



Cabinet de Psychologie du Travail Sébastien HOF

« Ensemble, sortons du labyrinthe ! »

9, rue Christiaan Huygens
25000 BESANCON
Tel : 06.09.85.21.86.
Fax : 09.72.43.21.55.

✉ : contact@psychologuedutravail.pro
N° d'assurance RCP : 971 0000 67716 C
N° SIRET : 794 435 743 000 16
N° de Déclaration d'Activité : 43 25 02787 25

Processus du changement chez l'individu

Public :

Tout public qui participe aux ressources humaines et à l'accompagnement au changement : RH, manager, conseiller mobilité, représentant du personnel, ...

Les objectifs de formation

- Comprendre le processus du changement (individuel), ses phases.
- Comprendre les résistances et le temps d'intégration nécessaire.
- Intégrer dans sa pratique les impacts du changement contraint sur un individu.
- Identifier les émotions générées par le changement.
- Appréhender les mécanismes en jeu dans la dynamique de l'évolution des parcours et de la mobilité professionnelle.
- Identifier les conditions de réussite du changement.

Contenu pédagogique

Quelques définitions (changement, préoccupations)

Quelles sont les phases du changement ?

L'individu et les nouvelles attentes sur le travail

L'individu et le changement (courbe du changement, zone de confort)

Les résistances au changement : de quoi parle-t-on ?

Les émotions et le stress générés par le changement

Méthode pédagogique

Présentation

Echanges d'expérience

Brainstorming

Co-construction d'une démarche

Quiz de connaissances

Durée : 1 jour.

Coût : 250€ en inter, demander un devis en intra.