



Profil de session

Activité admissible dans le
cadre de la Loi 90
Numéro d'agrément :
0033077

Bien vivre les changements



*Une manière d'approcher les changements
qui vous permet de:*

- *développer un véritable art de vivre.*
- *réinventer votre vie avec plus d'enthousiasme.*
 - *faire face à l'insolite et aux nouveautés
avec humour et créativité.*

LES OBJECTIFS

- Comprendre pourquoi vous vivez autant de changements et pourquoi il est utile d'apprendre à les vivre.
- Identifier les motivations et les résistances que vous vivez dans les changements.
- Développer des stratégies d'adaptation à ces changements.
- Vous donner un environnement social facilitant votre adaptation et la réinvention d'efficacités nouvelles.

LES OUTILS DE TRAVAIL

- Le cahier d'exercices du participant.
- Les cartes rappel dans un étui en cuir véritable.
- Le processus de résistance et d'adaptation.
- Les stratégies à mettre en place pour bien vivre les changements.

Notre rêve...

- Le rêve de Nadeau Lessard est d'établir des relations d'affaires qui favorisent la transformation de vos projets en résultats.

Notre mission...

Accompagner nos clients pour réaliser :

- leur vision d'entreprise
- leurs projets
- leurs objectifs

Notre engagement...

- transférer généreusement notre expertise à nos clients,
- mettre nos expériences au service de nos clients.

Nous sommes

- une équipe multidisciplinaire de professionnels axés sur les résultats et la rapidité d'intervention.
- nous regroupons nos services sous deux grands volets :
 - le développement des personnes
 - le développement des organisations.

150, rue Saint-Jacques, bureau 303
Granby (Québec) J2G 8V6

info@nadeaulessard.com

téléphone : (450) 375-8704
télécopieur : (450)375-7880

LE CONTENU

- Comment développer le plaisir de changer.
- Comment éviter que les résistances se transforment en catastrophe et en épuisement inutile.
- Comment comprendre vos stratégies de résistance et vous en affranchir.
- Comment faire face et développer le désir de changer.
- Comment appliquer le processus de changement dans vos besoins de changement actuels.
- Comment rester proactif et positif face aux changements.
- Comment en arriver à réinventer des efficacités nouvelles sans vous essouffler, ni vous épuiser.
- Comment garder la forme en périodes de changements.

LA MÉTHODOLOGIE (Durée : 1 à 2 jours)

- Durant la session, vous vivrez une grande simulation d'un véritable changement auquel vous faites face. Vous vous servirez de cette mise en situation pour explorer ce que vous vivez comme résistance et motivation. Vous pourrez ainsi expérimenter le processus et les outils suggérés. Vous quitterez la session avec une vision plus claire des enjeux et des conséquences de résister trop longtemps. Vous saurez comment mieux vous adapter et vous faciliter la vie. Vous identifierez les avantages de le faire.
- Chaque étape de cette démarche sera expliquée et appliquée à votre situation de manière à vous apprendre à maîtriser le processus et les outils. Les exposés/discussions vous permettront de vous bâtir un véritable plan d'adaptation à votre changement. Vous aurez identifié vos résistances et vos motivations ainsi que les stratégies à mettre en place pour vous permettre de tirer le maximum de cette situation afin de véritablement réinventer une efficacité nouvelle.