DISC : Dominance - Influence - Stabilité - Conformité

Communication - Management par les couleurs

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 23109107F — Mise à jour : 13 novembre 2026

Organisme responsable : **APTITUDE(S)**

Présentation de la formation

Objectifs

Mieux se connaitre et de mieux comprendre les autres pour mieux communiquer et de favoriser ainsi l'interconnaissance entre toutes et tous.

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.
Pour toute question relative à l'accessibilité ou pour adapter les modalités de la formation à vos besoins, veuillez contacter notre **Référent Handicap** :
Fabienne Garin, contact@aptitudes-rh.net
Prévention et lutte contre le harcèlement, les violences sexistes et sexuelles, et les discriminations. **Référent Harcèlement** :
Fabienne Garin, contact@aptitudes-rh.net

Programme

Présentation du modèle DISC de Marston
4 besoins : Dominance / Influence / Stabilité / Conformité
2 perceptions de l'environnement : Amical / Hostile
Sensibilisation à la typologie de profils : comment reconnaitre via la communication verbale, paraverbale, non verbale, un profil à dominante
Rouge à Dominance ; Jaune à Influence ; Vert à Stabilité ; Bleu à Conformité
Mise en avant des Forces / Limites / Besoins / Motivations / Peurs pour chaque typologie de profils.
S'approprier le modèle DISC : Outil : jeu « Le Personnalitateur » afin de bien identifier les types de comportement présent chez les personnes.
Conseils pour communiquer avec une personne à dominante ; Rouge à Dominance ; Jaune à Influence ; Vert à Stabilité ; Bleu à Conformité

Méthodes pédagogiques :

- Un échange en présentiel ou en distanciel est réalisé en amont pour chaque participant.e afin de recueillir les besoins et de valider son adéquation avec la formation proposée.
- Apports théoriques et méthodologiques.
- Exercices pratiques : analyse de cas concrets issus de l'expérience des participant.e.s et/ou de cas formulés par l'intervenante, mise en situation.
- Bilans d'évaluation : avant et après formation.
- Attestation de réalisation.
- Evaluation "à chaud" de la formation suivie.

- Evaluation à 6 mois de la formation suivie.

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée	Niveau de sortie
Sans niveau spécifique	**Sans niveau spécifique**

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2238261S	Présentiel	Quimper	01/01/2026	31/12/2027

Source : GREF Bretagne #23109107F