

 **2 JOURS**
 E-learning 1h10 min

 Présentiel 14h

COOPÉRER AU SEIN D'UN GROUPE



PUBLICS CONCERNÉS

- Toute personne inscrite dans une dynamique de travail collectif



PRÉREQUIS

- Aucun



OBJECTIFS

- Mieux se connaître et mieux comprendre le fonctionnement de ses coéquipiers
- Adapter sa communication et son comportement avec plus d'aisance
- Apprendre à travailler en équipe
- Adopter les bonnes pratiques de travail en équipe à distance
- Gérer les situations difficiles

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Plateforme pédagogique :
accessible dès 15 jours avant le présentiel et pendant 3 mois

Présentiel : alternance de théorie, d'exercices et de mises en situation



Cette formation s'adresse à toute personne travaillant en équipe afin d'être plus efficace au quotidien dans ses actions au sein du collectif.

PROGRAMME DÉTAILLÉ

EN AMONT : MODULES E-LEARNING

Durée du parcours digital : 70 minutes

- Les techniques de communication
- L'assertivité
- Les 5 phases de développement d'un groupe

1. MIEUX SE CONNAÎTRE ET MIEUX CONNAÎTRE LES AUTRES

- Mieux se connaître avec la méthode Herrmann®
 - Identifier son style de fonctionnement
 - Prendre connaissance de celui des autres (cerveau gauche/droit...)
- Identifier les impacts des styles de fonctionnement sur la communication
Exercices d'appropriation : Repérer le profil de son interlocuteur à travers son langage, ses intérêts, son environnement
- Découvrir comment donner plus d'impact à son message en communiquant à cerveau total

2. ADAPTER SA COMMUNICATION ET SON COMPORTEMENT

- S'approprier quelques notions de base pour comprendre les sources de malentendus en communication
 - Le cadre de référence
 - La généralisation – la distorsion – les omissions
 - Le triangle dramatique de Karpman
 - Les positions de vie selon l'Analyse Transactionnelle
- **Exercice** « Le bouche-à-oreille »
- Pratiquer l'écoute active – recevoir du feed-back – identifier ses « coupures d'écoute » pour les franchir
 - L'écoute active vs l'écoute auditive

SUPPORTS PÉDAGOGIQUES

Pendant la formation, chaque participant utilise un support qui reprend les concepts et différents points traités, ainsi que des exercices d'application et d'entraînement.

MOYENS PÉDAGOGIQUES

- à Clichy-la-Garenne (92110) ; et à Paris :
- ▶ une salle de formation + une salle de détente au cœur du 2^e arrondissement, accessible par 4 lignes de métro
- ▶ PC, relié à un écran LCD pour vidéoprojection
- ▶ Vidéoprojecteur
- ▶ Paper-board
- ▶ Accueil avec café, thé, eau, jus d'orange et gâteaux

MODALITÉS

- INTER ou INTRA à partir de 4 participants

FINANCEMENT

Pour les adhérents de l'OPCO ATLAS, cette formation est disponible en Action collective. Pour toute question sur ce dispositif de financement, contactez nos conseillères formations :

- ▶ par téléphone : 01 47 39 02 02
- ▶ par mail : info@evoluteam.fr

- Le questionnement ouvert – l'outil miroir
- La gestion de la peur de la proximité
- La reformulation et la synchronisation
- Définir l'assertivité (posture, communication assertive)
- Identifier ses pratiques en matière de communication
- Savoir dire non avec assertivité

Mise en pratique

3. APPRENDRE À TRAVAILLER EN ÉQUIPE

Expérimenter le travail en équipe

- Sortir de « la « Loi du plus fort »
- Prendre en compte les divergences
- Écouter et construire le consensus dans l'intérêt du collectif - L'écoute active vs l'écoute auditive

Exercice participatif : « La NASA » ; et débriefing

Définir les conditions essentielles pour bien travailler en équipe

- Se donner des règles de fonctionnement en équipe
- Capitaliser sur les expériences :
- Fêter les succès
- Réguler les tensions

4. ADOPTER LES BONNES PRATIQUES DU TRAVAIL À DISTANCE

- Communication, organisation, liens sociaux à distance, autonomie :
- Adapter sa communication dans le travail à distance
- Organiser son travail
- Nourrir les liens sociaux
- Développer l'autonomie (*Ownership*)
 - Intégrer le cycle de l'autonomie (dépendance, contre-dépendance, indépendance, interdépendance), et savoir se situer pour progresser
 - Donner du sens à son travail, développer la reconnaissance personnelle
 - Savoir demander (des précisions sur les attendus/objectifs, des moyens, des signes de reconnaissance)
 - Oser proposer des feed-backs, des améliorations, des orientations

5. GÉRER LES SITUATIONS DIFFICILES

- Identifier les 6 types de conflits et les causes racines
 - Conflit avec soi-même / Conflit avec les autres
 - Conflit de valeurs / Conflit Cocotte-minute
 - Conflit tempête / Conflit marée noire
 - Utiliser l'outil des 5 « pourquoi » pour rechercher les causes réelles et profondes
- Découvrir la méthode DESC et l'expérimenter

FORMATION À DISTANCE

Pendant toute la période de votre formation, pour toute question relative à la plateforme ou pour toute assistance technique, notre équipe pédagogique en charge des modules e-Learning répondra à vos questions :

- ▶ de 9h30 à 17h30 au
01 47 39 02 02
- ▶ ou sur l'adresse mail
suivante :
contact@digitalcamp.fr

6. PLAN DE PROGRÈS INDIVIDUEL (PPI) ET CLÔTURE DE LA SESSION

- Élaborer son PPI : les pépites
- Les actions à mener à court et moyen terme pour gagner en efficacité
- Validation des apports par rapport aux attentes
- Quiz de fin de formation
- Conclusion et clôture du stage