

Être membre d'un groupe

Construire des relations sereines et efficaces

COM01	2 jours	Inter 750 € TTC – Le Mans Lieu : Le Relais Habitat Et Services Jeunes 90 Av. Jean Jaurès, 72100 Le Mans Intra : Nous consulter pour une approche personnalisée
-------	---------	---

Objectifs de formation

- Identifier l'intérêt de travailler en équipe
- Prendre conscience des différences de perception dans la relation avec autrui
- Adopter un comportement approprié au travail en équipe
- Mettre en place les conditions relationnelles nécessaires de confiance, de communication pour créer une vraie dynamique collective
- Renforcer l'esprit d'équipe pour gagner en efficacité

Compétences visées

- Être congruent dans sa relation avec les autres
- Développer la performance collective
- Mieux se positionner par rapport à ses collègues

Public

Toute personne désireuse d'améliorer sa communication avec autrui
Les membres d'une équipe pour renforcer la cohésion et gagner en efficacité

Prérequis

Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation

Méthode pédagogique

Les sessions « A distance » sont réalisées avec les outils de visioconférence Teams ou Zoom, permettant au formateur d'adapter sa pédagogie.

Equipe pédagogique

Nos formateurs CCF MANAGEMENT sont des experts dans leur domaine

Moyens pédagogiques et techniques

Vidéoprojecteur, support d'animation, livret pédagogique, jeux pédagogiques

Suivi et modalités d'évaluation

Feuille de présence et certificat de réalisation
Questionnaire de validation des acquis (début et fin de formation)
Questionnaire de satisfaction à chaud et d'efficacité à froid

Délai d'accès à la formation

En inter-entreprise : nous validerons votre inscription 15 jours avant le début de la formation

En intra-entreprise : suite à votre demande d'information, nous nous engageons à vous recontacter sous 72 h

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Ouvert et consultation au préalable pour ajuster les moyens de compensation

Programme

Contact

► **Connaître les bonnes pratiques relationnelles au sein d'une équipe**

Différencier les composantes de la communication
- les trois niveaux : verbal, para-verbal et non verbal
Identifier les difficultés pour communiquer
Prendre conscience des représentations et du système de valeurs
Distinguer les trois registres du langage : les faits, les opinions et les émotions
Maîtrise les trois outils de la communication :
- l'écoute active
- la reformulation
- le questionnement

Test : le baromètre de la communication pour évaluer son aptitude à communiquer
Exercices d'application sur les phénomènes de perception
Elaboration d'un plan d'actions individuel pour être un bon communicant

► **Développer la cohésion d'équipe**

Définir ce qu'est une équipe ?
Connaître les composantes de l'esprit d'équipe
Identifier les principales qualités de l'équipier
Répertorier les droits et les devoirs de chacun dans l'équipe
Cerner les gains d'un bon fonctionnement de l'équipe
Se mobiliser autour de valeurs communes
Atelier sur les composantes d'un travail en équipe efficace
Réflexion collective sur l'identification des forces et des faiblesses au sein de l'équipe
Construction d'un plan d'actions collectif pour développer la performance collective

► **Mieux se positionner dans son rôle**

Définir et identifier l'origine du conflit
Comprendre comment et pourquoi un conflit émerge ?
Identifier les réactions face aux conflits : la fuite, l'agressivité, la manipulation ou l'assertivité
Apprendre à mieux gérer ses émotions
Développer son assertivité
Gérer les conflits avec l'outil DESC
Test sur l'assertivité : diagnostic de ses comportements face l'adversité
Jeux de rôles sur la résolution des conflits

Les plus

- Une consultante certifiée en PNL, spécialiste des relations interpersonnelles pour vous accompagner et conseiller tout au long de la formation
- Des ateliers et des jeux de rôle pour une mise en pratique des connaissances acquises
- Un livret pédagogique remis à chaque participant.
- La construction d'un plan d'actions individuel et collectif à mettre en place à l'issue de la formation

Contact