

## Gérer le changement .

*Le contexte économique et social nous met en face de changements profonds, que nous soyons en accord avec eux ou non.*

*Comment y faire face ? Entre la résistance plus ou moins consciente due à la perte de repères et la fuite en avant, comment s'adapter et y trouver son compte ?*

*Comment accepter le changement alors même qu'on se sent déstabilisé ?*

### Thèmes développés :

- Les raisons qui nous poussent à résister au changement.
- Les émotions qui freinent l'adaptation.
- Nécessité de s'équilibrer dans le mouvement.
- Les moyens d'aider l'entourage à gérer le changement.

### Objectifs :

- Percevoir les causes profondes des résistances
- Trouver les causes émotionnelles derrière les réactions.
- Acquérir les outils permettant d'aider les autres face au changement.
- Savoir désamorcer les réactions négatives.
- Acquérir des moyens simples facilitateurs.

### Contenu :

- Les causes des résistances.
- Les facteurs émotionnels cachés derrière les résistances.
- Les outils d'aide aux autres.
- Apprentissage à la gestion d'une situation de changement.
- Des règles facilitatrices du changement.

- Durée de la formation : 1 journée ou 2 demi-journées

- **Animateur** : Alain FACON, consultant en relation d'aide.