Formation
Le DISC - déployer son adaptabilité relationnelle

Durée de la formation : 7 heures
Date de la session : du 09/11/2026 au 09/11/2026

Dates précises :
Horaires de la session : 9h00-17h00

Lieu : En distanciel - Lien Zoom à télécharger

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 : 05/10/2026

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**