



# Les étapes & les impacts du changement

Contexte

Définition

La courbe  
du  
changement

En résumé

?



Cabinet de Conseil en Management des  
Ressources Humaines créé à Toulouse en 2008

 Activités :

- Recrutement
- Coaching
- Bilans professionnels
- Management des RH
- Formations & Workshops



# Les étapes & les impacts du changement

Contexte

Définition

La courbe  
du  
changement

En résumé

?

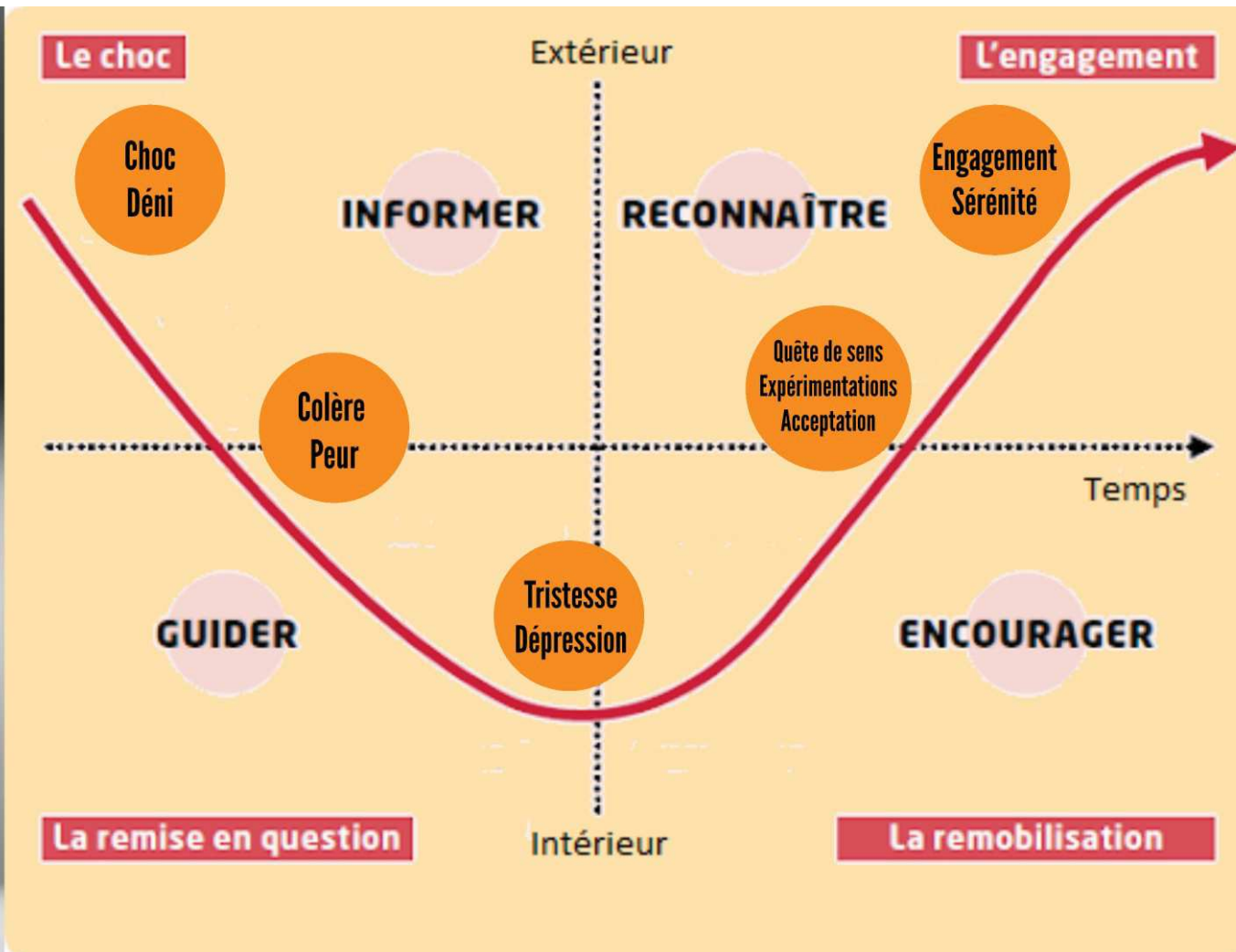
## Covid & Confinement

\* Situation inédite et effet mille-feuille\*

- Changer notre perception de l'environnement
- Changer notre façon de vivre
- Changer notre mode de travail
- Remettre en cause la frontière vie personnelle et professionnelle
- Affronter un avenir incertain

## La perception du changement

- Déclenché par un événement externe
- Associé à une rupture
- Un voyage émotionnel







## Choc / Dén



Sidération, refus de réalité



Accompagner par l'écoute et  
l'empathie

**eurhe**<sup>CONSEIL</sup>



## Colère / Peur



Résistance et Questionnement



Expliquer sans débattre du fond  
Faire preuve de bienveillance





## Tristesse / Dépression



Prise de conscience, nostalgie,  
Energie basse, fatigue extrême



Garder le contact  
Adopter une posture empathique  
Structurer le temps  
Reconnecter aux ressources



## Quête de sens - Expérimentation - Acceptation



Pardon  
Tentatives d'adaptation  
Recherche de solutions



Encourager,  
Valoriser l'effort &  
l'intérêt de la transformation  
Former, accompagner, coacher

*eurhèa* CONSEIL



## Sérénité / Engagement



Nouvelles forces  
Nouvelles compétences



Valoriser les progrès & les résultats  
Favoriser la prise de conscience

**eurhèa** CONSEIL



## En résumé

- Une courbe non linéaire
  - Accueillir les émotions
  - Individualiser son approche
  - Conserver le lien
- 
- Rester mobilisé :  
Déconfinement = Changement ?



# Prochain Webinaire

 mercredi 22/04 à 11h00 :  
Les compétences émotionnelles du manager

**Merci pour votre participation !**

Caroline : [ccambon@eurheaconseil.fr](mailto:ccambon@eurheaconseil.fr)  
Clémence : [cdoneche@eurheaconseil.fr](mailto:cdoneche@eurheaconseil.fr)

[www.eurheaconseil.fr](http://www.eurheaconseil.fr)