



adhénia formation

6 Bvd SALTGOURDE
PARC TERTIAIRE DU GOLF
24430 MARSAC SUR L'ISLE
T. 05 53 45 85 70
www.adhenia-formation.fr



FORMATIONS COMPLÉMENTAIRES

- Augmenter son efficacité professionnelle
- Communiquer avec aisance en situation difficile
- Développer la confiance et l'estime de soi
- Développer sa mémoire
- Développer son aisance relationnelle et sa capacité à mieux communiquer
- Etablir une communication et des relations positives
- Gérer la violence en milieu médical
- Gérer la violence et l'agressivité dans le secteur Public
- Gérer ses émotions
- Gestion des conflits et de l'agressivité
- La communication bienveillante
- La gestion du stress
- L'accompagnement à la gestion du stress
- Mieux communiquer avec la PNL
- Optimiser ses ressources et s'affirmer
- Préparer sa retraite
- Savoir concilier vie privée et vie professionnelle
- Se connaître pour mieux communiquer
- S'initier aux outils de communication

PROGRAMME DE FORMATION DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

Accompagnement au changement

Durée : 2 jours soit 14 heures

Objectifs

A l'issue de cette formation, le participant sera capable de :

- Identifier un processus de changement dans un cadre stratégique et politique.
- Se situer dans ce changement.
- Mettre en évidence ses freins personnels.
- Identifier ses points d'appui pour réussir le changement.
- Définir un plan d'action et mettre en place le suivi de son projet.

Participant

Toute personne ayant à se positionner au travers d'un changement organisationnel ou personnel.

Méthodes et supports pédagogiques

La pédagogie est basée sur le principe de la dynamique de groupe avec alternance d'apports théoriques, de phases de réflexion et de confrontation d'expériences.

Des exercices pratiques accompagnent les apports théoriques et permettent un entraînement concret.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

1. COMPRENDRE LE CHANGEMENT

I Introduction

- I Présentation de l'animatrice
- I Présentation des participants
- I Recueil des attentes de chacun

I Diagnostiquer les causes de résistance au changement

- I Pourquoi le changement dérange-t-il beaucoup de personnes ?
- I L'idée de peur
- I L'idée de perte
- I Les rôles mis en question dans un changement

I Identifier les conduites de résistance au changement

- I Apport sur les résistances au changement
- I Présentation des différentes stratégies pour accompagner ces changements

I Mettre en place un bilan organisationnel et un plan d'action pour accompagner le changement

- I Élaboration par le groupe d'une grille de lecture de leur service pour mettre en évidence les freins au changement
- I Définition d'objectifs
- I Élaboration d'un plan d'action général



adhénia formation

6 Bvd SALTGOURDE
PARC TERTIAIRE DU GOLF
24430 MARSAC SUR L'ISLE
T. 05 53 45 85 70
www.adhenia-formation.fr



2. VIVRE LE CHANGEMENT COMME UNE OPPORTUNITÉ

- | Définir des objectifs personnels
 - | A partir des diagnostics réalisés la journée précédente
 - | Identification d'indicateurs pertinents
 - | Faire l'inventaire de ces points d'appui
 - | Ce que je perds dans le changement
 - | Ce que je gagne dans le changement
 - | Ma stratégie de réussite du changement
 - | Identifier les outils à disposition pour accompagner le changement
 - | L'information
 - | La communication
 - | La motivation
 - | La dynamique de groupe
 - | Le cadre organisationnel
 - | La formation
 - | Formaliser son plan d'action
 - | Élaboration d'un plan d'action individuel en fonction des objectifs de chacun
-