PROGRAMME DE FORMATION

S'adapter au changement et développer son agilité

Management, RH & Développement professionnel

RÉFÉRENCE	VERSION	ÉDITION	DOMAINE
WF-0709	V2026-005	3 novembre 2026	Management, RH & Développement professionnel

DURÉE	MODALITÉ	PROGRAMME	SANCTION
14 h	Distanciel asynchrone (e-learning)	4 modules 12 leçons	Attestation et certificat de réalisation

Objectifs pédagogiques

- Analyser un changement professionnel : ce qu'il modifie, ce qu'il fait perdre et gagner, ce qui reste stable.
- Reconnaître ses propres réactions face au changement et les distinguer des faits.
- Distinguer ce qui dépend de soi, ce que l'on peut influencer et ce qui échappe, et agir en conséquence.
- S'informer de façon fiable, exprimer une préoccupation et formuler une proposition constructive à son responsable.
- Expérimenter de nouvelles façons de faire, apprendre rapidement dans un contexte nouveau et tirer les leçons d'un essai ou d'un revers.
- Construire et suivre un plan d'adaptation personnel sur trois mois.

L'essentiel de la formation

Public visé

Salariés, agents publics, managers et indépendants confrontés à un changement dans leur travail (réorganisation, nouvel outil, nouveau poste, déménagement de site, fusion d'équipes) qui veulent comprendre leurs réactions, garder leurs repères et agir sur ce qui dépend d'eux.

Prérequis

- Aucun prérequis.
- Disposer d'un ordinateur avec une connexion internet, d'un micro et de haut-parleurs ou d'un casque (pour les conversations simulées).

Modalités et déroulement

Formation à distance, accessible en ligne, en 14 heures réparties en quatre modules. Un cas fil rouge suit l'équipe administration des ventes du Groupe Dalvène, distributeur fictif qui regroupe deux entrepôts et change d'outil de gestion des commandes. Chaque leçon associe une courte vidéo de mise en situation ou d'explication et une fiche de synthèse à deux mises en situation corrigées (études de cas, scénarios à embranchements, conversations simulées, rédactions) ; chaque module se termine par un atelier qui produit un livrable personnel. Temps de formation : environ 68 % de mises en situation, 19 % d'apports et 13 % d'évaluation. Accompagnement par une formatrice par messagerie.

Méthodes pédagogiques

- Positionnement en début de parcours
- Apports en vidéo : explications et démonstrations
- Mises en situation et scénarios à décisions
- Études de cas
- Production de livrables professionnels
- Atelier de synthèse en fin de module
- Quiz et QCM d'auto-évaluation
- Accompagnement et retours du formateur

Répartition du temps de formation : **20 %** théorique · **48 %** pratique · **32 %** évaluation

Moyens pédagogiques et techniques

- Plateforme de formation en ligne, accès individuel à distance
- Vidéos pédagogiques
- Fiches de synthèse
- Quiz et exercices interactifs en ligne
- Correction des productions sur grille de critères
- Messagerie avec le formateur

Modalités d'évaluation

Positionnement initial (non éliminatoire) ; retour détaillé sur chaque scénario et chaque conversation simulée ; livrables vérifiés sur grille critériée ; quiz en fin de leçon ; évaluation finale composée d'une étude de situation, d'une conversation simulée et d'un questionnaire. Seuil de réussite interne : 70 %.

Sanction

Certification non active : aucune certification enregistrée en vigueur n'est associée à cette formation.

Une attestation de fin de formation et un certificat de réalisation sont remis au participant sous réserve de la réalisation du parcours.

Cette formation n'est pas présentée comme préparant à une certification enregistrée : elle ne comprend ni inscription ni présentation à des épreuves de certification, et n'ouvre droit à aucune délivrance de certification ni au financement par le CPF.

Modalités et délais d'accès

La demande d'inscription peut être effectuée par téléphone, par courrier électronique ou au moyen du formulaire en ligne.

Un entretien ou un questionnaire de positionnement permet de vérifier l'adéquation de la formation avec les besoins, le niveau initial et les prérequis du candidat.

L'inscription devient définitive après validation du dossier administratif, acceptation des documents contractuels et, le cas échéant, confirmation du financement.

Les accès à la plateforme sont généralement activés sous 48 à 72 heures ouvrées après validation complète du dossier.

Les formations à distance sont proposées en entrées et sorties permanentes, sous réserve des délais ou dates imposés par le financeur ou le certificateur.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Vidéos sous-titrées et transcrites, fiches compatibles avec les lecteurs d'écran, navigation au clavier ; les conversations simulées peuvent être conduites par écrit. Référent handicap joignable à handicap@will-formation.com pour étudier toute adaptation (durée, supports, modalités).

Tarif de la formation

Prix : **1 110 €**

Financement : prise en charge possible par les organismes financeurs, selon les critères d'éligibilité applicables.

Qualiopi processus certifié

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : ACTIONS DE FORMATION. Certificat QUA25070009. WILL FORMATION — Société par actions simplifiée à associé unique au capital de 30 000 € — NDA 11757059675 (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État) — SIRET 893 713 180 00014 — 01 85 09 25 99 — info@will-formation.com — www.will-formation.com

Programme détaillé

4 modules, 12 leçons — durée totale 14 h.

01 Comprendre le changement et ses propres réactions

1. Ce que change un changement
2. Reconnaître ses réactions face au changement
3. Atelier — le diagnostic de mon changement

02 Faire face à l'incertitude et garder ses repères

1. S'informer et poser les bonnes questions
2. Agir sur ce qui dépend de soi
3. Atelier — exprimer une préoccupation et proposer

03 Développer son agilité

1. Changer d'angle et envisager plusieurs scénarios
2. Apprendre vite dans un nouveau contexte
3. Atelier — expérimenter et tirer les leçons d'un essai

04 Rebondir et devenir acteur du changement

1. Coopérer avec ceux qui vivent le changement autrement
2. Rebondir après un revers
3. Atelier — mon plan d'adaptation sur trois mois