



EFFICACITÉ
COLLECTIVE

Adaptabilité : Flexibilité et Agilité

DESCRIPTION

La formation **Adaptabilité : Flexibilité et agilité** fournit les concepts et outils nécessaires afin d'aider les participants à mieux s'adapter et faire le choix d'aller au-delà de leur propre zone de confort. Elle leur permet de maintenir une perspective positive, de travailler constructivement sous pression, de gérer la tension, et d'être capable de répondre ingénieusement aux changements et à l'ambiguïté.

OBJECTIFS

PERMETTRE AU PARTICIPANT DE :

- Répondre au changement de manière positive ;
- Garder son sang-froid émotionnel face à l'ambiguïté et au changement ;
- Modifier ses pensées, ses émotions et ses comportements face au changement ;
- S'adapter aux conditions et aux priorités en constant changement.

CONTENU

ADAPTABILITÉ ET VOUS

- C'est quoi l'adaptabilité ?
- Pourquoi l'adaptabilité est-elle importante ?
- L'adaptabilité ce n'est pas...
- Évaluer son niveau d'adaptabilité
- Adaptabilité = Flexibilité et agilité

FLEXIBILITÉ

- Se faire confiance même dans l'adversité
- Répondre au changement de manière positive
- Être ouvert à des nouvelles idées
- Faire face à des situations de travail incertaines/imprévisibles
- Respecter et considérer les choix et les besoins des autres

AGILITÉ

- Surmonter les échecs, les obstacles et les ressources limitées
- Apprendre des nouvelles tâches, technologies et procédures
- Résoudre les problèmes de façon créative
- Traiter avec les priorités et les conditions de travail changeantes

ADAPTABILITÉ ET LA PERFORMANCE

- Adaptabilité interpersonnelle
- Adaptabilité culturelle
- Adaptabilité physique

PLAN D'ACTION PERSONNEL



RENSEIGNEMENTS GÉNÉRAUX



FORMAT

- Intra-entreprise



DURÉE

La formation se déroule en 1 journée (6 heures).

(Le contenu et la durée de cette session peuvent être adaptés pour la formation sur mesure en entreprise.)



PUBLIC CIBLE

Cette formation s'adresse à toute personne ayant à développer son habileté d'adaptabilité organisationnelle.



APPROCHE PÉDAGOGIQUE

Modèle d'apprentissage en classe dirigé par un formateur, au rythme du groupe, avec activités pratiques structurées. Les cas et expériences des participants servent de support aux travaux de mise en application des acquis de la formation.

Approche très personnalisée et hautement interactive, les groupes sont limités à 15 participants



LANGUE

Disponible en:

- Français
- Anglais



CERTIFICATION

Attestation de formation

Emploi
Québec



Tél. : 514-365-8397



Fax. : 514-365-8940



info@solutionsandco.com



www.solutionsandco.com