



**C L'Homme Conseil**  
Développeur du Capital Humain

## PROGRAMME EFFICACITE PROFESSIONNELLE ETRE ACTEUR DU CHANGEMENT

Céline LANGLOIS  
Référente pédagogique, administrative et PSH  
06 51 45 42 66  
www.clhommeconseil.com  
celinelanglois@clhommeconseil.com

### LES 4 OBJECTIFS OPERATIONNELS DE LA FORMATION



### PROGRAMME

#### 1 DONNER DU SENS AU CHANGEMENT

- Comprendre les causes et les enjeux du changement
- Analyser les conséquences factuelles du changement
- Se situer dans le changement

#### 2 DÉVELOPPER SES APTITUDES À LA RÉSILIENCE

- Identifier les facteurs de résistance au changement
- Intégrer le sens de la résilience et ses bénéfices
- Avoir conscience de ses émotions et les accepter
- Développer sa flexibilité cognitive

#### 3 CAPITALISER SUR SES FORCES

- Identifier le Top de ses forces
- Utiliser ses forces pour dépasser ses freins et ses faiblesses
- Choisir des actions positives pour développer de nouvelles forces

#### 4 RETROUVER UN SENS À SA MISSION

- Utiliser ses facteurs de motivation
- Développer des relations positives
- Se projeter dans le futur

#### VALIDER SON PLAN D'EVOLUTION PERSONNEL (PEP)

- Identifier ses axes de progrès et définir son plan d'action

Consultez le taux de satisfaction: <http://clhommeconseil.com/avis.php>

### DUREE

2 jours - 14h  
Format distanciel nous consulter

### PUBLIC

Tout public  
Pour toute adaptation pédagogique au public ciblé, nous consulter

### PRE REQUIS

Aucun

### ACCESSIBILITE HANDICAP

Nous consulter avant la formation pour tout aménagement particulier

### MODALITES ET DELAIS D'ACCES

Un délai de 3 semaines est requis, après consultation, pour mettre en oeuvre la formation

### TARIFS

Un devis est établi après analyse de vos besoins

### PEDAGOGIE ET MOYENS TECHNIQUES

- La pédagogie inversée pour consacrer notre énergie sur l'entraînement
- Des ateliers courts en petits groupes pour des réponses personnalisées
- Une pédagogie positive qui repose sur l'entraide, l'intelligence collective
- Une stratégie d'apprentissage orientée à 70% vers l'action
- Connexion Internet / PC / Micro / Caméra / Téléphone

### MODALITES D'EVALUATION

- AVANT : Questionnaire de niveau et recueil des objectifs de développement
- PENDANT : Evaluation à chaque étape (Exercices ou mises en situation)
- APRES : Questionnaire d'évaluation des acquis et d'évaluation de la formation
- APRES : Suivi post-formation à la carte

### SANCTION

Certificat de réalisation à l'issue de l'action

### LES + DE LA FORMATION

- Intervenante Coach Certifiée en Psychologie Positive
- Accueil des réactions émotionnelles et orientation vers des actions rationnelles
- Co-développement des équipes
- Ateliers pratiques de Psychologie positive appliqués au changement
- Construction d'un Plan d'Evolution Personnel