

Formation Mieux se connaître et coopérer efficacement dans un collectif

Réf. SF34498

Mieux se connaître individuellement pour mieux réussir collectivement !

2 j Durée	1 600 € HT Inter / participant	3 700 € HT Intra (≤12 pers.)	0 Sessions à venir
--------------	-----------------------------------	---------------------------------	-----------------------

Objectifs pédagogiques

- ✓ Mieux se connaître dans son fonctionnement professionnel
- ✓ Identifier ses modes de communication, de réaction et de coopération
- ✓ Comprendre l'impact de ses comportements sur le collectif
- ✓ Adapter sa posture aux autres profils
- ✓ Développer des relations de travail plus fluides et efficaces
- ✓ Contribuer positivement à la dynamique d'équipe

Public visé & prérequis

Public viséManagers, Tous

PrérequisAucun.

Programme détaillé

1. Comprendre son fonctionnement individuel pour mieux interagir

Objectifs :

- Prendre conscience de ses modes de fonctionnement
- Identifier ses forces et points de vigilance

Contenus :

- Pourquoi mieux se connaître améliore la coopération
- Valeurs, motivations et besoins professionnels
- Modes de décision, de communication et de réaction
- Réactions en situation de stress ou de désaccord
- Auto-diagnostic de son fonctionnement individuel

2. Identifier son impact dans le collectif

Objectifs :

- Comprendre comment ses comportements influencent le groupe
- Ajuster sa posture professionnelle

Contenus :

- Rôles informels dans un collectif
- Postures facilitantes et postures bloquantes
- Effets de ses comportements sur la dynamique d'équipe
- Responsabilité individuelle dans la coopération
- Différencier intention et perception

3. Comprendre les autres pour mieux coopérer efficacement

Objectifs :

- Développer une lecture plus fine des autres
- Mieux interagir avec des profils différents du sien

Contenus :

- Diversité des profils dans une équipe
- Styles de communication et de coopération
- Sources fréquentes de malentendus et tensions
- Adapter sa communication selon l'interlocuteur

- Développer l'écoute et l'ouverture

4. Trouver sa juste place dans le collectif

Objectifs :

- Coopérer sans s'effacer ni s'imposer
- S'inscrire durablement dans une dynamique collective saine

Contenus :

- Affirmer sa place et ses besoins dans le collectif
- Coopérer dans des contextes de désaccord ou de tension
- Ajuster sa posture en fonction des situations
- Contribuer à un climat de confiance et de respect
- Élaboration d'un plan d'actions individuel

Méthodes pédagogiques mobilisées

- Apports théoriques ciblés
- Pédagogie active et introspective
- Jeux de rôle et mises en situation
- Études de cas professionnelles
- Intelligence collective

Pourquoi choisir Sparks Formation ?

20 ans d'expertise IT, des formateurs experts et des sessions garanties contre l'annulation.

20 ans
d'expertise

1 068+
formations

11 178
apprenants formés/an

+67
Net Promoter Score

Avis des participants

Note moyenne des participants de la filière Soft Skills & Management : 4,9/5 — 72 avis

Victoria B. — Un grand merci à Christophe pour son professionnalisme et pour cette formation, qui a largement répondu à mes attentes. C'est quelqu'un qui maîtrise parfaitement son métier de formateur...

Hildegarde N. — Merci pour la patience et la compétence de la formatrice : Mme Auriane FERRATON

Votre formateur

Sandrine C. — Formatrice Intelligence Émotionnelle & QVT

Sandrine intervient sur des formations portant sur l'intelligence émotionnelle et la qualité de vie au travail. Parmi les formations qui lui sont confiées figurent notamment « Gestion du stress »...

Ils nous font confiance

Cette année notre filière Collaboration & Intelligence Collective a accompagné plus de 13 entreprises dont :

CEGID FGMM CFDT AIGA AXA ASSISTANCE FRANCE COLLABORATION BETTERS THE WORLD GRAVOTECH MARKING SAS MIBAU STEMA SKEMA BUSINESS SCHOOL LILLE SOCIETE IMMOBILIERE PAPILLON TEAMWORK +3 autres

Financement & certifications

Cette formation est éligible aux financements OPCO et FNE-Formation. Nos équipes vous accompagnent dans le montage de votre dossier.



Réservez votre place dès maintenant

20 ans d'expertise · 1 000+ formations · NPS +67 · réponse sous 24h ouvrées

0 805 950 800

demande@sparks-formation.com