

Programme de formations

Optim'RH

Conseil en stratégie des ressources humaines

COMMUNICATION

Programmes de formation V1 10/11/2022

Optim'RH – 14 Avenue du Général de Gaulle 94170 Le Perreux-sur-Marne

SIRET 883 793 648 00014 - FR FR28883793648 – Code APE 96.09Z

Déclaration d'activité enregistrée sous le numéro 11941142794 auprès du Préfet de région d'Ile-de-France

Tel : 06 37 67 36 20 – [mail : lydialecusson@optimrh.fr](mailto:lydialecusson@optimrh.fr)

<h2 style="margin: 0;">Communication et travail en équipe</h2> <p style="margin: 0;"><i>Renforcer la cohésion et améliorer la communication pour une meilleure efficacité collective</i></p>	
<p>Public concerné,</p>	<p>Cette formation s'adresse à toutes les personnes souhaitant :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Améliorer la communication au sein de leur équipe. • Développer la cohésion et la dynamique d'équipe. • Renforcer leur efficacité collective et améliorer le confort individuel au travail.
<p>Prérequis, modalités et délai d'accès</p>	<p>Prérequis : Aucun prérequis n'est nécessaire pour suivre cette formation. Modalités d'accès : A la signature du contrat ou de la convention, ou à la validation de la prise en charge. Délai d'accès : De 2 jours à 4 semaines. Accessibilité aux personnes en situation de handicap : nous contacter pour toute adaptation nécessaire.</p>
<p>Présentation générale (Problématique, Intérêt)</p>	<p>Une équipe performante repose sur une communication fluide et efficace. Pour atteindre des objectifs communs, chaque membre doit savoir comment transmettre les bonnes informations au bon moment et à la bonne personne. Cette formation est conçue pour améliorer la cohésion d'équipe et la dynamique collective, tout en favorisant un environnement de travail où chacun se sent écouté, compris, et où les échanges sont constructifs.</p>
<p>Objectifs</p>	<p>Cette formation a pour but de permettre aux participants de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Améliorer leur communication interpersonnelle au sein de l'équipe. • Renforcer la cohésion et la dynamique collective. • Développer des outils de communication adaptés pour une transmission d'information claire et efficace. • Augmenter l'efficacité de l'équipe tout en assurant un confort individuel dans les relations professionnelles. <p>À l'issue de cette formation, les participants seront en mesure de :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Communiquer de manière proactive et adaptée aux besoins des différents interlocuteurs. • Identifier à qui l'information est utile et savoir la transmettre efficacement. • Renforcer la cohésion et la collaboration au sein de leur équipe. • Optimiser leur efficacité collective tout en respectant le bien-être individuel de chaque membre.
<p>Contenu de la formation</p>	<p style="text-align: center;">Contenu de la formation</p> <p>Module 1 : Les fondamentaux de la communication en équipe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comprendre les principes de base de la communication interpersonnelle. • Identifier les obstacles à la communication efficace dans une équipe. • L'importance de l'écoute active et de la reformulation dans la communication collective. • Adapter son message à son interlocuteur : à qui l'information est-elle utile ? <p>Activité(s) pratique(s) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Exercice de transmission d'information en chaîne pour illustrer les défis de la

	<p>communication en équipe.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Analyse de cas réels de communication réussie ou échouée au sein d'équipes. <p>Module 2 : Renforcer la cohésion d'équipe</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les bases de la cohésion d'équipe : pourquoi est-elle essentielle à l'efficacité collective ? • Identifier les rôles et les responsabilités de chacun dans l'équipe. • Comment valoriser les compétences et talents individuels pour servir la dynamique collective ? • Créer des objectifs communs et des valeurs partagées pour renforcer l'esprit d'équipe. <p>Activité(s) pratique(s) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Ateliers de collaboration pour favoriser les échanges entre les participants. • Travail en groupe pour définir les valeurs et les objectifs d'une équipe fictive. <p>Module 3 : Développer des outils de communication adaptés</p> <ul style="list-style-type: none"> • Les différents canaux de communication dans une équipe : quand et comment les utiliser ? • Techniques pour clarifier et structurer l'information transmise. • Outils pour améliorer la circulation de l'information (réunions efficaces, outils collaboratifs, etc.). • Répartition des rôles dans la communication pour optimiser l'efficacité. <p>Activité(s) pratique(s) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Simulation de réunion d'équipe : identification des canaux de communication appropriés et clarification des rôles. • Exercice de communication écrite et orale : transmission d'un message à plusieurs interlocuteurs. <p>Module 4 : Optimiser l'efficacité collective tout en respectant le confort individuel</p> <ul style="list-style-type: none"> • Comment concilier performance collective et bien-être individuel ? • Gérer les différences de rythme, de communication et d'attentes dans l'équipe. • Techniques pour éviter les conflits et favoriser des échanges bienveillants et constructifs. • Prévenir et gérer le stress dans l'équipe en favorisant un climat de travail sain et coopératif. <p>Activité(s) pratique(s) :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Jeux de rôle pour s'entraîner à désamorcer les tensions et conflits potentiels. • Ateliers sur l'identification et la gestion du stress dans un contexte collectif.
<p>Modalités pédagogiques</p>	<p>Méthodes pédagogiques :</p> <ul style="list-style-type: none"> • Apprentissage en présentiel : <ul style="list-style-type: none"> - Participative/active - Interrogative • Apprentissage en ligne <ul style="list-style-type: none"> - Ressources et activités en autonomie supervisée - 4 rendez-vous en présentiel - Rendez-vous à la demande <p>Apports théoriques et études de cas pratiques, Échanges Séquences de progression basées sous forme de mise en situation. Travaux pratiques Étude de cas Film, vidéo...</p> <p>Moyens pédagogiques :</p>

	<p>Salle de formation (réelle ou virtuelle) Paperboard Vidéo projecteur, micro-ordinateur portable. Les participants sont invités à venir avec leur matériel (bloc papier, ordinateur portable, tablette ...).</p> <p>Modalités : Présentiel, Distanciel, Formation possible en intra ou en inter Feuille émargement et certificat de réalisation</p>
Durée	Durée totale : 2 jours (Soit 14 heures)
Dates	<p>Dates : A définir Contactez-nous via notre site web ou par téléphone pour connaître les prochaines dates de session et réserver votre place.</p>
Lieu(x)x	A définir (ou en ligne)
Coût de la formation	<p>En inter : coût par participant 990 € HT En intra : groupe min 3 pers. et max 12 pers. : 4 590 HT</p>
Responsable de l'action, Contact	<p>LECUSSON Lydia Responsable pédagogique Mail : lydialecusson@optimrh.fr Tél : 06 37 67 36 20</p>
Évaluation de l'action	<ul style="list-style-type: none"> - Évaluation de l'atteinte des objectifs de la formation par QCM en fin de formation avis favorable à partir de 11/20 - Évaluation à chaud en fin de formation par questionnaire de satisfaction - Certificat de fin de stage