

# E.R.O.DU CHANGEMENT ENTRE ENJEUX, RISQUES ET OPPORTUNITES

## Mécanismes et dynamiques

par Aurélie RICHARD

### FORMATEUR/TRICE

---

Aucun

A travers ses activités de formatrice, coach professionnel et orthopédagogue, Aurélie RICHARD met l'humain au centre de son attention. Sincèrement passionnée, elle s'est naturellement intéressée et formée à différentes approches de développement personnel et interpersonnel. Sa mission à travers ses multiples activités est de développer l'intelligence individuelle et collective, optimiser la flexibilité et l'harmonie des différents systèmes, ainsi que booster les individus et les équipes à se (re)mettre en route.

### OBJECTIFS, BENEFICES

---

Votre mission si vous l'acceptez: devenez le ERO de votre évolution professionnelle et personnelle. Comment dans un contexte en mutation constante pouvons-nous diriger notre vie et garder le cap sur nos objectifs, tout en soutenant nos valeurs individuelles et collectives ? Apprenez à optimiser et capitaliser votre boîte à outils. Adaptez-vous et définissez les limites afin d'adopter la souplesse adéquate. Soyez votre propre levier de changement et celui que vous voulez voir dans ce monde.

### CONTENU, PROGRAMME

---

J1

Compréhension et application de l'équation du changement

Compréhension des enjeux pour faire des choix conscients

L'art de l'objectif désiré et désirable

Développement de ses savoir-faire et ses stratégies pour gérer efficacement les différentes étapes

J2

Compréhension des fonctionnements naturels des individus et des systèmes

Gestion des émotions de l'état Crash

Création d'une vision d'avenir systémique Intégration des processus d'adaptation face aux nouveaux contextes

### METHODE ET OUTILS PEDAGOGIQUES

---

Alternance d'apport théorique et d'outils pratiques

Débriefing du groupe après les exercices pratiques et également en fin de journée

### PRE-REQUIS

---

