

# Communiquer efficacement et développer la cohésion d'équipe

Durée
1 jour soit 7 heures
Public
Managers, équipes commerciales, RH, entrepreneurs, dirigeants
Prérequis
Aucun
Format
Présentiel
Dates et lieu
Dates à définir Région Aura
Prix
Inter : 150€/HT net de taxes  Intra sur devis
Nombre de participants
Minimum 7 personnes et maximum 20 personnes
Adaptation/Accessibilité
A étudier en amont de la formation avec la formatrice

## Contexte :

Dans un environnement professionnel où la communication et les relations de travail sont centrales, les managers, salariés et entrepreneurs peuvent être amenés à animer une équipe, à prendre de nouvelles responsabilités managériales ou à trouver leur place au sein d'un collectif.

Qu'il s'agisse de gagner en efficacité dans l'animation d'équipe, de développer ses compétences managériales lors d'une prise de poste, de mieux se positionner dans le travail en équipe ou encore de faire face à des tensions relationnelles, les difficultés rencontrées relèvent souvent de la posture et de la communication.

Cette formation permet de renforcer sa capacité à communiquer de manière plus fluide et adaptée, afin de prévenir les incompréhensions, de limiter les situations de conflit et de favoriser des relations professionnelles plus harmonieuses et efficaces. »

## Objectifs de la formation :

- Identifier les trois centres de décision (instinctif, émotionnel, mental) et leurs impacts sur la communication.
- Reconnaître les trois sous-types relationnels (survie, groupe, tête à tête) pour adapter son discours.
- Développer des stratégies de communication efficaces selon les profils.
- Expérimenter la cohésion d'équipe et la résolution de conflits.

## Méthodes pédagogiques et suivi :

- **Interactives** : Jeux de rôle, études de cas, auto-évaluations.
- **Collaboratives** : Travail en sous-groupes, partage d'expériences.
- **Théoriques** : Apports conceptuels courts et synthétiques.

## Modalités d'évaluation :

- Feedback individuel sur les simulations.
- Évaluation de la satisfaction par le stagiaire

## Attestation / Certification :

- Certificat de réalisation

## Intervenante

**Maud MARTEL**

Tél : 06-63-92-91-79

Mail : maudmartel@hotmail.com

**Programme de la formation :**

---

**Communiquer efficacement et développer la cohésion d'équipe**

**Module 1 : Les Trois Centres de Décision**

**Objectif :** Comprendre comment chaque centre influence la perception et la communication.

**Les Centres de Décision et les perceptions**

**Activités :**

- Auto-évaluation : Identifier son centre dominant.
  - Études de cas : Adapter un message selon le centre du destinataire.
- 

**Module 2 : Les Sous-Types Relationnels**

**Objectif :** Découvrir comment les sous-types (survie, groupe, tête à tête) modulent les priorités et les attentes en communication.

**Les Sous-Types Relationnels avec leurs priorités et leur style de communication**

**Activités :**

- Jeu de rôle : Communiquer avec un collègue de chaque sous-type.
  - Analyse de situations professionnelles réelles.
- 

**Module 3 : Stratégies de Communication Adaptée**

**Objectif :** Acquérir des outils concrets pour adapter sa communication.

**Activités :**

- Atelier : Rédaction/ Expression de messages adaptés (emails, feedbacks).
  - Simulation : Gestion de conflits entre profils différents.
- 

**Module 4 : Application Pratique et Plan d'Action**

**Objectif :** Transposer les apprentissages au quotidien professionnel.

**Activités :**

- Création d'un plan d'action individuel : 3 objectifs concrets pour améliorer sa communication.
- Partage en groupe : Retours d'expérience

**Autres informations complémentaires :**

---

**Supports Remis aux Participants**

- Fiche mémo : Résumé des apports théoriques
- Grille d'auto-évaluation.
- Liste de ressources (livres, podcasts, articles).

**Pourquoi ce Programme ?**

- **Personnalisé** : Chaque participant identifie son profil et ses axes d'amélioration.
- **Pratique** : Outils directement applicables en situation professionnelle.
- **Inclusif** : Valorise la diversité des styles de communication.

*Dates :*

*Créé le 08/02/2021*

*MAJ le 08/02/2021*