



FICHE PRATIQUE

51 SOFT SKILLS DE BASE ► COMPÉTENCES PERSONNELLES ► ADAPTABILITÉ

Gestion de l'incertitude et du changement : Faculté d'aborder le changement, de mener ses réflexions ou ses actions à partir de plusieurs scénarios, en incluant la gestion des risques

Ce document est régulièrement mis à jour.

Téléchargez gratuitement la dernière version sur [Débloquentes-soft-skills.com](https://debloque-tes-soft-skills.com)

MISE EN GARDE

Pour la plupart d'entre nous, les Soft Skills apprises en formation, sur la base d'une liste de recettes à appliquer dans telle ou telle situation, ne sont pas durablement exploitables : les mauvais comportements reprennent très vite le dessus, la Soft Skill ne peut pas s'exprimer, elle est BLOQUÉE par un ensemble de comportements contre-productifs dont on ne sait pas se débarrasser.

Suite à la découverte d'un incroyable protocole imaginé par 2 professeurs de la Harvard Business School, une offre exclusive permet désormais de DÉBLOQUER réellement et définitivement ses Soft Skills.

Découvrez cette offre sur [Débloquentes-soft-skills.com](https://debloque-tes-soft-skills.com)

Le contenu de cette fiche pratique a été généré par une Intelligence Artificielle pilotée par une Intelligence Humaine - La définition de la Soft Skill est celle proposée par les équipes de Jobready.

Comportements recommandés :

1. **Accepter que le changement fait partie du travail**

→ Être ouvert et adaptable permet de mieux gérer l'incertitude.

Exemple : « Notre organisation évolue rapidement, je vais rester flexible et voir comment je peux contribuer au changement. »

2. **Anticiper les risques en envisageant plusieurs scénarios**

→ Avoir plusieurs plans d'action permet de mieux gérer les imprévus.

Exemple : « Si ce projet est retardé, nous avons une alternative avec une autre méthode de travail. »

3. **Se tenir informé et développer une veille sur son environnement professionnel**

→ Être bien informé permet d'anticiper les évolutions du marché ou de l'entreprise.

Exemple : « J'ai vu que notre secteur évolue vers le numérique, je vais suivre une formation pour m'adapter. »

4. **Rester rationnel et analyser la situation avec du recul**

→ Prendre le temps d'évaluer les impacts avant d'agir.

Exemple : « Ce changement peut sembler difficile, mais analysons ses avantages et ses inconvénients avant de réagir. »

5. **Mettre en place un plan d'action progressif pour accompagner le changement**

→ Décomposer les étapes permet de rendre la transition plus fluide.

Exemple : « Pour passer à cette nouvelle organisation, nous allons tester d'abord sur un service avant de généraliser. »

6. **Communiquer avec son équipe et ses collègues pour mieux gérer l'incertitude**

→ Partager ses interrogations et écouter les autres aide à trouver des solutions.

Exemple : « Ce changement vous inquiète aussi ? Échangeons sur nos

préoccupations et voyons comment nous adapter ensemble. »

7. Se concentrer sur les aspects positifs du changement

→ Voir les opportunités plutôt que les obstacles motive à s'impliquer.

Exemple : « Cette nouvelle méthode va nous demander un effort au début, mais elle simplifiera notre travail à long terme. »

8. Rester flexible et prêt à ajuster son approche en fonction des évolutions

→ Être trop rigide empêche d'évoluer efficacement.

Exemple : « Si cette stratégie ne fonctionne pas, nous ajusterons notre approche en fonction des retours. »

9. Garder un état d'esprit orienté solution plutôt que problème

→ Chercher des alternatives plutôt que de se focaliser sur ce qui ne fonctionne pas.

Exemple : « Plutôt que de résister à cette évolution, voyons comment en tirer parti pour améliorer notre productivité. »

10. Développer sa résilience face aux imprévus

→ Accepter que tout ne se passe pas toujours comme prévu et rebondir rapidement.

Exemple : « Ce projet a été annulé, mais je vais en tirer des enseignements et me préparer pour la prochaine opportunité. »

Comportements à éviter :

1. Refuser le changement et rester figé sur ses habitudes

→ Résister sans chercher à comprendre peut ralentir la transition.

Exemple : « On a toujours fait comme ça, pourquoi changer maintenant ? »

2. Se laisser envahir par la peur de l'inconnu

→ Une approche anxieuse peut empêcher d'évoluer sereinement.

Exemple : « Je ne sais pas comment ça va se passer, donc je préfère ne rien changer. »

3. Ne pas analyser les risques et avancer sans préparation

→ L'absence de planification peut entraîner des erreurs évitables.

Exemple : « Lançons ce projet sans prévoir de plan B, on verra bien ce qui se passe. »

4. Attendre des directives sans prendre d'initiative

→ Une attitude passive empêche d'anticiper et d'agir rapidement.

Exemple : « Je vais attendre qu'on me dise quoi faire plutôt que de proposer une solution. »

5. Se focaliser uniquement sur les aspects négatifs du changement

→ Voir uniquement les problèmes peut bloquer toute adaptation.

Exemple : « Ce nouveau logiciel est trop compliqué, ça va être un cauchemar pour tout le monde. »

6. Ne pas communiquer ses doutes et rester isolé face à l'incertitude

→ L'absence d'échanges avec les collègues limite la gestion collective du changement.

Exemple : « Je ne vais parler à personne de mes inquiétudes, je vais gérer ça seul. »

7. Ignorer les signaux d'évolution du marché ou de l'entreprise

→ Ne pas anticiper peut mener à des difficultés d'adaptation.

Exemple : « Ce secteur ne va pas changer, il fonctionnera toujours comme avant. »

8. Tenter de tout contrôler sans accepter les imprévus

→ Un excès de rigidité face aux aléas complique la gestion des situations nouvelles.

Exemple : « Je veux que tout soit exactement comme prévu, sinon ce sera un échec. »

9. Abandonner dès les premières difficultés

→ Lâcher prise trop tôt empêche de voir les bénéfices du changement.

Exemple : « Ce processus est trop compliqué, je préfère arrêter et revenir à l'ancienne méthode. »

10. Ne pas se former ou chercher à acquérir de nouvelles compétences face au changement

→ Rester sur ses acquis peut freiner l'évolution professionnelle.

Exemple : « Je n'ai pas besoin d'apprendre cette nouvelle technologie, je vais continuer avec ce que je connais. »

Gérer l'incertitude et le changement nécessite une approche proactive, une capacité d'adaptation et une réflexion stratégique. En intégrant ces bonnes pratiques, on optimise ses chances de réussir dans un environnement en constante évolution ! 🚀