



## 10 Etapes clés pour vivre vos changements et réussir vos projets

*Osez l'expérience du changement en  
conscience et trouver vos clés pour réussir*

**Public et prérequis :** Stage ouvert à toute personne qui pilote ou souhaite piloter des projets de changements personnels ou professionnels et/ou qui est amené à accompagner des personnes dans des étapes de changement (dirigeants, managers, chefs de projets, consultants, coachs, formateurs, conseillers emplois...). **Le stage constitue un niveau avancé (202) pour des analystes transactionnels en formation.**

Un entretien de cadrage préalable avec le formateur.

### Les objectifs :

Au terme de cette formation, les stagiaires seront capables d'initier, d'accompagner et de faciliter la réussite de projets. Ils sauront identifier les freins potentiels liés aux individus (dimension psychosociale) et comment les lever sur un plan humain. Pour cela, ils sauront comment écouter pour analyser les situations individuelles de façon à mettre en place quelques-unes des approches facilitant le changement.

**Modalités et délais d'accès :** Cette formation est proposée en Inter-entreprise.

Après réception du bulletin d'inscription dûment complété et signé.

Inscription possible jusqu'à 15 jours avant le démarrage de la formation.

### Positionnement avant formation :

Envoi au participant d'un questionnaire des besoins et attentes.

### Programme de la formation :

#### Jour 1. Matin - Les fondamentaux de la conduite du changement

- Présentation du programme - Inclusion et constitution d'une dynamique de groupe. Contrat de groupe - Fixation des objectifs individuels en lien avec les objectifs collectifs.
- Réflexions sur le thème : qu'appelons-nous changement et conduite du changement

#### Jour 1. Après-midi - Savoir repérer les indicateurs du changement

- Les indicateurs externes, Les indicateurs internes
- Les différents types de changement et leur impact sur la vie sociale et la santé
- Les différents types d'acteurs et la place du management par projet
- Les différents types d'interventions possibles pour accompagner le changement

#### Jour 2. Matin - Les cycles et les niveaux de changement

- Développer une vision holistique du changement
- Les 2 niveaux de changement selon G BATESON. Théorie et applications
- Les niveaux logiques selon le modèle de R. DILTS. Théorie et applications
- Présentation du concept de la roue de F. HUDSON (Comprendre les 10 tapes clés)

### **Jour 2. Après-midi – Les cycles de l'identité et la roue du changement**

- Présentation du modèle de Pamela Levin, les cycles de l'identité (Comprendre les étapes de développement de la personne)
- Lien entre les 2 modèles : les étapes de développement et les cycles de l'identité interagissent avec la roue du changement/ L'impact sur notre façon de vivre le changement : comprendre comment naissent les freins et identifier les ressources dont chacun a besoin pour réussir.
- Les 10 étapes de la roue et les caractéristiques à chaque étape

### **Jour 3. Matin - Savoir lever les freins Théorie et applications**

- Présentation des concepts d'Analyse Transactionnelle en lien avec les étapes la roue du changement
- Les drivers (T KAHLER) – Le scénario (E BERNE) – Les Injonctions (GOULDING et LEVIN)
- L'impact de chaque concept sur notre façon de vivre le changement

### **Jour 3. Après midi - La spécificité du management en cas de pilotage du changement.**

- Comment s'articulent les freins à chaque étape
- Nombreuses illustrations
- Exercices d'entraînement à repérer les freins

### **Jour 4. Matin –**

- Quelles stratégies pour vivre le changement / Les ressources à mobiliser à chaque étape
- Lever les freins et blocages à chaque étape / Les permissions et les Protections (modèles AT)
- Les techniques de questionnement (métamodèle du langage, confrontation, amplification...)

