



Document explicatif

Formation *Bien vivre le changement*



Table des matières

1. Le Service aux entreprises du Cégep de Sorel-Tracy	3
2. Présentation du programme de formation suggéré	5
2.1. Objectifs du programme.....	6
2.2. Approche et outils pédagogiques.....	7
2.3. Thématiques et résultats recherchés	10
3. Pour plus d'informations et pour recevoir une offre de service personnalisée.....	11

1. Le Service aux entreprises du Cégep de Sorel-Tracy



Votre partenaire de formation continue pour votre organisation

Notre mission

Ce service local et personnalisé vise à favoriser le développement des compétences de la main-d'œuvre régionale en offrant une gamme de services de qualité et adaptée à ses besoins.

- De la formation sur mesure en entreprise
- De la consultation, de l'accompagnement, du coaching
- Des solutions adaptées à votre contexte d'affaires

Notre vision

Inspirer, Influencer, Innover et être Inclusif : faire la différence.

Nos valeurs

Respect, collaboration et bienveillance.

Depuis combien de temps ce service existe-t-il?

Depuis plus de 20 ans, notre engagement est d'accompagner les entreprises avec professionnalisme, fiabilité et efficacité dans un souci de répondre à leurs besoins réels.

À qui s'adresse ce service?

Les entreprises de la MRC Pierre-De Saurel et Marguerite-D'Youville de tous les secteurs, que ce soit des petites ou moyennes entreprises (PME), des organismes à but non lucratif, des municipalités ou encore de grandes entreprises.

Quelles sont les formules offertes?

- À distance ou en présentiel
- Journées complètes ou demi-journées
- Selon le calendrier qui vous convient
- Banques d'heures



Qui sont les formateurs et consultants ?

Notre équipe d'experts est composée principalement de consultants ayant chacun leur créneau d'expertise et une expérience significative et variée en entreprise. Par ailleurs, pour d'autres domaines plus techniques, nous travaillons en collaboration avec les professeurs du Collège.



Est-ce que vos services sont admissibles à des subventions?

La plupart de nos services peuvent être admissibles à une demande de subvention auprès des instances locales pertinentes. Notre équipe pourra vous diriger vers ces ressources.



À qui doit-on adresser nos besoins et qui peut nous conseiller?

Notre conseillère aux entreprises est disponible pour vous aider à identifier et préciser vos besoins de formation ou d'accompagnement. Son rôle est de vous conseiller et de vous orienter vers des solutions adaptées à votre contexte.

2. Présentation du programme de formation suggéré

Le milieu du travail est fortement secoué par des changements majeurs : pénurie de main-d'œuvre, télétravail, effets de la pandémie sur l'organisation du travail et sur la santé mentale, informatisation, etc. Les changements sont importants, fréquents et accélérés.

Dans ce contexte, le gestionnaire n'a pas le choix de se préparer à bien vivre dans le changement et amener son équipe à faire de même.

Introduire un changement avec succès, c'est mettre en place une façon de faire qui peut satisfaire aux exigences rationnelles et émotives des personnes touchées.

La personne qui introduit un changement doit être en mesure de connaître la portée et les limites de ses comportements et des stratégies qu'elle adoptera pour amorcer le changement.

Cette personne vit elle-même un changement dans ce qu'elle introduit dans son milieu; d'où la nécessité d'être conscient de ses propres réactions dans cette situation.

Le succès de son intervention réside dans le choix de la démarche qu'elle privilégie ainsi que dans son aptitude à composer avec les réserves et les résistances manifestées par ses collaborateurs.

En reconnaissant que le changement confronte chacun à ses propres limites — ses craintes, ses frustrations et ses peurs — la personne qui introduit un changement s'assurera de mettre en place des mécanismes qui permettront à tous d'exprimer leurs inconforts, tout en se sentant acceptés et respectés. Ainsi, elle créera une ouverture pour que chacun puisse évoluer avec confiance dans le processus de changement.

