

Développer sa capacité d'adaptation et sa performance par une meilleure connaissance de soi Diagnostic comportemental Executive Profiler

Public et objectif :

Toute personne qui souhaite développer une meilleure connaissance de soi dans le but de développer plus de performance et de bien-être.

- Découvrir les typologies comportementales
 - Comprendre les modes de fonctionnement des différentes typologies
 - Développer la performance individuelle : identifier sa zone de Performance et ses axes de progrès individuels
 - Établir un plan d'action individuel de progrès
- Chaque participant établit son plan d'action en tenant compte des axes de progression repérés lors du diagnostic comportemental et de ses objectifs de développement professionnel.

Prérequis : Aucun

Durée : 1h30 d'entretien individuel à distance + 1 jour en présentiel

Méthodes - Outils pédagogiques – Modalité d'évaluation

- Questionnaire Executive Profiler à remplir en ligne en amont de la formation
- Alternance théorie – exercices d'application et mises en situation / Alternance de partages en collectif et de temps de réflexion individuelle. Ateliers pour mise en application directe dans les objectifs opérationnels
- Support de cours
- Évaluation des acquis tout au long de la formation par des mises en situations tirées des retours d'expériences des participants

Accessibilité aux personnes handicapées

Pour tout besoin d'adaptation, retrouver le contact de notre référent handicap et les modalités d'accueil sur la page : [Infos pratiques/Situation de Handicap](#)

Programme de formation

A DISTANCE EN INDIVIDUEL

Atelier « Connaissance de soi » : Questionnaire Executive Profiler à remplir + Entretien individuel 1h30 par stagiaire en classe virtuelle

- **Prendre conscience de soi : pouvoir s'évaluer et se déterminer sur différents points :**
Valeurs, priorités, style relationnel, de communication, de management, d'apprentissage, mode d'organisation, méthode de résolution de problème, capacité d'adaptation, rapport au temps, à l'autorité.
- **Travailler sur les spécificités de son profil comportemental**
À partir des résultats du questionnaire Executive Profiler, comprendre ses modes de fonctionnement dans des contextes hors pression et les changements apportés sous pression, l'impact pour soi-même et ses collaborateurs
Identifier sa zone de performance
Repérer ses limites
- **Repérer les effets du stress sur son comportement et l'impact dans son contexte, pour soi et ses partenaires de travail**

Atelier pratique : Travail sur les résultats Exécutive Profiler - Echange pour une prise de conscience de son Talent naturel et de son fonctionnement hors pression et sous pression et de l'impact de son fonctionnement sur la relation aux autres

EN COLLECTIF EN PRESENTIEL

- **Atelier de développement**
Des exercices d'approfondissement sont effectués. Ils ont pour objectif de permettre à chacun de mieux appréhender ses préférences et de percevoir ses non-préférences comme un potentiel de développement.
Ils permettent également de mieux comprendre le comportement des autres et d'apprécier la complémentarité par rapport à son profil :
 - Analyser son comportement à partir d'expériences concrètes
 - Envisager ses ressources et ses limites sous un jour nouveau
 - Construire son plan de développement dans le respect de son écologie personnelle
 - Développer des capacités d'adaptation à son environnement Comprendre l'impact de ses compétences personnelles dans la réussite professionnelle
- **Initier son plan d'action**
Déterminer ses axes de progrès personnels et les actions à mettre en œuvre

Entraînements – Mises en situation tout au long de la formation

Ateliers collectifs : analyse de scénarii, résolution de problèmes - Brainstorming en sous-groupe / Analyse de pratique
Compléter et finaliser son plan d'action