

Formation **Le DISC - déployer son adaptabilité relationnelle**

Durée de la formation :	7 heures
Date de la session :	du 16/03/2026 au 16/03/2026
Dates précises :	
Horaires de la session :	9h00-17h00
Lieu : des personnels 75 au RDC	Univ. Bordeaux - Talence - Bâtiment A30 LABRI - Salle de formation
Nombre de places maximum :	15
Formateur(s) :	GL FORMATION MANAGEMENT
Prérequis sur cette formation :	Aucun
Formation s'associant adéquatement à la formation « les incontournables de la communication professionnelle » en complément	
Public ciblé :	Tout public
Public prioritaire :	Personnels salariés de l'université de Bordeaux
Date limite d'inscription :	19/02/2026

Objectifs :

- Prendre conscience de ses préférences comportementales au naturel et dans des contextes « adaptés ».
- Comprendre l'environnement dans lequel chaque style de comportement est à son aise ou en stress.
- Renforcer l'efficacité de sa communication en prenant en compte les éléments de langage et comportementaux qui fluidifient les relations avec chaque style du DISC.
- Connaitre les motivations à l'origine de nos préférences comportementales.
- Elargir sa représentation des comportements humains.

A l'issue de la formation, vous serez capable de transformer vos relations professionnelles (et personnelles) selon les caractéristiques de chaque style de comportement décrit dans le modèle DISC.

Programme :

- Les 4 styles composantes générales
- Caractéristiques comportementales
- Zones de confort et d'inconfort
- Focus attentionnels
- Motivations et besoins
- Attitude naturelle et attitude adaptée
- Structure des environnements de travail
- Les motivations individuelles via l'ennéagramme
- Interagir avec et selon les 4 styles
- Les codes verbaux, para-verbaux, non-verbaux des styles
- Stratégies de communication appropriées
- Valeur pour les organisations

Pour tout renseignement complémentaire :

Chargé(e) de formation : <mailto:laure.franco@u-bordeaux.fr>
Pôle AGRH – service développement des compétences

Retrouvez le détail des sessions proposées et inscrivez-vous sur [FormAction](#)
et toutes les infos sur [l'intranet](#)

