

DÉVELOPPER SA CAPACITÉ D'ADAPTATION AU CHANGEMENT

DP47

2 jours (14h) 1 410,00 €^{HT}

Objectifs

Comprendre les enjeux du changement et son importance dans la vie des organisations • Développer sa flexibilité comportementale • Accepter l'incertitude • Diminuer son stress

Profil Stagiaire(s)

Cette formation Développement Personnel s'adresse aux personnes confrontées à un changement et désireuse de remobiliser ses capacités pour faire face aux évolutions

Pré-requis

Cette formation ne nécessite aucun pré-requis

Profil Animateur(s)

cette formation Développement Personnel est animée par un expert en communication



PROGRAMME

Comprendre les raisons du changement

Identifier les causes et les enjeux du changement
Les besoins de réactivité face à l'environnement
Les impacts sur son activité
Subir le changement ou interagir ?

Analyser les freins au changement

Le poids des habitudes
Les peurs liées aux situations non connues

Interagir face à la situation

Déterminer les contraintes externes
Mesurer l'impact sur son activité
Trouver des solutions

Comprendre les étapes du changement

Cibler ses objectifs
Identifier ses attentes, ses besoins fondamentaux
Déterminer ses priorités
Passer à l'action

Développer sa flexibilité comportementale

Prendre conscience de ses émotions pour mieux gérer son stress
Recadrer ses pensées limitantes

Contactez-nous

Conseiller formation
09 88 66 10 00
inscriptions@demoss.fr

Nos sessions

13 - 14 juin 2022 : Paris / Paris / A
Distance / A Distance

12 - 13 sept. 2022 : Paris / Paris / A
Distance / A Distance

8 - 9 déc. 2022 : Paris / Paris / A
Distance / A Distance

DÉVELOPPER SA CAPACITÉ D'ADAPTATION AU CHANGEMENT

DP47

2 jours (14h) 1 410,00 €^{HT}

Méthode pédagogique

Les sessions "A distance" sont réalisées avec l'outil de visioconférence Teams, permettant au formateur d'adapter sa pédagogie.

Moyens pédagogiques et techniques de mise en œuvre

Nos formateurs DEMOS sont recrutés conformément aux spécifications mentionnées pour chaque formation. Ce sont des professionnels en activité et/ou des experts dans leur domaine.

Ils utilisent des méthodes et outils appropriés aux formations qu'ils dispensent et adaptent leur pédagogie au public accueilli.

Par ailleurs, nos centres de formation DEMOS sont tous équipés :

- Salles de formation lumineuses, spacieuses, design, ergonomiques, mobiles et équipées d'écrans plasma, de PC portables/fixes si nécessaire à la formation suivie.
- Accès au wifi haut débit sur l'ensemble des lieux
- Espace de co-learning et webcorners
- Cafés, collations et rafraîchissement sont offerts

Et tous sont accessibles aux personnes à mobilité réduite

Le dispositif de suivi et d'évaluation

Pour assurer un suivi individuel, Demos a mis en place 2 types d'évaluation :

- Des évaluations des acquis en cours et en fin de formation

Elles peuvent être faites de différente manière selon le contenu de la formation suivie :

Quiz, exercice pratique, étude de cas, jeu de rôles, mise en situation, soutenance devant un jury pour les formations à finalité certifiante.

- Une évaluation de la satisfaction de chaque stagiaire est réalisée en ligne. Cette évaluation est complétée par l'appréciation du formateur à l'issue de chaque session.