

## Date(s) :

Formation organisée sur demande

## Durée :

## Lieu :

Sur site

## Coût de la formation :

Montant à définir selon équipe (cout pédagogique et frais annexes pris en charge par OPCO)  
Personne extérieure : /

## Prérequis :

Aucun

## Effectifs :

Jusqu'à 12 participants

## Méthodes pédagogique

- Partage d'expériences
- Étude de cas pratique
- Mise en situations

## Méthodes technique

- Support de formation
- Apports théoriques
- Apports pratiques
- Méthode participative

## Public concerné :

Tout public

## Accessibilité :

La formation est accessible aux personnes en situation de handicap. Merci de nous contacter en amont de la formation.

## Thématique : Spécifique

# Mieux se comprendre, communiquer pour coopérer efficacement en équipe

## Objectifs pédagogiques de la formation :

- Analyser ses réactions et celles des autres pour améliorer la qualité des interactions et gagner en sérénité
- Adopter une communication assertive qui favorise des échanges clairs, fluides et constructifs.
- Utiliser les outils de la Communication Non-Violente pour instaurer des échanges clairs et constructifs, en équipe et avec le public
- Élaborer collectivement les règles de fonctionnement favorisant la performance de l'équipe.

## Programme de la formation :

### Jour 1 :

- Accueil, présentation de l'intention et recueil des besoins
- Se comprendre : les bases des mécanismes émotionnels et comportementaux
- Favoriser la coopération par l'affirmation de soi (assertivité) et l'écoute active
- Bilan à mi-parcours et plan d'action individuel

### Jour 2 :

- Prévenir et gérer les situations délicates avec la pratique de la Communication Non-Violente (CNV)
- Identifier les facteurs de l'intelligence collective, pour renforcer la cohésion et la coopération
- Partager une vision commune et coconstruire nos modalités de fonctionnement pour renforcer la cohésion

## Compétences visées :

- Action de formation visant à acquérir, entretenir ou perfectionner des connaissances.

## Modalités d'évaluation :

- Un dispositif adapté permet aux stagiaires, au travers d'une formation action de mettre en pratique différentes études de cas ou de mises en situation permettant d'évaluer le niveau de leurs acquis.

## Inscriptions :

Sur demande, nous contacter



### Contact :

Familles Rurales Bourgogne-Franche-Comté  
Fédération Régionale  
fr.bourgogne-franche-comte@famillesrurales.org  
03 81 88 76 84



### Formateur/trice :

Vincent GUILLEMINOT  
Formateur spécialisé en management, développement personnel et professionnel, CNV, gestion de conflits