

# Coopérer au sein d'un groupe

*Formation dispensée en présentiel ou à distance*

**Référence :** DP-SS003

**Tarif inter :** 1290 € HT

**Durée :** 2 jours

**Certification :** Non

## Les prérequis pour suivre cette formation

- Aucun.

## Les objectifs pédagogiques

- Mieux se connaître et comprendre les autres.
- Adapter sa communication et son comportement.
- Gérer les situations difficiles.
- Apprendre à travailler en équipe.
- Adopter de bonnes pratiques de travail en équipe à distance.

## A qui s'adresse cette formation ?

- Toute personne inscrite dans une dynamique de travail collectif.

## Programme de la formation

### Tour de table

- Objectifs, durée et enjeux de la formation.

### Brainstorming

- Que signifie « coopérer » pour vous ?
- Quelle importance accordez-vous à la communication dans le travail en équipe ?
- Quelles difficultés avez-vous déjà rencontrées ?
- Comment les avez-vous surmontées ?

## Programme de la formation

### Mieux se connaître pour comprendre les autres

- Les biais de la communication.
- Les mécanismes du cerveau.
- Le verbal et le non verbal.

### Se positionner avec assertivité

- Les comportements types (agressif, fuyant, manipulateur, assertif).
- Comment être assertif avec le DESC.
- Formuler une demande.
- Savoir dire 'Non'.

### Apprendre à coopérer

- Le travail en équipe objectifs et enjeux.

### Connaître et comprendre les règles de fonctionnement.

- S'organiser.
- Les besoins professionnels et personnels.
- L'Ecoute Active.
- Le feed-back constructif.

### Gérer les situations délicates

- Les 3 niveaux de la relation (fonction, inter personnelle, intra personnelle).
- La confrontation de point de vue.
- Communiquer et faire une critique.
- Entretien de recadrage.
- Les différents types de conflits.
- Les techniques pour prévenir les conflits.
- Faire en sorte que l'équipe de travail fonctionne bien (y compris à distance).

### Tour de table en fin de formation

- Evaluation de la formation à chaud, débriefing collectif, auto-évaluation de l'atteinte des objectifs et de sa propre progression.

## Certification Préparée

- Aucune

## Méthodes Pédagogiques

- Mise à disposition d'un poste de travail par stagiaire
- Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique pendant le stage
- La formation est constituée d'apports théoriques, d'exercices pratiques, de réflexions et de retours d'expérience
- Le suivi de cette formation donne lieu à la signature d'une feuille d'émargement

## Formateur·rice

- Consultant-Formateur expert en management et efficacité professionnelle.

## Méthode d'évaluation des acquis

- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire
- Attestation des compétences acquises envoyée au stagiaire
- Attestation de fin de stage adressée avec la facture

*Notre référent handicap se tient à votre disposition au 01.89.53.69.70 ou par mail à [referent.handicap@viaaduc.com](mailto:referent.handicap@viaaduc.com) pour recueillir vos éventuels besoins d'aménagements, afin de vous offrir la meilleure expérience possible.*

Mise à jour : 16-02-2024