

La **cohésion d'équipe** : levier de dynamique collective et de progression individuelle

Tout seul on va plus vite, ensemble on va plus loin... Favorisez l'esprit d'équipe ! La cohésion d'équipe est un facteur clé de la performance. C'est également une source importante de bien-être au travail. Alors adoptez l'attitude gagnante pour votre performance.

Public : Tout collaborateur

Durée : 1 jour

Prérequis : Cette formation ne nécessite aucun prérequis

Tarif : [Nous consulter](#)

Objectifs :

- ✓ Atteignez vos objectifs avec une équipe soudée
- ✓ Améliorez la performance collective en exploitant au mieux les performances de chacun
- ✓ Mobilisez chaque membre du groupe dans un intérêt commun

1. L'organisation intérieure du groupe

La notion de rôle

Les tensions internes

Cohésion et dissociation des groupes : les valeurs et les règles du jeu

Autorité dans les groupes

Les fonctions du leader

Le moral et la démocratisation des groupes

2. Les 7 étapes de la dynamique d'une équipe

Les feux verts de chaque étape

Les feux rouges de chaque étape

Entraînement vidéo

3. Exercices de communication

Dire, écouter, faire, comprendre,

Expliquer, nuancer, critiquer à bon escient, répondre en évitant la frustration et la justification, reformuler

Parler en objectif

Notre méthode : Méthodes basées sur la dynamique et l'échange, Mises en situation avec exercices de communication, Mise en place d'un plan d'action individuel et collectif