

Aanpassen aan verandering

Praktijkcursus van 2 dagen - 14h

Ref : BAN - Prijs 2025 : 1 590 excl. BTW

Werknemers, leidinggevend en managers in staat stellen om gemakkelijker om te gaan met de veranderingen waarmee ze regelmatig worden geconfronteerd, door hun weerstand te begrijpen en te leren hoe ze deze kunnen omzetten in een hefboom voor vooruitgang en efficiëntie.

PEDAGOGISCHE DOELSTELLINGEN

Na afloop van de opleiding kan de cursist:

De oorzaken en factoren van verandering identificeren

De impact van verandering op de werkplek meten

De fasen van aanpassing aan verandering begrijpen

De weerstand en hindernissen overwinnen die inherent zijn aan verandering

Motivatie ontwikkelen door concrete acties te definiëren

HANDS-ON WORK

Zelfdiagnose, rollenspel met gedrag, individuele en groepsbreinstormoefeningen.

HET PROGRAMMA

laatste update: 05/2024

1) De oorzaken van verandering identificeren

- Verandering in het bedrijf en de impact ervan op het bedrijf definiëren.
- Identificeer de factoren die verandering stimuleren: technologie, strategie, cultuur, enz.
- Maak onderscheid tussen gradaties van verandering: aanpassing, hervorming, herstructurering, wederopbouw.

Individuele reflectie over de oorzaken van verandering in uw bedrijf.

2) Inzicht in de impact van verandering op professionele effectiviteit

- Verandering: vrijwillig of onvrijwillig.
- Representaties van verandering: tussen verlagen, weerstand en acceptatie.
- De stress die inherent is aan elke verandering.
- Mogelijk gedrag.
- Weerstand tegen verandering.

Identificeer uw ervaringen met verandering en de impact ervan.

3) De fasen van aanpassing aan verandering begrijpen

- De fasen van verandering identificeren.
- Stel de kosten en baten van verandering vast.
- Verandering gebruiken als factor voor vooruitgang.
- De gevolgen van onaangepastheid identificeren.
- Uzelf uitdagen en rouwen om het verleden. Het rouwproces begrijpen.

Zelfevaluatie: uw persoonlijke pad door de fasen van verandering identificeren.

4) Obstakels voor aanpassing aan verandering verwijderen

- Cognitieve en gedragsmatige belemmeringen voor aanpassing identificeren en overwinnen.

DEELNEMERS

Alle werknemers die te maken krijgen met verandering en hun aanpassingsvermogen willen ontwikkelen.

VOORAFGAANDE VEREISTEN

Geen speciale kennis vereist.

VAARDIGHEDEN VAN DE CURSUSLEIDER

De deskundigen die de cursus leiden zijn specialisten op het betreffende vakgebied. Zij werden geselecteerd door onze pedagogische teams zowel om hun vakken als hun pedagogische vaardigheden voor elke cursus die zij geven. Zij hebben minstens vijf tot tien jaar ervaring in hun vakgebied en oefenen of oefenden verantwoordelijke bedrijfsfuncties uit.

BEOORDELINGSMODALITEITEN

De cursusleider beoordeelt de pedagogische vooruitgang van de deelnemer gedurende de gehele cursus aan de hand van meerkeuzevragen, praktijksituaties, praktische opdrachten, ... De deelnemer legt ook van tevoren en naderhand een test af ter bevestiging van de verworven kennis.

PEDAGOGISCHE EN TECHNISCHE MIDDELEN

- De gebruikte pedagogische middelen en cursusmethoden zijn voornamelijk: audiovisuele hulpmiddelen, documentatie en cursusmateriaal, praktische oefeningen en correcties van de oefeningen voor praktijkstages, casestudies of reële voorbeelden voor de seminars.
- Na afloop van de stages of seminars verstrekt ORSYS de deelnemers een evaluatievragenlijst over de cursus die vervolgens door onze pedagogische teams wordt geanalyseerd.
- Na afloop van de cursus wordt een presentielijst per halve dag verstrekt, evenals een verklaring van de afronding van de cursus indien de stagiair alle sessies heeft bijgewoond.

TOEGANGSMODALITEITEN EN -TERMIJNEN

De inschrijving dient 24 uur voor aanvang van de cursus plaatsgevonden te hebben.

TOEGANKELIJKHEID VOOR MINDERVALIDEN

Is voor u speciale toegankelijkheid vereist? Neem contact op met mev. FOSSE, contactpersoon voor mindervaliden, via het adres psh-accueil@ORSYS.fr om uw verzoek en de haalbaarheid daarvan zo goed mogelijk te bestuderen.

- Het proces van "loslaten" onder de knie krijgen.
- Uzelf constructief uitdagen.
- Wees moedig en stimuleer uw creativiteit.
- Accepteer falen en vertaal uw gedachten en emoties naar gedrag.
- Verander onaangepaste percepties en zelfwaardering.
- Spontane gedachten ontwikkelen. Leren over de belangrijkste cognitieve vervormingen.
- Het raster voor het vergelijken van overtuigingen.

Analyseren en rationaliseren van beperkende gedachten en overtuigingen in het licht van verandering.

5) Aanpassen aan verandering

- Motiveer uzelf om u aan te passen: anticipeer op de beloningen.
- Stel uzelf uitdagingen en progressiedoelen.
- Verkrijg de middelen die nodig zijn om u aan te passen.
- Stel deadlines voor vooruitgang.
- Evalueer uw resultaten.

Een gedetailleerd individueel actieplan opstellen om uw aanpassingsvermogen te ontwikkelen

DATA

KLAS OP AFSTAND
2025 : 15 sept., 08 déc.

BRUSSEL
2025 : 15 sept., 15 déc.