

# Agilité Comportementale

Transformez votre approche professionnelle en deux jours : agilité comportementale, communication optimisée, et leadership renforcé pour un épanouissement durable.

Optimisez votre communication interpersonnelle, et acquérez les outils nécessaires pour un management efficace !

Dans un monde du travail en constante évolution, il est important de faire preuve d'agilité, de coopération et de créativité dans nos relations et notre approche des nouvelles situations.

Il est évident que les enjeux relationnels occupent une place centrale. Or souvent, l'accent est mis sur la recherche de solutions techniques ou organisationnelles, négligeant ainsi leur lien avec les comportements individuels.

Cultiver une agilité comportementale vous ouvrira la voie à une plus grande efficacité, une collaboration renforcée et un épanouissement au travail pour l'ensemble de vos collaborateurs.

Vous recevrez lors de la formation votre profil de communication ainsi que vos principes directeurs, préparez-vous à également réfléchir sur vous-même...

**Formateur** : Delphine THOMAS-CLOUET

## Objectifs visés

- Pratiquer les bases d'une communication de qualité
- Maîtriser les bases de l'intelligence émotionnelle
- Comprendre la psychologie du stress
- Connaître les différents registres de communication
- Maîtriser les différents profils de communication et principes directeurs
- Savoir analyser les profils de communication et principes directeur
- Identifier les deux rôles interpersonnels : intervenant / demandeur
- Opérer une réflexion sur soi et sa gestion du stress
- Savoir mettre en œuvre les 3 étapes d'une remise en croissance

## Méthode d'évaluation

- Cas pratique

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)

Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : [contact@tousformateurs.fr](mailto:contact@tousformateurs.fr)

290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France

SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État

# Déroulé pédagogique

## Journée 1

- Introduction à l'agilité Comportementale
- L'agilité comportementale comme processus d'adaptation
- Les émotions fondamentales : fonction et expression
- Comprendre les 2 mécanismes de la gestion du stress
- Pause déjeuner
- Présentation des registres RISV
- Présentation des principes directeurs
- Découvrir ses Profils et en comprendre l'objectif

## Journée 2

- Mettre en perspective l'utilisation des profils
- Position haute et position basse : des rôles interpersonnels complémentaires
- Analyser ses comportements sous stress
- Pause déjeuner
- Mise en croissance des profils R et I
- Mise en croissance des profils S et V
- Conclusion et évaluation

## Informations complémentaires

**Durée** : 14 heures de formation sur 2 jours

**Pré-requis** : Expérience de conduite d'équipe Répondre au questionnaire préalable à la formation.

**Public concerné** : Chef de projet, responsable associatif, manager, coach, formateur, entrepreneur ...

**Tarif** 560,00 € HT (Exonération de TVA - Art.261.4.4° a du CGI)

Doniforma — Société par actions simplifiée (SAS)

Tél : 06 07 26 77 04 – Mail : [contact@tousformateurs.fr](mailto:contact@tousformateurs.fr)

290 Avenue Robespierre — 83130 La Garde France

SIRET : 91175609600028 — Numéro de TVA : FR26911756096

Déclaration d'activité enregistrée sous le n°93830678983 auprès du préfet de région de la région Provence-Alpes-Côte d'Azur

Ce numéro d'enregistrement ne vaut agrément de l'État