S'épanouir au travers du changement : gagner en résilience et en agilité

Aujourd'hui, le changement est une constante, et il est d'une complexité et d'une rapidité sans précédent.

Si un changement ou une transition est indispensable à la progression de l'entreprise, et que les collaborateurs qui doivent le mettre en œuvre ne le comprennent pas ou n'ont pas les capacités d'adaptation suffisantes pour l'accepter, la situation dans l'entreprise peut empirer au lieu de s'améliorer.

Les entreprises et leurs collaborateurs doivent être résilients et agiles pour mettre en œuvre le changement de façon efficace et conserver une longueur d'avance sur la concurrence.

Une question se pose alors : comment, en tant que contributeurs individuels, pouvons-nous nous adapter et apprendre à nous épanouir au travers du changement, au lieu de le subir ?

Comment le modèle Insights peut-il vous aider ?

La solution proposée par Insights est centrée sur l'aspect humain du changement. Elle constitue une approche unique qui aide les collaborateurs à comprendre leurs réactions ainsi que celles de leurs collègues face au changement, et à prendre conscience que chacun gère le changement de manière différente.

En outre, elle permet de gagner en résilience et en agilité, en leur donnant les outils pratiques pour les aider à être collaboratifs, productifs et engagés pendant toute la période de changement.

Ce programme s'appuie sur le Profil Personnel Insights Discovery de chaque participant, pour développer une conscience plus profonde de ses préférences et de celles des autres face au changement.

Review 16.01.25

© The Insights Group Ltd, 2025. All rights reserved.

Profils des participants

Notre programme « S'épanouir au travers du changement » s'adresse à tout individu et/ou équipe souhaitant être proactifs dans leur réponse au changement, et non pas seulement réactifs.

Prérequis

Connaître les bases du modèle Insights Discovery. Idéalement avoir participé à une session d'Introduction à Insights Discovery ou à une restitution collective de Profil Personnel, ou avoir activement suivi un module de e-learning.

Objectifs opérationnels

Ce programme vous permettra de :

- Développer la **résilience** et l'**agilité** face au changement
- Améliorer la **productivité** des individus ou des équipes dans des environnements de transformation
- Favoriser la **collaboration** et l'**engagement** au sein des équipes
- Accroître la **conscience de soi** pour mieux gérer le changement et comprendre les autres
- **Adapter les styles de communication** en fonction des situations de changement
- Identifier et comprendre les **motivations individuelles** pour faciliter l'engagement et l'acceptation du changement
- Renforcer la **proactivité** dans la gestion du changement, au lieu de réagir de façon passive
- Analyser l'impact du changement au niveau individuel, de l'équipe et de l'organisation

Objectifs pédagogiques

A l'issue de cet atelier, les participants seront en mesure de :

- Comprendre les réactions face au changement
- Comprendre les phases de transition
- Analyser l'impact du changement au niveau individuel à l'aide des préférences d'énergie de couleur
- Développer des stratégies pour gérer le stress lié au changement
- Apprendre à s'adapter au changement

Review 160125

© The Insights Group Ltd, 2025. All rights reserved.

Méthodes pédagogiques et techniques

Une animation Insights Discovery est une expérience riche d'apprentissage autour de la mise en pratique. En défendant les meilleures méthodes de mise en œuvre, cette expérience est rendue attrayante et percutante pour les participants. Des mises en situations ponctuent le déroulé de l'atelier qui peut être animé en mode présentiel ou distanciel, à la demande.

Kit de l'apprenant

Chaque apprenant aura des ressources qui lui fourniront les informations et les outils nécessaires pour progresser dans l'expérience d'apprentissage.

