CONDUIRE LE CHANGEMENT

Conduire un changement professionnel : clarifier son cap, décider et passer à l'acte

Changer de poste, de métier ou d'organisation reste souvent au stade de l'intention. Les questions se bousculent, le moment ne semble jamais le bon et l'énergie se dissipe entre les hypothèses. L'absence de méthode fait durer l'hésitation bien au-delà de ce qui serait nécessaire. Un module à distance de trente minutes pour poser les bases : nommer ce que l'on veut voir changer, vérifier ce qui dépend de soi et arrêter une première action datée. Le format très court vise une mise en mouvement immédiate plutôt qu'un projet complet de reconversion travaillé sur plusieurs jours.

DURÉE	MODALITÉ	TARIF	DÉLAI D'ACCÈS
0,07 jour — 0,50 h	**À distance**	**À partir de 290 € HT**	**11 jours ouvrés après validation du financement.**

Mon Pôle Formation est un organisme certifié Qualiopi. La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante : **ACTIONS DE FORMATION** — certificat n° 76 31 02622 31 (SGS ICS)

01 Public visé et prérequis

PUBLIC VISÉ
Toute personne qui envisage une évolution de poste ou une reconversion et souhaite passer de l'intention à l'action.

PRÉREQUIS
Aucun prérequis

POSITIONNEMENT À L'ENTRÉE
Analyse du besoin et test de positionnement. Vos réponses sont partagées avec votre formateur afin d'adapter la formation à votre niveau et votre contexte professionnel.

02 Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Formuler en une phrase le changement professionnel visé
- Distinguer ce qui dépend de soi de ce qui n'en dépend pas
- Repérer les appuis mobilisables dans son entourage professionnel
- Arrêter une première action datée et vérifiable

03 Programme détaillé

M1 Nommer le changement visé

- Sortir du flou en une phrase
- Décrire la situation actuelle et ce qui pose problème
- Formuler le changement souhaité en une phrase
- Vérifier que la formulation est vérifiable
- À retenir : Un projet formulé en une phrase courte résiste mieux au découragement qu'une liste d'envies.

M2 Faire le tri

- Séparer le possible du souhaitable
- Distinguer ce qui dépend de soi de ce qui dépend d'autrui
- Lister les contraintes réelles et les contraintes supposées
- Repérer deux appuis mobilisables
- Cas pratique : Classement guidé des éléments de son projet selon qu'ils sont ou non sous son contrôle.

M3 Passer à l'acte

- Une action datée plutôt qu'une intention
- Choisir une première action réalisable rapidement
- Prévoir le signe qui montrera qu'elle est faite
- Anticiper l'obstacle le plus probable
- Atelier : Rédaction de sa première action avec sa date et son critère de réalisation.

04 Modalités pédagogiques, méthodes et moyens

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES
À distance

LIEU / FORMAT
Dans vos locaux — jusqu'à 10 collaborateurs, À distance — Classe virtuelle

MÉTHODES MOBILISÉES
• Apports théoriques, ateliers et cas pratiques. Support de cours numérique et fiches méthodes fournis.

ENCADREMENT
Formateurs qualifiés et expérimentés, experts de leur domaine, sélectionnés par Mon Pôle Formation.

05 Modalités d'évaluation et de suivi

ÉVALUATION DES ACQUIS
• QCM et mises en situation. Évaluation des acquis en début et en fin de parcours, évaluation à chaud et à froid à 60 jours.

SUIVI DE L'EXÉCUTION
• Émargement des participants
• Certificat de réalisation remis à l'issue de la formation

SANCTION DE LA FORMATION
Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

06 Type de reconnaissance

Formation non certifiante — Attestation de fin de formation et certificat de réalisation remis à chaque participant.

07 Modalités d'accès, financement et tarifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION
Inscription en ligne, par téléphone, par devis ou via votre OPCO.

DÉLAI D'ACCÈS
11 jours ouvrés après validation du financement.

FINANCEMENTS POSSIBLES
• OPCO et plan de développement des compétences
• FAF et CFP
• France Travail
• Paiement jusqu'à 6 fois sans frais

DATES / SESSIONS
Entrées permanentes

FORMULE	DÉTAIL	TARIF

Inter-entreprises	-10 % dès 2 participants, -15 % dès 3, -20 % à partir de 4 inscrits sur la même session.	**À partir de 290 € HT**

Prix nets — exonération de TVA, article 261-4-4° du CGI.

08 Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Accessible aux personnes en situation de handicap. Contactez notre référent handicap pour construire une solution adaptée : contact@monpoleformation.fr

RÉFÉRENT HANDICAP
Tiffany LESTROUBAC

CONTACT
contact@monpoleformation.fr

09 Indicateurs de résultats

INDICATEUR	RÉSULTAT	MODALITÉS DE CALCUL
Taux de satisfaction	**N/A**	Moyenne des notes de satisfaction des stagiaires sur les 12 derniers mois
Taux d'abandon	**N/A**	Calculé sur les 12 derniers mois

Résultats arrêtés au 29/09/2026. N/A : donnée non disponible ou effectif insuffisant sur la période.

10 Contacts

INSCRIPTIONS ET INFORMATIONS
contact@monpoleformation.fr
01 87 66 57 66

ADRESSE
10a rue du Maréchal de Lattre de Tassigny, 76420 Bihorel

RÉCLAMATIONS
Par e-mail : contact@monpoleformation.fr