

# RENFORCER LA COHESION D'ÉQUIPE

## Stimuler l'esprit d'équipe

<p><b>Objectifs – Prérequis</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Analyser les comportements en fonction de différentes situations</li> <li>Déceler les points clés pour instaurer une cohésion d'équipe</li> <li>Révéler les potentiels</li> <li>Aucun prérequis nécessaire <u>sauf si formation en distanciel</u> prévoir un ordinateur et une connexion</li> </ul>	<p><b>Compétences délivrées</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Maitriser les comportements clés dans différentes situations de travail</li> <li>Renforcer les liens avec son équipe</li> <li>Développer le potentiel de chacun</li> <li>Favoriser les complémentarités</li> </ul>	<p><b>Méthodes mobilisées</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>Exposés</li> <li>Questionnaire d'autoévaluation</li> <li>Exercices interactifs</li> <li>Mises en situation</li> <li>Cas pratiques</li> </ul>
<p><b>Durée de la formation</b></p> <p>7 heures soit 1 journée de 7 heures de formation</p>	<p><b>Public concerné - Effectifs</b></p> <p>Tout public 20 participants</p>	<p><b>Délai d'Accès</b></p> <p>1 mois après validation d'inscription</p>
<p><b>Horaires</b></p> <p>Matin : 9h00 - 12h30 Après-midi : 13h30 - 17h00</p>	<p><b>Accessibilité</b></p> <p>Formation accessible aux personnes en situation de handicap</p>	<p><b>Lieu de Formation</b></p> <p>20 Rue Alessandro Volta 26500 BOURG LES VALENCE</p>
<p><b>Tarifs</b></p> <p><i>Nous consulter</i></p>	<p><b>Modalités d'évaluation</b></p> <p>Test de positionnement en début de formation Évaluation continue avec mises en situation Évaluation en fin de formation (Quizz / QCM)</p>	<p><b>Inscription</b></p> <p>Nous contacter au 04.81.16.10.22 ou <a href="mailto:contact@oryade.fr">contact@oryade.fr</a></p>

Document modifié le 20/03/2025

ORYADE

Siège : 85 Impasse Tépier - 26300 BOURG DE PEAGE  
Bureau : 20 Rue Alessandro Volta - 26500 BOURG LES VALENCE  
Standard : 04.81.16.10.22 - e-mail : [contact@oryade.fr](mailto:contact@oryade.fr)

SIRET : 903 407 666 00010 - TVA Intracommunautaire : FR39903407666 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 84260320126 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes

## 1<sup>er</sup> Jour : Le contexte de l'entreprise

- Tour de table et attentes de chacun
- Qu'est-ce que la communication
- Qu'est-ce que le conflit
- Mon état d'esprit du moment
- Votre contexte entreprise
- Les différents types de communication
- Qu'est-ce que communiquer

## 2<sup>ème</sup> Jour : Le Language en entreprise

- Langage verbal / non verbal / paraverbal
- Diffusion de l'information
- Les émotions et le stress
- Animation métaphore "Louis"
- Les émotions principales
- Pourquoi est-il intéressant de connaître ses émotions ?
- Stress : définition / ingrédients / symptômes / phases / facteurs
- Méthode CINE + compétences vs incompétences et conscient vs inconscient

## 3<sup>ème</sup> Jour : Les lois de la communication et ses usages

- Les grandes lois de la communication
- A quoi sert l'écoute active ?
- Qu'est-ce que l'écoute active ?
- Les outils de l'écoute active
- Les conditions d'écoute active
- Les parasites de l'écoute active
- Mise en situation par binômes devant le groupe
- Debrief collectif

## 4<sup>ème</sup> Jour : Fédérer son équipes

- Comprendre et gérer les comportements
- Adapter son comportement en fonction de la situation
- Comprendre l'intérêt de la communication positive et l'appliquer
- Mettre en place une intelligence collective et fédérer les équipes
- Mise en situation au travers de différents cas pratiques
- Analyse des différents profils pour créer une dynamique d'équipe
- Analyser les interactions et comportement individuel et social
- Restitution de l'analyse comportementale
- Bilan et conclusion

Document modifié le 20/03/2025

**ORYADE**

Siège : 85 Impasse Tépier - 26300 BOURG DE PEAGE

Bureau : 20 Rue Alessandro Volta - 26500 BOURG LES VALENCE

Standard : 04.81.16.10.22 - e-mail : [contact@oryade.fr](mailto:contact@oryade.fr)

SIRET : 903 407 666 00010 - TVA Intracommunautaire : FR39903407666 - APE : 8559A

Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 84260320126 auprès du préfet de région Auvergne-Rhône-Alpes