

## PLAN DE COURS

# S'adapter aux changements pour mieux performer

---

Ce cours s'adresse à ceux qui désirent se familiariser avec la gestion du changement et le développement des organisations en vue de viser l'amélioration continue. La notion du changement est abordée tant du point de vue personnel qu'organisationnel. Le cours mettra plus particulièrement l'emphase sur un modèle d'organisation selon lequel le changement n'est pas vu comme une menace ou une contrainte mais comme l'occasion pour l'organisation et ses membres d'accroître leur capacité de se renouveler. Des exercices pratiques et des outils concrets favorisent une meilleure compréhension et intégration des apprentissages.

---

### OBJECTIFS :

Le cours **S'adapter aux changements pour mieux performer** aborde les thèmes suivants :

- Prendre conscience que le changement ne disparaîtra pas : facteurs et contextes actuels.
- Une définition du changement.
- Amorcer un changement : raisons, types, rythmes et stratégies.
- Les styles de réaction face au changement : test.
- Les émotions reliées au changement et comment les gérer.
- Le changement comme processus d'amélioration continue : en six phases.
- Phase 1. Décrire la réalité, prendre conscience de la situation actuelle.
- Phase 2. Cibler les objectifs d'amélioration : préciser le ou les changements voulus (la situation désirée).
- Phase 3. Identifier et choisir les solutions d'amélioration optimales.

*Ce document est la propriété de Séminaires et Conférences Stéphanie Milot inc. Toute reproduction est interdite.*

**Pour nous joindre :** Bureau : (450)978-2725 Cellulaires : (514) 573-3525 — (514) 730-8318  
Courriel : [info@stephaniemilot.com](mailto:info@stephaniemilot.com) Web : [www.stephaniemilot.com](http://www.stephaniemilot.com)

- Phase 4. Déterminer les actions à poser (plan d'action).
- Phase 5. Faire le suivi et mesurer l'amélioration obtenue.
- Phase 6. S'ajuster au besoin.
- Les effets prévisibles du changement.
- Évaluer les problématiques reliées au changement et y faire face.
- Comment communiquer en temps de changement ?
- Reconnaître la résistance et mieux la gérer.
- Bâtir nos forces personnelles de gestion en temps de changement.
- La responsabilité individuelle face au succès du changement.
- L'acceptation du changement.
- Améliorer la tolérance au changement et au stress.

## **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :**

Les méthodes pédagogiques suivantes seront utilisées :

- Jeux de rôles (mise en situation)
- Observations et analyses des mises en situation - les vôtres et ceux de vos collègues.
- Exposés et cours magistraux
- Outils d'intégration, exercices pratiques et tests.