DE 502 – Adaptation au changement : Développer sa flexibilité professionnelle - 1 jour -

Public concerné :

Toute personne désireuse de développer ses capacités d'adaptation, de gérer et optimiser efficacement tout processus de changements, professionnels ou personnels, choisis ou imposés.

Objectifs :

Être capable :

- De définir les fondements de tout changement.
- D'utiliser des techniques et méthodes d'action sur le changement.
- De développer un comportement optimal face au changement.

Prérequis :

Cette formation ne nécessite aucun prérequis.

Programme de la formation

1. Identifier le changement et ses impacts.

- Définir le changement et son processus chronologique.
- Définir les perceptions du changement selon la personnalité.
- Traiter l'impact des émotions dans la gestion des changements.
- Déjouer les interprétations négatives face au changement.

2. Utiliser les outils de gestion du changement.

- Traiter les freins au changement.
- Agir sur son niveau de conscience du changement et ses possibilités.
- Utiliser l'approche systémique pour analyser ses possibilités d'action .

3. Soutenir ses changements de façon adaptée.

- Utiliser les 6 idées clés d'intégration du changement.
- Voir plus loin et prendre le recul nécessaire.

Durée

(7 heures)

Modalités de réalisation

- ***Inter-entreprises***
  Dates, lieux, et tarifs des sessions disponibles sur cdcoaching.fr
- ***Intra-entreprise***
  Dans vos locaux ou à distance. Devis Individuel & forfait groupe sur demande

Les points forts

- Une **démarche** structurée.
- Des concepts **vulgarisés.**
- Des **exercices** et **tests** et individualisés.

Le + CD COACHING

Vous bénéficiez **d'une heure** de soutien d'intégration des connaissances **incluse**.

Ce suivi téléphonique ou "Visio", individuel et personnalisé, est à utiliser dans les 30 jours après la formation.



Contact :
06 38 70 89 19 - contact@cdcoaching.fr

Documentation participant :

Consultez ou téléchargez le livret d'accueil du stagiaire sur :
https://www.cdcoaching.fr/services/un-participant/livret-daccueil-participant

CD COACHING - Tous droits réservés - 06 38 70 89 19