

**Développer l'adaptabilité au travail grâce au QC (Quotient de Curiosité)**

17-P-QC3-2i

- **Développement de compétences transversales d'adaptation au changement grâce au développement du QC (quotient de curiosité)**

**Contenus pédagogiques et validation :**

Apports théoriques autour des bienfaits de la Curiosité – aspects psychologiques & neurosciences. Mise en perspective des obstacles à dépasser ( zones de confort, routine, victimisation, ...) (3h)

- Apport théorique : le QC et l'adaptabilité : les enjeux réels pour l'entreprise et pour le salarié, les potentiels des situations vues à travers l'utilisation du QC. (2h)
- Ecoute des stagiaires, aspect pratique et retour d'expériences vécues autour de l'adaptation et des difficultés ressenties(2h)
- Apport théorique : la routine, et la nouveauté, quel enjeu pour soi ? (2x1h)
- Expérimentations hors zone de confort pour évaluation[Des pratiques différentes selon les stagiaires, seront proposées sur site ou en sortie] (2x2h)
- Débriefing sur l'expérience hors zone de confort (1h)
- Un support pédagogique sera remis à chaque stagiaire
- Une attestation de formation sera délivrée à l'issue des 4 demi-journées de stage.
- Fiche détaillée disponible auprès de la formatrice.
- Bonus : un ouvrage « La routine c'est fini » de C. Burel offert à chaque stagiaire

**En vertu de l'Article L.6313-3 :** - Les actions d'adaptation et de développement des compétences des salariés ont pour objet de favoriser leur adaptation au poste de travail, à l'évolution des emplois, ainsi que leur maintien dans l'emploi, et de participer au développement de leurs compétences.

**Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 28270204627  
auprès du Préfet de région de Normandie**

Formation éligible au dispositif OPCA. - Ce numéro ne vaut pas agrément de l'Etat

**Stage 14H  
soit 2 jours  
ou 4 demi-journées**

**Dates : nous  
consulter**

Présentiel  
Intra ou inter-  
entreprises

6 à 10 stagiaires

**Compétences  
transversales  
d'adaptation au  
changement**

**Pas de prérequis**

1400 € /stagiaire

Forfait 3400€  
+25€/stagiaire (frais  
pédagogiques)  
en intra-entreprise

TVA non applicable  
(art 293 du CGI)

**Formateur : Claire BUREL**

SIREN 482 926 664

Auteure éditée, Conférencière Professionnelle Labellisée par l' Association Française des Conférenciers Professionnels  
Thérapeute, Formée à : Communication Non Violente, Méthode Espère©, Communication non-verbale, morphopsychologie,  
ennéagrammes, PNL, Hypnoses,

Créatrice du concept des 4 Dynamiques© et du process d'Echo-Hypnose©, Conceptrice des jeux « Mille Mercis » et « Ho'oponopono 2.0 » pour la gestion émotionnelle.



Claire Burel #enthousiasmeuse



@BurelClaire



Claire Burel



Les Mots Qui Soignent



Claire Burel



CLaureBurel.com

[Claire@claireburel.com](mailto:Claire@claireburel.com)

TEL 06 67 78 93 2

