

## Votre objectif

- Mieux communiquer, mieux interagir avec votre entourage et réseau professionnel
- Prendre une décision en confiance
- Vous préparer à une échéance précise, un projet à fort enjeu

## Objectifs

- . Mieux se connaître, identifier ses points d'appuis et de progrès/son objectif
- . Définir son plan d'actions
- . + Être accompagné dans son plan d'actions

## Programme

### En amont du Coaching Court & Ciblé+

- . Passation du questionnaire DISC\* et Forces Motrices en amont du coaching & rapport individuel du profil comportemental DISC\* & Forces Motrices (40 pages)

### Séances de coaching

- . Séance 1 : 1,5 heures
- . Séance 2 : 1 heure
- . Séance 3 : 1 heure
- . 2 séances de suivi du plan d'actions : 2 heures



### POUR QUI ?

Tout professionnel



### PRÉ-REQUIS

Un entretien préalable de validation d'un Coaching Court & Ciblé



### DURÉE

Selon besoins de suivi du plan d'actions



### NOMBRE DE SEANCES

5 en présentiel et/ou distanciel



### TARIF

1 890€ HT

## LA MÉTHODE DISC

Le modèle DISC, également appelé « méthode des couleurs », est une **technique d'évaluation du comportement humain** qui permet à chacun d'améliorer sa **communication professionnelle et ses interactions**.

## QUE MESURE LE DISC ?

Le DISC mesure la flexibilité, la communication interpersonnelle, le leadership.

Le DISC distingue le comportement naturel d'une personne et la façon dont elle s'adapte à son environnement.

Plus précisément, il permet à chacun de mieux comprendre sa zone de confort et d'inconfort, ses points d'appui et de progrès.

Chacun peut ainsi mettre en place des stratégies d'action pour « **faire mieux et être mieux dans son travail** ».