



Etre Acteur du Changement

Lien : <https://innov-maroc.com/formation/etre-acteur-du-changement>

 DURÉE
3 jours (21h)

 RÉFÉRENCE
DP134

 CATÉGORIE
**Adaptation au
Changement**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- ✓ Faire de tout changement une opportunité de croissance personnelle et professionnelle
- ✓ Accepter l'incertain et gagner en flexibilité et en adaptation
- ✓ Rassurer et dissiper le stress

POUR QUI ?

- ✓ Toute personne souhaitant améliorer sa capacité d'adaptation



Programme détaillé

1 / Comprendre la notion de changement

- Les situations de changement : causes et effets
- Fatalité ou résultat d'une action délibérée
- Anticipation ou effet de surprise
- Les différentes situations face au changement
- Les étapes des transitions réussies

2 / Adopter le savoir-être nécessaire pour mieux vivre le changement

- Les composantes de l'estime de soi
- La confiance et l'affirmation de soi
- L'adaptabilité aux contraintes et l'anticipation

3 / Identifier les comportements aidants

- Écouter activement et reformuler
- Maintenir la communication
- Rester positif et chercher la concertation
- Être flexible

4 / Eviter les comportements bloquants

- Les différentes attitudes non assertives
- L'émotivité

- La réactivité et l'affrontement

5 / Accompagner le changement

- Devenir acteur du changement pour soi et pour les autres
- Savoir évoluer au sein d'équipes et / ou s'intégrer à un projet transversal, évoluer dans la mobilité
- Développer sa créativité
- Gérer son stress
- Utiliser l'intelligence émotionnelle et l'intuition

6 / Plan d'action individuel

Approche pédagogique

- ✓ Support Ecrit et Projection
- ✓ Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- ✓ Brainstorming et Jeux de Rôle
- ✓ Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- ✓ Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- ✓ Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

 21 au 23 Oct. 2026

 Distanciel

 Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

 Téléphone : +212 522 247 210

 Email : contact@innov-maroc.com

 Web : <https://www.innov-maroc.com>

INNOV MAROC