



## Préparer mon Web atelier - REPERES : CHANGER DE VOIE -

**Vous avez choisi de participer à notre webatelier « Changer de voie »  
Ce WEBATELIER est d'une durée de 1h45.  
La réussite de ce webatelier est liée à votre préparation.  
Comme convenu lors de votre inscription, vous trouverez donc dans ce document tous les éléments pour préparer nos échanges.**

### PREPARER NOS ECHANGES – Première partie

**Nous vous proposons de lire le texte ci-dessous de Spencer Johnson, extrait de « Qui a piqué mon fromage ? », Editions françaises Michel Lafon en 2000**

En 1998, l'américain Spencer Johnson rédige un conte « Qui a piqué mon fromage ? » dans l'objectif de présenter différentes réactions face au changement. Sous couvert de personnages, les souris Flair, Flèche et les Minigus Polochon, Baluchon, il présente les différentes parts de notre personnalité confrontées au changement.

**L'histoire** : Flair, Flèche, Polochon et Baluchon vivent dans un labyrinthe et se nourrissent joyeusement et quotidiennement de fromage. Mais un jour, le fromage vient à manquer. Comment vont réagir nos 4 personnages ? C'est toute la question que pose ce conte.

Les 2 souris, Flair et Flèche, vont immédiatement réagir en changeant de direction et en se mettant en quête d'une autre solution : Flair représente notre part de personnalité qui sait « flairer » le changement, l'anticiper, et Flèche, notre part de personnalité qui se précipite face au changement.

En revanche, les deux petits personnages, Polochon et Baluchon, vont réagir fort différemment : dans un premier temps tous deux vont attendre que la solution leur « tombe du Ciel », quitte à se révolter, à se mettre en colère...

Polochon va rejeter le changement et rester prostré devant la situation.

Baluchon quant à lui, va peu à peu s'adapter à la situation : il comprend que le changement est inévitable et il va finalement décider de partir. Il va ainsi découvrir le reste du labyrinthe, en quête d'un nouveau fromage. Il trouvera enfin un autre lieu d'abondance. Mais auparavant, il prendra soin d'inscrire des messages sur sa route, destinés à Polochon lorsqu'enfin il sera contraint de bouger :

- **Le changement est inévitable : le fromage change sans cesse de place.**
- **Prépare-toi au changement : attends-toi à ce que le fromage disparaisse.**



## Préparer mon Web atelier

- REPERES : CHANGER DE VOIE -

- **Anticipe le changement : renifle régulièrement le fromage pour savoir quand il devient trop vieux.**
- **Adapte-toi rapidement : plus vite tu oublieras le vieux fromage, plus tôt tu en trouveras du nouveau.**
- **Change : bouge avec le fromage.**
- **Profite du changement : prends goût à l'aventure et découvre la saveur du nouveau fromage.**
- **Sois toujours prêt à repartir pour profiter pleinement de la vie : le fromage change toujours de place.**

Ce conte invite à s'interroger sur ce que nous aurions fait dans cette situation et sur notre comportement habituel face au changement : anticipation, précipitation, déni, résignation, adaptation... autant d'attitudes possibles

### Que tirez-vous de cette lecture ?

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....



**Préparer mon Web atelier**  
 - REPERES : CHANGER DE VOIE -

**PREPARER NOS ECHANGES – Seconde partie**

**Quelle serait votre situation professionnelle idéale ?**

« Ca y est, vous avez sauté le pas il y a déjà 2 ans maintenant !

Vous croisez un ancien collègue que vous n’avez pas revu depuis longtemps.

Sans nommer votre nouvelle fonction, ni votre secteur d’activité, racontez-lui ce qui a changé dans votre vie depuis 2 ans... »

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

**PREPARER NOS ECHANGES – Troisième partie**

**Quel est votre objectif personnel pour cet atelier ?**

.....

.....

.....