

Intégrer le changement comme une opportunité

POURQUOI CETTE FORMATION :

D'un côté, l'entreprise se place dans une évolution perpétuelle pour continuer d'exister, de l'autre, ses salariés n'ont jamais eu autant de mal à s'adapter aux changements nécessaires. Ce stage permet à chacun de comprendre ses propres mécanismes comportementaux pour tirer des bénéfices du changement et faire sorte que celui-ci ne constitue plus un frein mais une opportunité.

OBJECTIFS :

- ✓ Prendre conscience de ses attitudes face à un changement
- ✓ Dédramatiser le changement et mettre en perspective ses conséquences
- ✓ Agir sur ses propres résistances aux changements
- ✓ Mieux connaître ses facteurs personnels de réussite à une adaptation
- ✓ Utiliser ses compétences et outils nécessaires pour adapter ses attitudes et comportements.

THÈMES abordés

Faire le point sur soi-même face à la nouveauté

Autodiagnostic personnel face au changement
 Définir ses attentes, ses craintes, ses projets
 Se situer par rapport au cycle du changement
 Ecouter son ressenti face au changement
 Analyser les changements vécus, ses caractéristiques, ses enjeux, ses résultats

Reconnaître ses résistances à changer

Les 5 grandes étapes dans tout projet de changement
 Admettre ses propres résistances et les mettre en perspective
 S'appuyer sur les réussites passées pour avancer et lever les résistances présentes

Identifier les enjeux du changement actuel

Définir les avantages et inconvénients objectifs au changement présent
 Analyser les risques que le changement représente
 Analyser sereinement ce que le changement peut apporter personnellement

Reconnaître et canaliser le stress inhérent à toute adaptation

Facteurs et types de stress en situation de changement
 Reconnaître et faire évoluer ses sentiments et émotions
 Accéder à ses ressources personnelles.

Intégrer le changement comme une opportunité

Oser penser autrement en développant une vision plus large des situations
 Savoir se faire confiance dans sa capacité à changer de comportements
 Définir ses atouts lors d'un changement
 Faire le lien avec une expérience réussie d'un changement antérieur
 En tirer des enseignements sur sa capacité à changer.

Agir concrètement

Construire son plan d'action pour s'adapter au changement proposé
 Négocier ce qui peut l'être et admettre ce qui n'est pas possible
 Se positionner par rapport aux valeurs d'entreprise
 Préparer son adaptation (formation, curiosité, énergie, disponibilité...).

DUREE :
2 jours

FORMULES :
Intra
Formaching
DIF

PRIX :
Nous consulter

PUBLIC :
Tout personne
impliquée dans
un processus de
changement

PARTICIPANTS
 De 1 à 10 pers

PEDAGOGIE
Pratique : 70%
Théorie : 30%

Autodiagnostic
 Entraînement
 individuel et
 collectif

Mise en situation
à partir de cas
concrets vécus
dans l'entreprise

Jeux de rôle
 Apport théorique

EVALUATION
 Evaluation à chaud

Intégrer le changement comme une opportunité