



PROGRAMME

Transformer les résistances en engagement

Formation expérientielle de 3 jours en itinérance sur le Chemin de Saint-Jacques de Compostelle
Une formation qui se vit, plus qu'elle ne s'écoute.

Public : Managers de projet – Directions RH – Groupes de 4 à 10 personnes / possibilité en individuel sur demande.

Les résistances au changement sont souvent interprétées comme un manque de motivation ou d'engagement. Elles traduisent pourtant fréquemment des mécanismes humains d'adaptation face à l'incertitude : perte de repères, peur, surcharge, sentiment d'injustice ou difficulté à trouver sa place dans la transformation.

Notre formation propose une approche originale basée sur l'expérience : **comprendre les mécanismes qui construisent les résistances au changement, apprendre à les repérer et expérimenter ce qui permet de les transformer en capacité d'adaptation, de mobilisation et d'engagement.**

Objectifs pédagogiques

Les participants apprendront à :

- **Reconnaître les différentes formes de résistance au changement**, chez eux et chez les autres.
- **Identifier les mécanismes** individuels, relationnels et organisationnels qui les sous-tendent.
- **Distinguer** opposition, inquiétude, besoin de compréhension, perte de repères et désengagement.
- **Développer une posture d'écoute et d'accompagnement** permettant de dépasser les blocages plutôt que de les renforcer.
- **Construire des actions** favorisant l'adhésion, la mobilisation et un engagement durable dans les transformations.

Bénéfices pour les participants et l'organisation

- Une **nouvelle grille de lecture** des résistances au changement.
- Des **outils directement expérimentés** sur le chemin pour observer, comprendre et accompagner les mécanismes de résistance.
- Des **repères concrets pour agir avant que les résistances ne se transforment en tensions ou en désengagement.**
- Un **plan d'action opérationnel** pour accompagner les transformations et favoriser l'engagement individuel et collectif.

Notre différence

Nous ne proposons pas une formation théorique supplémentaire sur la conduite du changement. Nous proposons une **expérience pédagogique immersive**, où les participants :

- Vivent et observent leurs propres réactions face au changement, à l'incertitude et à l'inconnu.
- Expérimentent ce qui permet de dépasser certaines résistances.
- Apprennent à reconnaître les mécanismes qui freinent l'engagement.
- Identifient les dynamiques relationnelles et organisationnelles susceptibles d'amplifier ou d'apaiser les résistances.
- Développent une posture professionnelle favorisant l'écoute, l'adaptation et la mobilisation.

Parce que l'on n'accompagne durablement le changement **qu'en comprenant ce qui produit les résistances et ce qui permet de les transformer en engagement.**

Pré-requis et conditions d'accès

Pré-requis : Avoir une expérience du management d'équipe

Documents obligatoires avant le démarrage

- Certificat médical obligatoire précisant l'aptitude à pratiquer la marche.
- Questionnaire relatif aux contraintes (allergie alimentaire, traitement médical, autres).
- Assurance individuelle.

Méthodologie et contenus

Le matin – Marche & exercices ciblés

- Mise en mouvement et observation des réactions face à l'inconnu et au changement.
- Expérimentation des notions de rythme, de choix, d'adaptation et de prise de décision.
- Exercices d'écoute et de changement de perspective.
- Observation des dynamiques individuelles et collectives face aux contraintes, aux imprévus et aux changements de repères.

L'après-midi – Apports & ateliers professionnels

- Apports théoriques structurés.
- Analyse de pratiques.
- Échanges en groupe.
- Coaching individuel.
- Construction du plan d'action.

Durée et format

- **3 jours** sur le chemin de Saint-Jacques de Compostelle – L'**Aubrac**.
- Hébergement en gîte.
- Groupe de **4 à 10 personnes** ou format **individuel**.
- Accessible aux professionnels RH, managers de projet, responsables d'unité.

Moyens techniques

- Salle réservée aux participants pour les ateliers et cours
- Supports transmis à l'issue de la formation.

Évaluation

L'évaluation des acquis sera réalisée à partir d'une situation professionnelle de transformation ou de changement apportée par chaque participant. Il lui sera demandé d'en analyser les mécanismes de résistance et de construire un plan d'accompagnement permettant d'identifier les leviers favorisant l'adhésion, la mobilisation et l'engagement.

>>> Suivi et accompagnement post formation sur 3 mois à raison d'un entretien de 45 minutes.

Tarifs

Durée : 3 jours

Frais logistiques variables selon les mois et le nombre de participants (devis à établir)

Tarification des accompagnements

Groupe de 4 : 900€/personne

Groupe de 6 : 840 €/personne

Groupe de 8 : 810 €/personne

Groupe de 10 : 780 €/ personne

Intervenantes

Fabienne Beitz - Psychologue clinicienne

Référent Handicap : fabienne.beitz@gmail.com

26 ans d'expérience en accompagnement des professionnels en rupture, risques psychosociaux.

Cathy Aliaga

Consultante en développement RH, Coach certifiée HEC, experte sur les questions de professionnalisation, 35 ans d'expérience en accompagnement des transitions professionnelles
Guide de Moyenne Montagne diplômée FFMM



Cathy Aliaga 35 place Louis Desvernay 42510 Bussières
Courriel : aliaga.cathy@gmail.com - Portable : 06 62 37 15 22
Cadres en Mission agence de Lyon