



# Accueillir et s'adapter à tout changement, professionnel ou personnel

RESSOURCES HUMAINES / GESTION DU PERSONNEL / PAIE - 2020

## La formation en résumé

Alors que le changement est le moteur de la vie, il suscite souvent craintes et réticences.  
Comment s'adapter, rebondir, agir plutôt que subir ?

### OBJECTIFS :

- Apprendre à accueillir positivement le changement.
- Identifier ses ressources et celles des autres pour passer le cap avec succès.
- Devenir acteur du changement en bâtissant un plan d'actions efficace.

### PARTICIPANTS :

- Toute personne confrontée à un processus de changement choisi ou imposé et souhaitant aborder cette période de façon constructive.

### PRÉ-REQUIS :

- Cette session ne nécessite aucun pré-requis particulier.



**530 €**

(non assujetti à la TVA)



1 jour (7 heures)



Training

## LE PROGRAMME

### S'ANALYSER FACE AU CHANGEMENT

- La courbe du changement : savoir traverser les 7 différentes phases
- Comprendre ses mécanismes mentaux et émotionnels pour adapter ses comportements
- Adopter une vision différente pour se placer dans l'action

### DEVENIR ACTEUR DU CHANGEMENT

- Saisir la nouvelle donne avec pertinence : mon implication, mon rôle, mes outils, mes tâches
- Identifier et utiliser les leviers disponibles : forces et opportunités à saisir
- S'approprier et porter le projet : j'adhère et je construis

### Les + de la formation :

- De nombreux exercices et mises en situation accompagnent les apports théoriques.
- Les cas pratiques sont basés sur des problématiques individuelles des participants. La formation est donc personnalisée.
- Chaque participant repart avec un plan d'actions daté qu'il peut immédiatement mettre en oeuvre.
- Formateur expérimenté et issu de la profession.

### ÉCOLE PRATIQUE

[formationpro@ecolepratique.com](mailto:formationpro@ecolepratique.com)

04 91 14 26 80

[ecolepratique.com](http://ecolepratique.com)

TÉLÉFORMATION  
SPÉCIAL COVID-19 | CONFINEMENT

## Formations

**100% À DISTANCE**



Formations éligibles au nouveau dispositif FNE Formation renforcé

(Financement par l'État de la formation des salariés en activité partielle)

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET D'ENCADREMENT

### MOYENS PÉDAGOGIQUES :

- Formation à distance (classe virtuelle) synchrone avec alternance d'apports théoriques et pratiques par pédagogie active.
- Espace collaboratif en mode projet pour échanges, analyses de pratiques, mises en situation et cas réels d'entreprises avec suivi asynchrone.
- Supports de formation numériques aux participants.
- Groupe de 10-12 participants maximum.

### SUIVI ET ÉVALUATION DE LA FORMATION :

- Élargement de présence par processus de signature digitale.
- Acquis évalués en cours et en fin de formation.
- Évaluation de satisfaction par les participants et un tour de table collectif est réalisé avec le formateur en fin de formation.

