

# Programme de formation

## Mieux se connaître pour mieux interagir en équipe

Optimisez votre communication avec le modèle DISC



**Eugénie DUTHILLEUL**  
**PERFORMANCE PRO**  
Formatrice et dirigeante



En présentiel



2024

8 novembre

2025

13 mai



1 jour (7 heures)



Boulogne-sur-Mer



Prérequis :  
Aucun prérequis



Public visé :  
Salariés, managers



550€ H.T. par personne  
hors frais de restauration  
Tarif pour les particuliers : nous contacter



Accessibilité et adaptation possibles  
sur demande

### Validation

Certificat de réalisation

### Modalités de suivi et d'évaluation

- Feuilles de présence
- Quiz
- Enquête de satisfaction

### Modalités et délais d'accès pour l'entrée en formation

Entretien téléphonique individuel, avant le démarrage de la session.

### Objectifs pédagogiques

- Apprendre à mieux se connaître
- Savoir identifier les profils comportementaux de ses interlocuteurs et s'y adapter
- Identifier ses points forts et axes d'amélioration dans sa communication et relations interpersonnelles
- Utiliser sa personnalité au service de la performance collective

### Contenu de la formation

#### Mieux se connaître / mieux connaître les autres

- Découvrir le modèle DISC, explication du concept, le langage des couleurs
- S'approprier les profils comportementaux et leurs nuances
- Mieux connaître ses traits de caractère et découvrir comment les membres de notre entourage nous perçoivent
- S'ajuster et à s'adapter aux personnalités de notre environnement : attitude à adopter selon le type de personnalité
- Repérer les indices comportementaux et communiquer efficacement avec chaque personnalité

#### Renforcer la performance collective

- Contribution à la réussite de l'équipe
- Reconnaître les qualités de chacun dans la réussite collective
- Ajuster son management

### Moyens et méthodes pédagogiques

- Pédagogie active et participative
- Alternance de jeux de rôle, mises en pratique et entraînement
- Echange d'expériences
- Assessment - rapport détaillé
- Support pédagogique
- Elaboration d'un plan d'actions individuel



Les +

#### Expérientiel

Apprentissage par des mises en situation

#### Feedbacks immédiats

Rapport individualisé et commenté du test de personnalité

#### Ouverture d'esprit

Voir la différence de l'autre comme une opportunité et non un problème



**PERFORMANCE PRO**  
VOS TALENTS RÉVÉLÉS

### Contact : Eugénie DUTHILLEUL

06 89 77 97 09 - eugenie@performance-pro.fr

1 parc des 4 Moulins - 62200 Boulogne sur Mer  
RCS Boulogne sur Mer 901 529 198 | SIRET 901 529 198 00011 | N° TVA Intracommunautaire FR44 901 529 198  
APE 7022Z | SAS au capital social de 1500€ | N° d'Activité : 32 62 03341 62 auprès du préfet de région Hauts-de-France