



## Intervention

Faire une analyse des rapports de force (versions rationnelle + intuitive / émotionnelle).

## Phase du Changement

PREPARATION / CONSCIENCE / INTERET

## Description

Les forces stimulantes et bloquante influenceront le succès de votre changement. Au début, tout le monde écrit sur des Post-Its individuels, tous les éléments qu'ils pensent travailleront en faveur du changement, et ceux qui le freineront. Puis, sur un papier, créez deux axes:

- Influençable/non-influençable
- Stimulant/à discuter

Ensemble, vous discutez et classifiez les Post-Its sur le papier. Finalement, déterminez ensemble quelles deux ou trois forces sont les plus percutantes et influençables. Ce sont vos manettes de commande : pensez aux actions pour changer ces forces en votre faveur. Une autre forme d'une analyse d'un champ de force, qui est une approche de combinaison rationnelle et plus intuitive/émotionnelle, est de mettre des napperons sur le sol, représentant une force, et de déplacer certaines forces pour ressentir ce qui se passe.