

DÉVELOPPER SON ADAPTABILITÉ PROFESSIONNELLE



CIBLE

Professionnels souhaitant apprendre à gérer l'incertitude et s'adapter dans différentes situations relationnelles



MÉTIER

Tout public



Avancé

14H

De formation

8

Participants

Maximum par session de formation

MÉTHODES D'ANIMATION

DÉCOUVERTE ET PARTAGES D'EXPÉRIENCE

SYNTHÈSE COLLABORATIVE

MISE EN SITUATION PAR LE JEU

MISE EN APPLICATION EN MILIEU PROFESSIONNEL

POSTURE PÉDAGOGIQUE

Le parcours pédagogique repose sur un cycle d'apprentissage expérientiel (expérience, réflexion, généralisation, application).

La formation se concentre sur 4 compétences essentielles au développement des capacités d'adaptation pour faire face aux différentes situations professionnelles du quotidien.

Chaque participant recevra un manuel reprenant l'ensemble des éléments abordés et devra réaliser un travail de mise en application de ces 4 compétences sur son lieu de travail.

OBJECTIFS OPÉRATIONNELS

AMÉLIORER SA FLEXIBILITÉ RELATIONNELLE

DÉVELOPPER SON AGILITÉ COMPORTEMENTALE

CONSTRUIRE DES RELATIONS DE TRAVAIL HARMONIEUSES

SAVOIR ÊTRE AGILE EN SITUATION COMPLEXE

PRÉ-REQUIS

- Aucun



FORMATEUR

- Minimum 10 ans d'expérience en entreprise
- Expert dans son domaine
- Facilitateur confirmé

ACCOMPAGNEMENT PERSONNALISÉ

Cette formation peut être adaptée aux besoins des participants en les faisant travailler sur leurs propres projets pour un même organisme. Du fait des personnalisations possibles, n'hésitez pas à nous contacter.

INFRASTRUCTURE

- Salle équipée
- Outils et matériels d'animation d'ateliers de facilitation

MODALITÉS D'ÉVALUATION ET DE VALIDATION

- Auto-évaluation
- Mise en situation
- Mise en application

INTER OU INTRA-ENTREPRISE

PROGRAMME :

LA CONNAISSANCE DE SOI

- Identifier les différents types de mémoire
- Reconnaître ses techniques d'apprentissage
- Traduire sa pensée en arborescence
- Analyser son attitude face à une situation

L'OUVERTURE D'ESPRIT ET LA CURIOSITÉ

- Définir son environnement pour mieux avancer
- Expliquer le changement en milieu professionnel
- Appliquer une pensée constructive
- Analyser son enthousiasme devant une nouveauté

L'AFFIRMATION DE SOI

- Identifier ses challenges avec proactivité
- Décrire les façons de prendre soin de soi au travail
- Planifier sa prise de poste pour plus de sérénité et de productivité
- Analyser ses actions et célébrer ses réussites

RENFORCER SA CAPACITÉ D'APPRENDRE À APPRENDRE

- Identifier ses émotions négatives et son stress
- Reconnaître les qualités des membres de son équipe
- Interpréter son positionnement dans un groupe
- Expérimenter des interactions avec des experts de domaines autres que le sien.

Séquences ludicisées

Comparer les façons d'apprendre

Collecter les outils pour aiguïser sa curiosité

Créer une méthode pour capitaliser sur ses réussites

Concevoir son plan d'actions de progrès personnel

Jeu de rôle « Opération : Garder le cap! »

AVANT TOUTE FORMATION

chargé de formations contactera le commanditaire afin de :

- Connaître les spécificités propres à l'entreprise
- Connaître les spécificités des techniques liées au métier visé