Institut Régional de Formation des Allocations Familiales
67 avenue Jean Jaurès - 75019 PARIS CEDEX 19 - Tél. : 01 71 13 36 18
Siret : 381 050 996 00127 – APE 8559 A – N° déclaration d'activité : 11 75 48596 75

Comment bien vivre le changement ?

Description :

Cet atelier propose de vous aider à analyser, comprendre les changements professionnels que vous vivez et de vous apporter les leviers et les moyens d'y faire face efficacement sur les plans organisationnel, psychologique et relationnel.

Objectifs :

- Identifier ses propres sources de résistance et de stress face au changement
- Associer sur ses ressources personnelles pour mieux le vivre
- Préparer sa stratégie d'action pour devenir acteur du changement

Programme :

- Comprendre et intégrer le processus de changement
- Comprendre les mécanismes humains associés au changement
- Se situer dans une démarche de changement
- Gérer ses émotions négatives et apprendre à lâcher prise
- Développer une vision stratégique, savoir s'affirmer et se positionner en situation de changement
- Élaborer et mettre en oeuvre une stratégie d'action face au changement

Méthode pédagogique :

- Apports théoriques et méthodologiques
- Autodiagnostic

Modalités d'évaluation et de validation :

- **Evaluation de positionnement** : sous forme d'un questionnaire ou d'un tour de table avec le formateur pour valider les prérequis, pour évaluer les besoins individuels et pour déterminer le niveau de connaissances
- **Evaluation des acquis** : validation de la compréhension et de l'acquisition des connaissances sous forme de mises en situations, de réflexions collectives et d'utilisation d'outils de diagnostic
- **Evaluation à chaud :** à la fin de la formation, un bilan oral est effectué par le formateur et une évaluation écrite adressée aux stagiaires permettent d'apprécier la qualité de la prestation et de mesurer l'efficacité de l'action au regard des objectifs globaux
- **Evaluation à froid** : réalisée avec un outil interne Caf
- **Attestation de suivi** : Feuille de présence

- **Certificat de réalisation** mentionnant la nature, la durée de l'action est remis aux stagiaires à l'issue de la formation

Accessibilité :

Nous mettons tout en œuvre afin d'offrir aux personnes en situation de handicap des conditions optimales d'accès et d'apprentissage. N'hésitez pas à contacter Naima Ouari référent handicap naima.ouari@caf92.caf.fr - 01 87 02 85 25 / 06 09 28 97 89 directement pour lui signaler vos besoins spécifiques.

Public cible :
Tous publics
Pré-requis :
Aucun
Programmation :
Nous contacter Planification sur le site irfaf.fr
Catégorie :
Développement et efficacité personnels

Tarif / Jour / stagiaire : 190 €
Modalités animation :
présentiel et classe virtuelle
Formateur :
Prestataire externe
Effectif :
de 8 à 12 personnes
Durée en jours :
2
Durée en heures :
14