



## Conduite du changement avec

## l'intelligence émotionnelle

Référence : **CDV.84**

<https://www.cnfce.com/formation-conduite-changement-intelligence-emotionnelle>

Durée conseillée :

**2 jours**

Tarif en inter-entreprise :

**[nous contacter](#)**

Tarif en intra-entreprise :

**1595 € HT/ jour / groupe**

## Formation conduite du changement avec l'intelligence émotionnelle : Savoir s'adapter avec le changement

"Les espèces qui survivent ne sont pas les espèces les plus fortes, ni les plus intelligentes, mais celles qui s'adaptent le mieux aux changements." Cette citation de Darwin n'aura jamais été autant d'actualité pour les entreprises, contraintes à des changements permanents, nécessaires et synonymes de stress.

Afin de vous aider, vous ou vos collaborateurs, à vous **adapter au changement et à l'intégrer positivement**, nous vous proposons de programme de 2 jours. Cette **formation conduite du changement avec l'intelligence émotionnelle** vous permettra d'apprendre à tirer profit de vos émotions dans votre vie professionnelle et quotidienne.

Vous serez ainsi en mesure de **développer votre intelligence émotionnelle**, et à accueillir vos propres réactions émotionnelles et celles de vos interlocuteurs. Ainsi, vous pourrez les aider à dépasser le blocage que peuvent générer certaines émotions.

### Objectifs pédagogiques

- Identifier les nouvelles compétences à développer dans un contexte de changement

- S'appuyer sur ses compétences fortes pour en développer de nouvelles
- S'adapter au changement plus facilement grâce à l'intelligence émotionnelle

## Programme

### **Conscience et expression émotionnelle pour accélérer l'adaptation au changement**

- Panorama des émotions ressenties face au changement
- Mieux comprendre le langage des émotions
- SHIFT émotionnel avec le modèle SNSP

### **Optimisme et sens des réalités pour accepter le changement de paradigme et lever les résistances**

- Identifier les changements de paradigme liés au changement
- Comprendre que des changements inéluctables sont liés à des besoins
- Prendre en considération ce que chacun y gagne concrètement

### **Indépendance et flexibilité pour ne pas se laisser entraîner par la morosité ambiante**

- Cartographie des acteurs face aux changements
- Développer une stratégie pour ne pas se laisser entraîner par les maussades ou opposants
- Résolution de problèmes et réalisation de soi pour se mettre en action
- Se fixer des objectifs et se donner les moyens de les atteindre
- Faire autrement et développer sa capacité à innover face au changement

### **Focus sur les relations humaines et l'empathie pour favoriser le soutien social**

- Comprendre la nécessité de s'entourer des bonnes personnes
- Etre à l'écoute de l'autre en restant à l'écoute de soi
- Maintenir le lien social autrement : comment faire ?




## Public & prérequis

### Public cible

- Collaborateurs en phase de changement
- Managers
- Sous-chefs de projets conduisant des changements au sein de l'entreprise

### Pré-requis

**Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation s'adapter au changement via l'intelligence émotionnelle**



## Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques et pratiques
- Support de cours de la **formation s'adapter au changement via l'intelligence émotionnelle**
- Etudes de cas, powerpoint

**Évaluation des acquis en fin de formation**