- **Le Profil Personnel Insights Discovery** – profil individuel approfondi qui informe l'apprenant de son approche personnelle et ses préférences de communication. Chaque profil dispose du module « de Base », et pour cette session, vos apprenants auront également besoin
  - du module « Management ». Ce module aide à comprendre leur style de management, la manière dont ils préfèrent être encadrés et leur environnement de travail idéal
  - du module « Réalisation de soi ». Ce module aide à maximiser leur créativité et à stimuler la réflexion autour de la définition d'objectifs
- **Le Guide d'apprentissage** – il est conçu pour servir de journal de bord
- **Optionnel** – Quatre modules e-learning

Programme de la formation

La formation comprend trois modules :

Module 1 – Comprendre les effets du changement

- Les types de changement
- La psychologie du changement et le modèle de transition
- Réaction ou réponse ?

Module 2 – Utiliser des outils pour vous épanouir au travers du changement

- Identification des points forts et des défis que les énergies de couleur Insights apportent au changement
- Comment reconnaître les facteurs de stress lors d'un changement pour chacune des quatre énergies de couleur
- Les facteurs de réussite pour s'épanouir au travers du changement
- La résilience face au stress

Module 3 – Développer votre adaptabilité

- Définition de l'adaptabilité
- L'esprit du débutant
- Oui, et…

Plan d'action

Review 160125

© The Insights Group Ltd, 2025. All rights reserved.

Durée

Une formation type dure 7 heures.

L'atelier peut être dispensé sous la forme d'une expérience d'apprentissage d'une journée ou de plusieurs demi-journées par module.

Lieu

L'adresse où la formation aura lieu et les modalités d'accès seront communiquées dans l'invitation qui vous sera envoyée.

Dispositif de suivi de l'évaluation des résultats de la formation

Les apprenants ont la possibilité de consigner toutes les connaissances acquises dans leur guide d'apprentissage.

Engagement de l'apprenant

Nous voulons que l'apprenant soit pleinement engagé avec le.la facilitateur·trice, avec les autres participant·e·s et avec le matériel pédagogique au fur et à mesure de sa progression dans cette expérience.

Nous encourageons un engagement entier dans son développement personnel. La présence de l'apprenant est requise pendant toute la durée du parcours de formation.

Équipe pédagogique

La formation est animée par un.e ou plusieurs de nos consultant·e·s associé·e·s. Il·elle·s ont été validé·e·s en tant que tel·le·s par l'organisme de formation sur la base de leur expérience et qualifications. Il·elle·s sont facilitateur·trice·s expérimenté·e·s et expert·e·s de notre modèle Insights Discovery.

Aléas et difficultés rencontrées, réclamations, observations

Vous pouvez effectuer tout signalement ou déposer toute demande via notre site web, onglet « Contact » ou directement par courrier électronique à l'adresse : insightsfrance@insights.com

Délais et modalités d'inscription

Chaque demande entrante est prise en compte par l'un de nos responsables de comptes qui prend contact avec vous pour cerner votre besoin et vous faire parvenir une offre de prestation adaptée. Une fois cette proposition validée par vos soins vous recevrez une proposition tarifaire (devis). Après signature pour acceptation vous recevrez à J-30 l'invitation à participer à notre action de formation.

© The Insights Group Ltd, 2025. All rights reserved.

Review 160125

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Dans le cas d'une reconnaissance de Situation de Handicap, n'hésitez pas à nous le faire savoir via l'onglet **« Contact »** rubrique « Signaler une situation de handicap » afin que nous puissions étudier ensemble la faisabilité de votre projet de formation. Pour plus de confidentialité, vous pouvez contacter notre Référent Handicap directement en écrivant à cette adresse **referent.handicap@insights.com**

Tarif

Afin de définir le prix de la prestation correspondant à votre besoin de formation, merci de bien vouloir nous contacter par le formulaire de contact **https://www.insights.com/fr/contact/** pour que l'un de nos responsables de comptes puisse vous proposer une offre tarifaire adaptée en retour.

Contactez-nous

Pour obtenir plus d'informations sur la manière dont Insights peut vous aider à gérer le changement ou d'autres problématiques d'entreprise, veuillez nous contacter à l'adresse suivante : **www.insights.com/fr.**

Review 16.01.25

© The Insights Group Ltd, 2025. All rights reserved.