Nous vous invitons à former un petit groupe dans votre entreprise. Bénéficiez de cette formation qui sera adaptée à votre contexte et à votre milieu!

2.1. Objectifs du programme

À la fin de cette formation, les participants seront en mesure de:

Partie 1 : Bien vivre le changement (perspective individuelle)¹

[7h]



Clientèle cible : tous les employés, incluant les gestionnaires.

- ✓ Prendre du recul par rapport à leurs façons habituelles de percevoir leur réalité ;
- ✓ Estimer leurs tendances face au changement ;
- ✓ Préciser une façon idéale (souhaitable) de réagir dans la mouvance continuelle ;
- ✓ Identifier 5 facteurs facilitant le « Bien vivre dans le changement » ;
- ✓ Analyser le bien-fondé, les bénéfices et les préjudices de certaines attitudes et comportements dans le contexte du changement.

Partie 2 : Bien gérer le changement (perspective organisationnelle et humaine)

[14h]



Clientèle cible : gestionnaires ou personnes en charge de l'implantation de changements.

- ✓ Découvrir les conditions idéales d'adaptation et d'implantation du changement ;
- ✓ Préciser les caractéristiques personnelles susceptibles de garantir du succès à l'instigateur du changement ;
- ✓ Découvrir les facteurs de succès et des causes d'échec du changement.

¹ Prérequis pour suivre la partie 2.

2.2. Approche et outils pédagogiques

Ce programme en entreprise comprend :

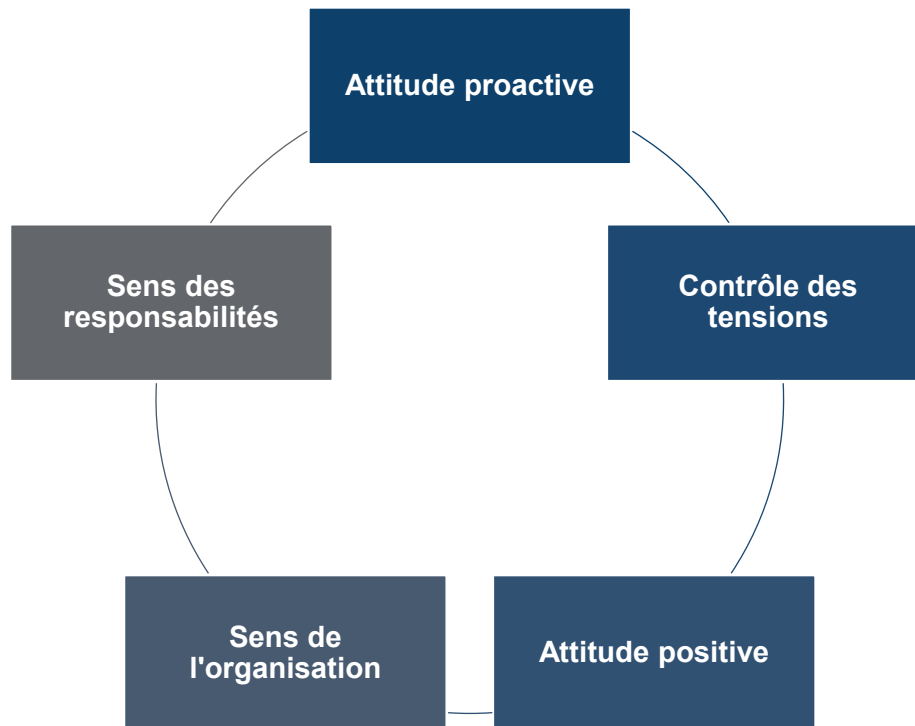


+ Outil d'autodiagnostic en ligne pour tous : « *Mes tendances face au changement* »

À partir de mon estimation de 120 attitudes et comportements, j'obtiens:

- ✓ Un portrait de ma façon habituelle de réagir;
- ✓ Une précision sur ce que je considère souhaitable;
- ✓ Des perspectives novatrices pour composer avec le changement;
- ✓ Une opportunité pour profiter davantage de tout mon potentiel.

