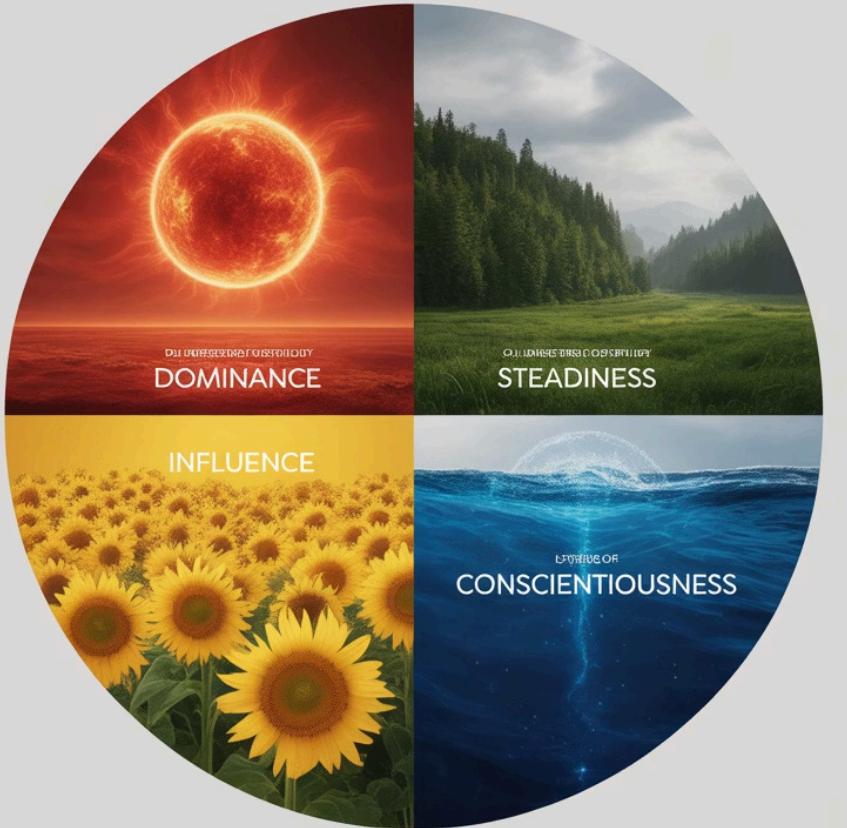
## Communiquer avec bienveillance

Appliquer les principes de communication non violente au quotidien



## Gérer les situations difficiles

Réagir de façon constructive aux situations exigeantes ou conflictuelles



# Jour 1 : Découverte du DISC

1

## Matinée

### Introduction au DISC

Présentation des quatre styles de personnalité : Dominant, Influent, Stable, Conscienctieux. Explication de l'intérêt du test pour mieux se comprendre.

**Passation du test** : Chaque participant passe son test DISC.

2

## Après-midi

### Restitution des profils

Mini-atelier théorique sur la communication bienveillante et non violente. Principes de l'écoute active, reformulation, et comment éviter les malentendus.

# Jour 2 : Adapter sa Communication



## Matinée : Styles de Communication

Apport théorique sur l'adaptation du langage et de l'attitude en fonction du profil DISC de son interlocuteur.

Exemple : Comment s'adresser à un profil dominant versus un profil stable.

## Après-midi : Mise en Pratique

Ateliers de mise en situation avec jeux de rôle et scénarios.

Chacun pratique l'adaptation de sa communication selon les profils DISC identifiés pour renforcer la compréhension mutuelle.

# Jour 3 : Synergie d'Équipe



## Module Théorique

Transformer les différences en complémentarités. Bâtir une culture de confiance et de respect mutuel.



## Cas Concrets

Travaux sur des situations réelles rencontrées aux pompes funèbres. Entraînement à la communication en situation professionnelle.



## Plan d'Action

Renforcement des liens d'équipe et élaboration d'un plan d'action pour appliquer les apprentissages au quotidien.



# Méthodes Pédagogiques et Moyens



## Apports Théoriques

Courts, concrets et interactifs pour faciliter l'assimilation des concepts clés



## Travaux en Sous-groupes

Mises en situation, jeux de rôle et partages d'expériences en intelligence collective



## Auto-diagnostic DISC

Avec restitution individualisée pour chaque participant



## Études de Cas

Situations concrètes liées au métier des participants pour une application immédiate

# Évaluation

01

## Évaluation Continue

Évaluation formative tout au long de la formation pour suivre la progression

02

## Évaluation Finale

Quiz et mises en situation pour valider les acquis en fin de formation

03

## Auto-positionnement

Mesure des compétences en début et fin de formation pour objectiver les progrès

04

## Attestation

Attestation de fin de formation mentionnant les compétences visées et synthèse DISC individuelle



## Informations Pratiques

**2916€**

**600€/pers**

**14h**

**8**

### **Tarif Intra HT**

Formation complète de 2 jours incluant tests DISC, supports pédagogiques et suivi post-formation

### **Tarif Inter HT**

Formation complète de 2 jours incluant tests DISC, supports pédagogiques et suivi post-formation

### **Durée Totale**

2 journées de 7 heures réparties ou non

Groupe de 2 à 8 stagiaires pour garantir un accompagnement personnalisé

### **Participants Max**

**Organisme certifié Qualiopi – ADELA CONSEIL RH**

Formation éligible au financement via OPCO – Plan de développement des compétences

**Contact :** Audrey DERLICA – 0789 00 00 70 – [audrey.derlica@adelaconseilrh.fr](mailto:audrey.derlica@adelaconseilrh.fr)

# Contact

## ADELA CONSEIL RH

SARL au capital de 2000€ – RCS Salon-de-Provence 911 523 181

Numéro de déclaration d'activité : 93132024113

Certification Qualiopi au titre des actions de formation et Bilans de compétences

Adresse : 30 Rue André Marie Ampère – ZA la Verdière 1 – 13880 Velaux

Contact : Audrey DERLICA – 0789 00 00 70 – [audrey.derlica@adelaconseilrh.fr](mailto:audrey.derlica@adelaconseilrh.fr)

