



Mieux vivre le changement

Un changement commence par quelque chose de nouveau. Une transition commence par la fin de quelque chose, la clôture d'un chapitre de la vie. La réussite d'un changement se concrétise par un nouveau départ. Nous proposons d'accompagner les transitions provoquées par les changements au niveau de l'individu et du groupe de travail. Un changement, même petit, doit être planifié et accompagné. Un changement bien enclenché qui se passe mal par la suite, est souvent le résultat d'un manque d'accompagnement. Chaque changement est différent, mais l'être humain a toujours besoin de donner du sens à ce qui lui arrive.

Objectifs

Décrire le ou les changements qui nous concernent et les enjeux personnels ou professionnels

Analyser ses peurs et les facteurs de stress pour mieux les surmonter

Connaître son profil et ses réactions face au changement en général

Comprendre le processus du changement pour dédramatiser

Évaluer les risques encourus lors de ce changement

Envisager les facteurs positifs du changement

Développer ses capacités à vivre un changement

Préserver son intérêt et sa motivation au travail ou dans sa vie personnelle

Acquérir et élaborer des outils pour mener à bien ce changement

Points forts

Entraînement sur les situations professionnelles des participants

Méthodes opérationnelles

Accompagnement personnalisé

Intervenant

Consultante formatrice experte dans le domaine



Public

Tout public et cadres



Durée

2 jours



Pré requis

Aucun



Groupe

12 personnes

