

Mieux se connaître pour mieux travailler en équipe

INTÉRÊTS DE CETTE FORMATION :

Il existe parfois un décalage entre l'impression que l'on a de soi et l'image qu'on véhicule. La connaissance de soi permet de mieux comprendre ses comportements, ses attitudes et ses choix. Vivre au contact de l'autre ne constitue plus une difficulté si chacun est capable de s'accepter tel qu'il est. Cette capacité se prolonge dans l'écoute des autres et crée une plus grande efficacité dans les rapports interpersonnels. C'est l'une des conditions pour une meilleure cohésion des équipes.

OBJECTIFS :

- ✓ Mieux connaître son potentiel, sa façon d'agir et d'être en équipe
- ✓ Dépasser ses propres comportements sources d'inefficacités en équipe
- ✓ S'accepter les uns les autres dans nos différences et nos qualités
- ✓ Développer de meilleures relations avec autrui

THÈMES abordés

Autodiagnostic - Analyser les fondements de sa personnalité

Connaître les composantes principales de sa personnalité
Tests MBTI, Pilotes de Berne, Delphi, Préférences cérébrales...
 Associer les émotions qui la caractérisent
 Clarifier ses propres valeurs et croyances sur la vie d'équipe
 Identifier ses principes et croyances dans le rapport aux autres.

Comprendre l'image donnée aux autres

Décrypter l'image que nous voudrions montrer de nous-mêmes
 Prendre conscience de ce que les autres attendent de nous.

Comprendre l'image interprétée par les autres

Perception et émotions face à cette image
 Conséquences d'une image inadaptée.

Comprendre le fonctionnement des autres

Reconnaître les métaprogrammes de l'autre
 Savoir reconnaître les principes de la communication non verbale
 Reconnaître ce qui est important pour l'autre.

Améliorer sa manière d'être tout en restant fidèle à soi-même

Parler vrai tout en sachant se dire les choses
 Développer une vision plus large des situations.

Etablir une communication efficace dans l'équipe

Ecouter, comprendre, informer, reformuler, expliquer
 Diffuser, faire connaître, faire remonter les informations
 Gérer les désaccords
 Identifier les intérêts mutuels pour une coopération en équipe plus efficace

DUREE :
2 jours

FORMULES :
Intra
Formaching
DIF

PRIX :
Nous consulter

PUBLIC :
Tout public
Pour réussir, cette formation nécessite une forte implication personnelle

PARTICIPANTS
 De 1 à 10 pers

PEDAGOGIE
Pratique : 80%
Théorie : 20%

Bilan de personnalité
 Coaching
 Exercices d'entraînement
 Mise en pratique
 Autodiagnostic

EVALUATION
 Evaluation à chaud

Mieux se connaître pour mieux travailler en équipe