+ **Un rapport personnalisé** qui fournit des indications relativement aux 5 facteurs facilitant le « Bien vivre dans le changement » :



+ **Cahiers du participant**

+ **Coaching individuel pour tous (6 heures) :**

- ✓ Accélérer le développement des habiletés
- ✓ Cibler les compétences répondant aux objectifs professionnels de l'individu
- ✓ Travailler spécifiquement les problématiques réelles

À propos des 5 facteurs facilitants

1 ATTITUDE PROACTIVE

- Rechercher des récompenses
- Questionner ses habitudes
- Poser des gestes concrets
- Rendre ses projets visibles
- Mettre les traditions de côté
- Être stratégique
- Encourager les innovateurs
- Procéder rapidement
- Écouter la perspective des nouveaux venus
- Manifester de la ténacité
- Impliquer ses proches
- Montrer de la détermination

2 CONTRÔLE DES TENSIONS

- S'inquiéter du futur
- Avoir besoin de l'entourage
- Douter de soi
- Avoir peur de se tromper
- Être embarrassé(e)
- Être susceptible

3 ATTITUDE POSITIVE

- Appuyer l'effort demandé
- Être enthousiaste
- S'investir dans une noble cause
- Afficher sa fierté
- S'entourer de personnes positives

4 SENS DE L'ORGANISATION

- Mesurer l'effort
- Éliminer la confusion
- Découvrir les raisons
- Mesurer les résultats

5 SENS DES RESPONSABILITÉS

- Questionner les traditions
- Profiter des opportunités
- Souhaiter plus
- Assumer ses responsabilités
- Rechercher des coupables
- Assumer les conséquences de ses gestes
- Se plaindre

2.3. Thématiques et résultats recherchés

Rencontre de démarrage

Une rencontre téléphonique ou virtuelle sera organisée au démarrage du projet entre la conseillère, la formatrice et le client afin de bien cerner les enjeux, le contexte et les besoins particuliers du groupe.

JOUR 1 (prérequis)

BIEN VIVRE LE CHANGEMENT – perspective individuelle

- ✓ Découvrir des forces insoupçonnées pour faire face aux turbulences;
- ✓ Se constituer des ancrages solides pour conserver l'équilibre dans la mouvance;
- ✓ Évaluer l'impact de la dominante de personnalité sur la réaction au changement;
- ✓ S'appuyer sur des attitudes et des comportements facilitant le « bien vivre »;
- ✓ Élaborer des plans d'action pour se rapprocher d'un idéal recherché.

JOUR 2 et JOUR 3

GESTION DU CHANGEMENT – perspective organisationnelle et humaine

- ✓ Évaluation de ma capacité d'adaptation
- ✓ Réactions de chaque dynamique par rapport au changement
- ✓ Conditions idéales au changement
- ✓ Éléments les plus menaçants dans un changement
- ✓ Comment inciter chacun à changer
- ✓ Principales attentes de chaque dynamique face à leur supérieur lors de l'introduction d'un changement
- ✓ Mises en situation
- ✓ Stratégies d'introduction du changement
- ✓ Diverses réactions de résistance et méthodes pour atténuer la résistance
- ✓ Pour faciliter les changements de mentalités
- ✓ Penser et agir autrement
- ✓ Paradoxe de pousser
- ✓ Vitesse d'implantation
- ✓ Pour réussir l'introduction de changements
- ✓ Profil de l'instigateur qui réussit l'introduction de changements

3. Pour plus d'informations et pour recevoir une offre de service personnalisée



Mme Annie Belhumeur
Conseillère aux entreprises
3000, boulevard de Tracy
Sorel-Tracy (Québec) J3R 5B9

450.742.6651, poste 5309
annie.belhumeur@cegepst.qc.ca
www.cegepst.qc.ca/entreprises



Planifiez une rencontre avec moi [via ma page de réservation](#)



Abonnez-vous à notre infolettre