### **Jour 4. Après-midi - Point sur les acquisitions - Bilan final de la formation - Evaluation**

- Synthèse des acquisitions / Evaluation des acquis à chaud et projection sur le futur
- Remise d'un questionnaire à remplir à froid et à retourner dans les 3 mois
- Bilan et évaluation de la formation

**Méthodes pédagogiques :** Apports théoriques – exercices d'application – mise en situation – analyses des situations et supervision des cas amenés par les participants

### **Dispositif de suivi et modalité d'évaluation :**

- Feuilles de présence
- Attestation de fin de formation
- Progression évaluée par l'intervenant tout au long de la formation : questionnaire de positionnement au début, temps d'échanges, travaux pratiques et validation des acquis en fin de formation
- Questionnaire de satisfaction à l'issue de la formation

*Validation des heures comme formation en AT pour la préparation à la certification internationale CTA.*

**Durée :** 4 jours – 28 heures

**Horaires :** J1 : 9h30 – 18h00 // J2 : 9h00 – 17h30

**Lieu :** COHELIANCE – CAMPUS-AT - 170 avenue Jean Jaurès – 21000 DIJON

**Intervenant :** Patrice FOSSET

Consultant-coach-formateur, enseignant et superviseur certifié (TSTA-O)



**Accès aux personnes en situation de handicap :**

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Si l'un des participants est en situation de handicap, merci de nous en informer et nous mettrons en œuvre les conditions adaptées pour faciliter ses apprentissages (aménagement spécifique, adaptation pédagogique et technique de la formation).

Référent handicap : [florence.roy@campusat.fr](mailto:florence.roy@campusat.fr)

V.P : 10/10/25



## BULLETIN D'INSCRIPTION 2026

**Participant :** Nom : ..... Prénom : .....  
Société : ..... Fonction : .....  
Rue : .....  
Code postal : ..... Ville : .....  
Pays : ..... TVA intracom : .....  
Email : ..... Téléphone : .....

### Protection des données personnelles :

Vous autorisez COHELIANCE FORMATION à enregistrer les informations que vous avez renseignées, ci-dessus, car elles sont nécessaires au traitement de votre inscription. Conformément au Règlement Général sur la Protection des Données (RGPD) entré en vigueur le 25 mai 2018, COHELIANCE FORMATION s'engage à assurer la confidentialité et la sécurité de vos données personnelles. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification ou de suppression des informations qui vous concernent. Si vous souhaitez exercer ce droit, vous devez en faire la demande par mail à l'adresse suivante : [contact@coheliance.com](mailto:contact@coheliance.com).

### Je m'inscris au stage « 10 Etapes clés pour vivre les changements et réussir vos projets »

29-30 septembre et 16-17 novembre 2026 (4 jours – 28 heures)

**Adresse siège social :** COHELIANCE - CAMPUS-AT, 170 avenue Jean Jaurès – 21000 DIJON

**Contact :** Florence ROY – Tel : 03 80 52 11 22 – email : [florence.roy@campusat.fr](mailto:florence.roy@campusat.fr)

Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Dans cette situation, je souhaite un entretien avec le référent pour échanger sur mes besoins spécifiques.

### Au tarif de (cocher la case correspondante)

- Entreprise (plus 10 salariés) : 2400 € HT – 2880 € TTC (VP\* 800 € TTC)  
 Prof. libérale et Entreprise (moins 10 salariés) : 1320 € HT – 1584 € TTC (VP\* 450 € TTC)  
 Particulier (non pris en charge dans les frais professionnels) : 750 € TTC (VP\* 300 €)

Les frais d'hébergement et de repas ne sont pas compris dans le prix

\* Versement Préalable à l'ordre de **COHELIANCE FORMATION** par chèque ou par virement

**IBAN** FR76 1080 7004 4202 5213 9966 307 **Banque** BPBFC CHEVIGNY ST SAUVEUR **Bic** CCBPFRPPDJN

### Facturation et règlement :

Le bulletin d'inscription accompagné du versement préalable a valeur d'engagement. Le versement préalable ne sera pas remboursé en cas de désistement de ma part 15 jours avant le début du stage. Cette inscription m'engage pour la totalité du stage. Le solde sera réglé à réception de facture. Si j'abandonne le stage en cours de route, le solde du stage sera dû. COHELIANCE FORMATION se réserve le droit de modifier les dates 15 jours avant le début du stage ou d'annuler s'il n'y a pas assez de participants. Vous seriez prévenus dès lors par téléphone et nous conviendrions, soit de reporter la date du stage, soit de vous rembourser le Versement Préalable.

Fait à : .....

Signature / Cachet de l'entreprise :

Le : .....