

[Pack pédagogique] Le DISC & la CNV pour mieux gérer son stress et ses émotions



OBJECTIF
DE CE PACK:

Vous fournir des supports vidéos et PDF pour agrémenter et animer vos sessions de formation/accompagnement sur la gestion du stress et des émotions avec le modèle DISC © et la Communication Non Violente ©

Un pack préparé par Kristof Morin & Corinne Landais
contact@lapuissanceduet.fr

[Pack pédagogique] Le DISC © et la CNV pour mieux gérer son stress et ses émotions

Vous trouverez
dans ce pack:

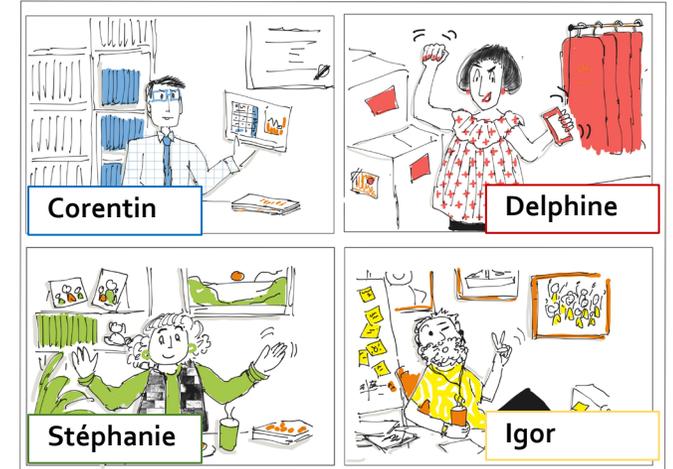


Ce pack pédagogique a été préparé pour les coachs, formateurs et facilitateurs qui utilisent le DISC et la CNV dans leurs accompagnements. Il est issu de notre capsule e-learning « [Comment mieux gérer mon stress et mes émotions](#) »

Vidéos de mises en situation

Vous retrouverez dans ces vidéos nos 4 personnages dans les mises en situation suivantes :

1. Réaction sous stress des 4 profils
2. Gestion des émotions des 4 profils (tuto + sketches)
3. Interaction « Tu qui tue » Delphine-Igor / Stéphanie-Corentin
4. Interaction « OSBD » Delphine-Igor / Stéphanie-Corentin



Supports pédagogiques

Vous trouverez également :

- Un TUTO « C'est quoi une émotion? »
- Un support PDF avec les différents apports

*Nous restons à disposition
pour toutes vos questions 😊*

3 possibilités pour aller plus loin

- Notre capsule e-learning [Comment mieux gérer mon stress et mes émotions](#) qui reprend les vidéos, la présentation, des quizz et des exercices inspirants
- Le pack pédagogique Niveau 1 avec des sketches de présentation des 4 personnages et des clés de communication pour mieux vivre le changement et l'incertitude
- Une séance d'accompagnement à distance où nous partageons nos meilleurs exercices utilisés lors de formations, coaching d'équipes ou séminaires en fonction de votre contexte