

Domestiquer le changement ou gérer le stress et son énergie

Le changement est la seule chose de sûre. À partir de ce constat, Gerlinde Willems, consultante, a développé un ensemble d'approches originales pour aider les collaborateurs de l'industrie pharmaceutique à s'adapter en gérant efficacement leur stress et leur énergie. Elle nous fait part de son expérience.

Visite Actuelle – Le changement vous apparaît comme le fait majeur de notre environnement professionnel actuel.

Gerlinde Willems – Effectivement. Déjà, en août 2004, j'ai introduit ma première réunion en tant que directrice. La seule chose de sûre est le changement, savoir s'adapter est plus efficace que savoir résister. Et je n'imaginai pas l'ampleur des changements que nous allons tous vivre par la suite.

VA – Quelles ont été les répercussions sur le vécu des salariés ?

G.W. – Depuis plusieurs années, il s'est installé une saturation des salariés vis-à-vis des changements qui s'enchaînent à un rythme soutenu et qui sont plus longs que prévus. Or malgré ceux-ci, les entreprises continuent à vouloir compter sur la mobilisation de l'ensemble de leurs ressources. Elles attendent de leurs collaborateurs de rester engagés, motivés et pleins d'énergie.

VA – Comment s'articulent stress et énergie ?

G.W. – Le stress est la réaction de notre organisme face aux modifications, exigences, contraintes ou menaces de notre environnement en vue de nous y adapter. Il apporte donc de l'énergie pour agir, pour transformer ce qui est possible dans notre environnement. Préserver le stress au

stade de l'énergie positive devient un « indispensable ».

VA – En pratique, quels sont les changements que vous favorisez ?

G.W. – Par la formation et le coaching, il est possible de repenser notre mode de fonctionnement et de modifier le regard que nous portons sur les choses. Nous allons pouvoir prendre le contrôle, du moins en partie, et changer notre perception des contraintes.

VA – Cette approche concerne-t-elle aussi les VM ?

G.W. – Évidemment oui. Sans énergie, il n'est pas rentable d'aller voir un client, pas possible d'identifier les opportunités éventuelles, pas intéressant d'aller voir un recruteur, pas utile de participer à une réunion.

VA – Des solutions sur mesure pour de meilleurs résultats ?

G.W. – C'est un point fondamental. En fonction des besoins et des enjeux, j'adapte le format de l'accompagnement : formation ou coaching, individuel ou collectif, et le contenu : gestion du stress, du temps, compétences relationnelles et communication...

VA – Quelles sont vos spécificités ?

G.W. – Ce qui rend unique nos accompagnements, ce sont les compétences et l'énergie du formateur, garants d'un impact fort, les moyens mis en œuvre de manière personnalisée afin que chacun réalise des vrais progrès durables, l'intérêt réel et l'attention sincère portés à chacun.

GERLIFO
FORMATION & COACHING

Nos valeurs : Plaisir, énergie, respect et confiance

Manager avec les points forts :

Impact immédiat et durable sur l'efficacité et la motivation

Augmentez votre impact

La vraie performance ne peut se réaliser que grâce à vos points forts. Vous devez vous appuyer sur vos talents pour cultiver votre différence et créer de la valeur ajoutée.

L'identification et le développement de vos points forts grâce à un investissement personnel et un entraînement régulier, vont vous permettre d'atteindre l'excellence.

Nos formations et coachings contribuent à :

Identifier vos talents et développer vos points forts
Savoir gérer vos faiblesses clés
Savoir actionner les bonnes ressources au bon moment grâce à une meilleure connaissance et compréhension de vous-même et des autres

Formations à thème en inter-entreprises

- La communication : tout un « art »
- Prise de parole en public
- L'excellence dans le management
- Les clés de succès de la vente et de la négociation

Interventions en entreprise sur mesure

⊕ d'infos : www.gerlifo.com

gerlinde.willems@gerlifo.com

Tél : 06.25.71.90.93