# Accompagner le dirigeant et le manager avec la méthode R.E.A.L.

## Développer l’entreprise humaine, performante & adaptative

Non-certifiante | Formation continue

Réf. : 25186805F — Mise à jour : 26 octobre 2026

Organisme responsable : **NEUROSENSORIAL INSTITUTE FRANCE**

## Présentation de la formation

**Objectifs**

Objectifs pédagogiques :

Développer la capacité à **rester calme, lucide et adaptable** en toutes circonstances, en mobilisant les techniques de régulation émotionnelle et de gestion du stress.

*(maîtrise de soi, résilience émotionnelle, intelligence adaptative.)*

Identifier les sources internes et externes de stress pour **réduire l’émotionalité et les réactions automatiques**, en favorisant la posture d’observateur et la bascule en mode mental adaptatif.

*(observation de soi, autoregulation neurocognitive.)*

Mettre en œuvre des stratégies de **communication collaborative et assertive** pour optimiser les relations avec les collaborateurs et renforcer la confiance mutuelle.

*(communication consciente, intelligence relationnelle.)*

Analyser les comportements sous stress afin de **gérer efficacement les personnalités difficiles** et de maintenir un climat de travail constructif et respectueux.

*(gestion des tensions, assertivité, adaptativité relationnelle.)*

Concevoir et appliquer des méthodes de **délégation optimales**, en fonction du niveau de compétence et d’engagement des collaborateurs, pour favoriser leur autonomie et leur responsabilisation.

*(leadership adaptatif, management situationnel.)*

Organiser et hiérarchiser les priorités pour **gérer le temps efficacement** et **prendre des décisions constructives** en mode préfrontal.

*(planification stratégique, discernement, efficience décisionnelle.)*

Accompagner les dirigeants et managers dans la **compréhension et la régulation des défis actuels des organisations** (évolution des valeurs, nouvelles générations, tensions économiques, absentéisme, turnover, burnout).

*(accompagnement du changement, gouvernance humaine et durable.)*

Conseiller les dirigeants dans la **valorisation et l’optimisation des ressources humaines**, en développant la résilience individuelle et collective au sein de l’entreprise.

*(développement des talents, cohésion et engagement collectif.)*

Identifier et traiter les **causes structurelles des dysfonctionnements organisationnels**, afin de restaurer la cohésion, la motivation et la performance durable des équipes.

*(analyse systémique, régulation organisationnelle, management adaptatif.)*

Concevoir, planifier et **animer des réunions efficaces** (tactiques et de gouvernance), en appliquant les principes de la facilitation et en évitant les dérives de la réunionnite.

*(facilitation, conduite de réunions, intelligence collective.)*

**Programme**

**E-learning – Base de connaissances**

Vidéos sur le fonctionnement du cerveau automatique/adaptatif, les modes résistance et adaptatif, les comportements BARJO, le processus R.E.A.L. et les 16 compétences de l'adaptabilité.

**Atelier 1 – Les bases structurelles (4h)**

Repenser la place et le rôle du manager, ses besoins, compétences et posture adaptative. Comprendre les limites de la hiérarchie pyramidale, définir raison d'être, rôles, cercles et redevabilités. Première expérience d'encodage d'équipe.

**Atelier 2 – Maîtrise de soi : gérer le stress à chaud (2h)**

Découvrir les quatre centres de décision, expérimenter le ressenti corporel, utiliser le kit anti-stress et sortir rapidement de l'émotion.

**Atelier 3 – Gérer et éviter les tensions (4h)**

Comprendre et résoudre les tensions à partir de la relation client/fournisseur entre rôles. Appliquer les boucles Pouvoir/Responsabilité et Circulation de l'information. Intégrer les axiomes biosystémiques du bon fonctionnement collectif.

**Atelier 4 – Diminuer durablement la stressabilité (2h)**

Identifier les stresseurs, utiliser les Packs Aventure et Minute pour renforcer la résilience et relativiser avec la pyramide Moyens/Exigences.

**Atelier 5 – Outils du manager adaptatif (4h)**

Identifier le cœur de fonction des collaborateurs, déléguer selon leur maturité, décider en mode adaptatif et hiérarchiser les priorités.

**Atelier 6 – Bascule en mode adaptatif (2h)**

Découvrir, évaluer et activer les six dimensions du cerveau adaptatif - mises en situation.

**Atelier 7 – Communication et personnalités difficiles (4h)**

Adopter la posture d'observateur, comprendre le stress de l'interlocuteur, gérer la mauvaise foi - créer une relation authentique et assertive.

**Atelier 8 – Débriefing du Profil R.E.A.L. (2h)**

Consolider les acquis, s'entraîner au débriefing.

**Atelier 9 – Impliquer et capter l'information (4h)**

Pratiquer l'écoute active, la maïeutique et le questionnement flash. Résoudre les conflits avec le Quadrant d'Ofman - renforcer la visibilité du leader.

**Atelier 10 – Relation et consensus (2h)**

Faire un feedback constructif, trouver l'accord gagnant-gagnant - renforcer la confiance.

**Atelier 11 – Optimisation des réunions (4h)**

Découvrir la gouvernance adaptative : différencier réunions tactiques et de gouvernance, faciliter l'intelligence collective et la conscience organisationnelle.

**Atelier 12 – Supervision (2h)**

Retour sur les travaux personnels

**Atelier 13 – La facilitation des réunions (4h)**

Présentation de l'approche neurosystémique, entraînement à la facilitation des réunions, traitement des tensions - clôture de la formation.

## Certifications préparées et métiers visés

| Niveau d'entrée | Niveau de sortie |
| --- | --- |
| **Sans niveau spécifique** | **Sans niveau spécifique** |

**Métiers associés**

**H2204** — Encadrement des industries de l'ameublement et du bois

**H2502** — Management et ingénierie de production

**H2505** — Encadrement d'équipe ou d'atelier en matériaux souples

**M1301** — Direction de grande entreprise ou d'établissement public

## Dates et lieux de formation

| N° session | Modalité | Lieu | Du | Au |
|---|---|---|---|---|
| 2428397S | À distance | — | 20/03/2027 | 08/07/2027 |

Source : GREF Bretagne #25186805F