

DÉVELOPPER LA COOPÉRATION DANS UNE ÉQUIPE



*Vers des rapports
fluides et efficaces*

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- ◇ S'exprimer en « message je » de manière claire et ajustée
- ◇ Prendre la parole en public dans le cadre de réunions
- ◇ Identifier les pensées, les sentiments et les besoins sous-jacents aux discours et manifestations corporelles de l'autre
- ◇ Analyser les stimuli qui génèrent les émotions, les besoins qu'elles traduisent et les moyens de les utiliser de manière constructive
- ◇ Développer l'analyse de ses propres émotions
- ◇ Exprimer un message difficile, donner un feed-back
- ◇ Intervenir avec recul et de manière ajustée dans les situations émotionnellement impliquantes

CONTENU PÉDAGOGIQUE

- ◇ Le « message je » (Méthode Gordon)
- ◇ La distinction entre pensées, sentiments et comportements
- ◇ Les sentiments, les émotions, leurs manifestations et les besoins liés
- ◇ L'écoute empathique et la reformulation
- ◇ Les obstacles à une écoute réelle (grille des attitudes de Porter)

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

- ◇ Encadrement par une personne formée aux techniques de communication et de gestion de conflits (CV sur demande)
- ◇ Analyses à partir de situations vécues par les participant(e)s
- ◇ Apports théoriques illustrés d'exemples et exercices pratiques
- ◇ Évaluation sous la forme de mises en situation durant la formation et d'un QCM en fin de formation

PUBLIC

Toute structure désireuse d'améliorer dans son équipe la prise en compte des enjeux actifs dans les processus relationnels

Aucun prérequis n'est exigé

NOMBRE

Groupe de 4 à 12 personnes maximum

DURÉE

2 jours (12 heures)

LIEU

La formation peut se dérouler au sein de votre structure ou dans nos locaux à Grande-Synthe

COÛT

2 040 € T.T.C.
auxquels s'ajoutent les éventuels frais de mission



Pour toute demande de devis détaillé, contactez-nous au 03.28.29.87.58

*Cette formation est accessible aux personnes en situation de handicap.
Nous vous invitons à vous rapprocher de notre référente handicap
par mail à : aladho-formation@orange.fr.*