

### CONCERNE

Toute personne confrontée à une modification dans son poste ou son environnement.

### PRÉREQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire.

### OBJECTIFS

- Appréhender une situation nouvelle et en comprendre les enjeux.
- Discerner les attitudes possibles et les besoins non exprimés.
- Réagir face aux différentes situations et ne pas les vivre comme des contraintes.
- Développer sa confiance en soi.
- Être en position gagnante pour mieux rebondir face aux difficultés.

### DURÉE

1 jour

### SANCTION

Attestation de compétences

### PÉDAGOGIE

En fonction du public concerné par cette action, nous vous proposons deux approches pédagogiques :

Pour les Managers : Apport méthodologique sur la conduite du changement.

Pour les Utilisateurs : Adaptation liée aux contraintes du changement.

### INTERVENANT :

Nos formateurs, spécialistes des thématiques abordées, sont sélectionnés et évalués au regard de leurs connaissances techniques et pédagogiques.

### SUIVI EVALUATION DES ACQUIS :

En début de formation : recueil des attentes et des objectifs individuels des stagiaires.

En fin de formation : tour de table pour relever le niveau d'atteinte des objectifs et réponse aux attentes exprimées.

Evaluation de la satisfaction des stagiaires : fiche d'évaluation Qualité à chaud.

Evaluation des acquis de la formation : fiche de compétences.

Feuille de présence.

Attestation de formation et cas échéant certification de compétence.

### ACCESSIBILITE :

Pour les formations se déroulant dans l'entreprise, cette dernière devra s'assurer des conditions d'accessibilité à la formation des personnes en situation d'handicap. Dans nos centres, pour tout handicap, le commanditaire devra informer GEDAF ELSETE pour prévoir les conditions d'accueil, ou contacter notre référent handicap par email [info@gedaf.fr](mailto:info@gedaf.fr)

### MODALITES ET DELAIS D'ACCES :

Cf proposition commerciale ou calendrier Inter Entreprises.

### LIEU

#### EN ENTREPRISE

Albertville - Annecy - Avignon - Bourg en Bresse - Chambéry - Grenoble - Lyon - Mâcon - Roanne - Saint Etienne - Valence ...

## CONTENU DÉTAILLÉ

### **Compréhension de la notion de changement**

Les situations de changement : causes et effets.

Fatalité ou résultat d'une action délibérée.

Anticipation ou effet de surprise.

### **Reconnaître les différentes phases des évolutions**

Les différentes situations face au changement.

Les étapes de transition réussies.

### **Le savoir-être nécessaire pour mieux vivre le changement**

Les composantes de l'estime de soi.

La confiance et l'affirmation de soi : exprimer ses idées, se faire connaître et être reconnu.

L'adaptabilité aux contraintes et l'anticipation.

### **Les comportements aidants**

Agrandir son cadre de référence.

Savoir écouter activement et reformuler.

Développer sa capacité de flexibilité.

Maintenir la communication et le dialogue.

Rester positif et chercher la concertation.

### **Les comportements bloquants**

Les différentes attitudes non assertives.

La gestion de l'émotivité.

La réactivité et l'affrontement.

### **L'évolution possible**

Devenir acteur du changement pour soi et pour les autres.

Se fédérer sur les valeurs de l'entreprise.

Savoir évoluer au sein d'équipes et/ou s'intégrer à un projet transversal, évoluer dans la mobilité.

### **Les outils du changement**

Développer sa créativité.

Gérer son stress.

Se donner des objectifs de développement personnel et professionnel.

*Nos centres de formation : Valence Grenoble et Chambéry*