

## Formation « Mieux communiquer en équipe »

### Objectif de la formation :

Permettre aux participants d'expérimenter et de s'approprier les principaux outils de communication favorisant le respect mutuel et la coopération sur leur lieu de travail.

A l'issue de ces deux journées de formation, les participants auront développé leurs capacités à :

- Repérer les obstacles à la communication
- S'affirmer et mettre des limites dans le respect des besoins de chacun
- Favoriser la coopération
- Trouver des solutions ensemble et des pistes pour réduire les conflits au quotidien
- Dénouer les malentendus
- Comprendre les mécanismes du conflit

### Méthode pédagogique :

- Exposés théoriques
- Partage d'expériences
- Exercices individuels et collectifs
- Mises en situation
- Analyse de cas concrets

### Contenu théorique :

Le contenu de cette formation s'appuie sur les théories des psychologues humanistes Thomas Gordon, Carl Rogers, Marshall Rosenberg et Aim Ginott dont les travaux mettent l'accent sur l'écoute empathique, l'authenticité, l'expression et le respect des besoins mutuels dans la résolution des conflits.

### Matériel à prévoir :

Paperboard  
Vidéo projecteur

### Durée :

2 journées (14 heures)

### Tarif :

1050 € + frais de déplacement

## Programme détaillé

### **1<sup>ère</sup> demi-journée :**

- Etat des lieux : échange sur les situations vécues au quotidien, les problématiques rencontrées et les besoins des participants
- Les principes de base de la communication : les 4 situations relationnelles
- Les obstacles à la communication : repérer les comportements qui limitent la communication
- Favoriser le dialogue : développer son écoute

### **2<sup>ème</sup> demi-journée :**

- Se faire entendre et respecter : développer le langage favorisant le respect et la coopération
- Faire face aux réactions émotionnelles : comprendre et accueillir les émotions
- La dynamique du conflit : comprendre les mécanismes du conflit et sortir du rapport de force
- Se positionner dans un conflit : trouver sa juste place – utiliser les outils et le savoir-être permettant de s'affirmer, de poser un cadre et d'oser dire non dans le respect des besoins de chacun

### **3<sup>ème</sup> demi-journée :**

- Retour sur les expériences vécues depuis la première journée : analyse d'une situation problématique vécue
- Trouver des solutions ensemble : La méthode de résolution de conflit sans perdant : présentation et mise en pratique à partir de cas concrets

### **4<sup>ème</sup> demi-journée :**

- Réduire la zone de conflit dans la relation : pistes de réflexion concrètes pour limiter les conflits au quotidien (au sein de l'équipe comme avec les enfants et leurs familles)
- Proposition d'outils de communication à mettre en place pour faciliter les échanges au sein de l'équipe
- Bilan et évaluation des deux journées