



# J' AIDE MON EQUIPE à GARDER LE CAP EN PERIODE DE CHANGEMENT : 2 journées

Se gérer soi-même en tant que leader pour aider son équipe à garder le cap lors d'un changement : c'est possible et indispensable !

Un espace d'expression et une boîte à outils hyper pratique sont proposés à chaque participant pour comprendre et jouer leur rôle vis-à-vis de leur équipe en période de changement.

Un savoureux cocktail visant à offrir des stratégies et outils pour se donner des ressources, garder le contrôle, avancer et faire avancer son équipe en préservant la performance et la motivation en période de changement.

# LES OUTILS DE CETTE FORMATION VOUS FONT DÉCOUVRIR COMMENT...

Qui est [Véronique Tonneau](#) ?

		Comprendre les 4 étapes du changement	Exercer son rôle de leader à chacune des 4 étapes du changement		Aligner la communication relative au changement
Découvrir les activités pour maintenir la performance et la motivation au sein de son équipe	Recevoir du feedback positif pour aller de l'avant		Développer sa tolérance face à l'inconfort	S'approprier 5 stratégies pour mieux vivre le changement	
		Développer ses propres antidotes pour se gérer en période de changement		Exprimer son ressenti face au changement	Pour au final, développer son agilité en période de changement
Expérimenter l'intelligence collective et le coaching de pairs pour progresser	Découvrir les 3 niveaux de résistance au changement		Mener des entretiens délicats et gérer les réactions difficiles		Utiliser son intelligence émotionnelle pour garder le cap

---

# LES OUTILS DE CETTE FORMATION VOUS FONT DÉCOUVRIR COMMENT...

Qui est [Hélène GILLES](#) ?



# LA FORMATION JOUR PAR JOUR



JOUR 1/2

Je garde le cap en période de changement



> Contenu / Bénéfices	> Méthodologie / Activités
Libérer son esprit, se mettre en <b>confort</b> , avoir envie de poursuivre.	Présentation imagée, métaphores
Exprimer son ressenti face au changement	Partage des ressentis de chacun au travers d'un jeu
Se positionner sur la courbe du changement	Apport conceptuel – Echange – Exemples - Témoignages et Exercices pratiques favorisant l'intelligence collective
Découvrir 5 stratégies permettant de se gérer en période de changement	Exercice de groupe – Apport conceptuel – Réflexion individuelle
<b>Développer sa tolérance face à l'inconfort</b>	Démonstration et Expérimentation de la puissance d'un exercice issu des neuro sciences – réalisé en coaching de pair - pour développer sa tolérance à l'inconfort
Retrouver sa liberté d'agir en effectuant la bascule du mode mental automatique vers le mode mental adaptatif	Découverte des 6 dimensions des modes mentaux et expérimentations
Création de son cocktail de vitamines mentales personnel pour doper son attitude face au changement	Réflexion et création cocktail personnel permettant de continuer à naviguer à travers le changement et partage en grand groupe

# LA FORMATION JOUR PAR JOUR



## JOUR 2/2

J'aide mon équipe à garder le cap en période de changement



> Contenu / Bénéfices	> Méthodologie / Activités
Remettre en perspective les éléments du Jour 1	Exercice la vague et le ressac
S'aligner entre pairs sur les éléments à communiquer	Apport de concept sur l'importance de la communication : Atelier d'alignement : contenu – structure et méthode de communication
Apprendre et gérer les 3 niveaux de résistance au changement	Apport conceptuel – Echange – Exemples - Témoignages et Exercices pratiques favorisant l'intelligence collective
Apprendre à mener des entretiens difficiles	Exercice de groupe – Apport conceptuel – Réflexion individuelle
<b>Gérer des réactions difficiles</b>	Apport conceptuel : Silence, cynisme, interruption, colère, peur, larmes : comment réagir en tant que leader face à ces manifestations
Recenser et expérimenter les outils et stratégies pour continuer à suivre la performance et à motiver son équipe en période de changement	Découverte du puzzle d'activités (D'équipe et/ou individuelles) que le leader peut proposer pour maintenir la performance et la motivation de son équipe
Partager ses défis de leader en période de changement et recevoir des conseils de ses pairs	Exercice en intelligence collective (coaching de pairs) visant à partager ses défis et à recevoir des conseils avisés Clôture et plan d'action.