

Communiquer efficacement pour mieux travailler en équipe

MODULE DE FORMATION

2 JOURS



Spécialiste en formation et accompagnement des entreprises



Chez **AC2L Formation**, je mets mon expertise au service de la formation professionnelle pour adultes et du conseil aux entreprises ainsi qu'aux organismes de formation (CFA). J'offre des solutions personnalisées qui répondent aux besoins spécifiques de chaque client, qu'il s'agisse d'individus ou de structures, avec une attention particulière portée aux secteurs tertiaires.

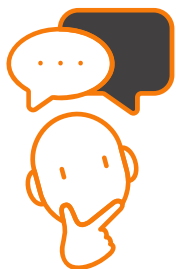


Mes Services



- Module de formation courte
- Consulting en gestion de projet
- Accompagnement QUALIOPI
- Formatrice indépendante dans le domaine du tertiaire
- Accompagnement réponse aux Appels d'Offres

Mon approche



- Accompagnement personnalisé à chaque étape.
- Compréhension approfondie des besoins de chaque apprenant et organisation.
- Objectif : Maximiser le potentiel de mes clients et les aider à s'adapter aux exigences du marché.

Qui suis-je ?

- **Formatrice indépendante** depuis 2021, diplômée du Titre Professionnel de Formateur avec une solide expérience en tant qu'Assistante de Direction.
- **Parcours académique riche** comprenant un Titre Professionnel en Assistant de Direction, une Licence en Gestion d'Entreprise, et un Master en Management et Entrepreneuriat.
- **Passionnée** par la nature et la course à pied, j'intègre ces valeurs de dépassement de soi dans ma démarche professionnelle, en mettant un point d'honneur à offrir des solutions axées sur l'excellence et la performance.





OPTIMISEZ LA COMMUNICATION POUR UNE ÉQUIPE PERFORMANTE

Description de la formation

Cette formation intensive de deux jours est conçue pour vous aider à maîtriser toutes les compétences clés d'une communication professionnelle efficace au sein d'une équipe. À travers une approche pratique et interactive, vous apprendrez à analyser et comprendre les mécanismes de la communication, à adopter des comportements adaptés pour faciliter les échanges et renforcer la collaboration, ainsi qu'à résoudre les tensions éventuelles avec bienveillance et assertivité.

Cette compétence vous aide à :



**Renforcer la
qualité des
échanges en
équipe**



**Dire les
choses avec
clarté**



**Savoir dire non
sans détériorer
la relation**



**Prévenir les
conflits et
désamorcer les
tensions**

Grâce à des mises en situation, des ateliers pratiques et des outils concrets, vous repartirez avec des compétences immédiatement applicables pour mieux coopérer au quotidien.

»»» Objectifs pédagogiques

À l'issue de ce module de formation, vous serez capable de :

1. **Identifier les mécanismes de la communication interpersonnelle et les freins fréquents**
2. **Mettre en œuvre une communication claire, bienveillante et structurée**
3. **Utiliser des outils concrets pour fluidifier les échanges au sein de l'équipe**
4. **Gérer les tensions et désaccords par la communication constructive**
5. **Dire non de manière professionnelle et respectueuse**

»»» Programme de la formation :

1 POSER LES BASES D'UNE COMMUNICATION PROFESSIONNELLE SAINE

Introduction

- Identifier les enjeux d'une bonne communication en équipe
- Les conséquences d'une communication défaillante

Module 1 : Comprendre les mécanismes de la communication

- Les fondamentaux : émetteur, message, récepteur, feedback
- Les filtres et biais de perception
- Auto-diagnostic : quel est mon style de communication ?

Module 2 : Renforcer l'écoute et l'expression en équipe

- Écoute active, reformulation, questionnement
- Communiquer avec clarté, sans ambiguïté
- Atelier pratique : mises en situation d'échange en binôme

Module 3 : Créer les conditions d'une communication collaborative

- Adapter son discours à différents profils et personnalités
- Pratiques de communication non violente (CNV)
- Ateliers en sous-groupe : simulation de réunion d'équipe

Évaluation de la journée

- QCM + retours collectifs sur les apprentissages
- Partage des ressentis et identification des points de progrès

2 RENFORCER L'ASSERTIVITÉ ET PRÉVENIR LES CONFLITS

Module 4 : L'art de dire non sans abîmer la relation

- Les freins à l'affirmation de soi : peurs, croyances, culpabilité
- Méthodes pour dire non : DESC, sandwich, non + alternative
- Atelier : entraînement sur des cas concrets (surcharge, urgence, désaccord...)

Module 5 : Gérer les situations de tension par la communication

- Comportements passifs, agressifs, assertifs : les reconnaître et y répondre
- Postures à adopter en cas de conflit ou de malentendu
- Atelier : désamorcer un conflit dans une situation d'équipe simulée

Module 6 : Instaurer des pratiques durables de communication

- Rituels d'équipe, feedback régulier, gestion des émotions
- Plan d'actions personnel pour mieux communiquer au quotidien

Clôture de la formation

- Synthèse des apprentissages clés
- Engagements individuels à mettre en œuvre
- Temps de questions-réponses

Investir dans la communication, c'est investir dans la réussite de votre équipe.

Que vous soyez membre d'une équipe ou manager, cette formation est conçue pour renforcer vos compétences en communication et améliorer votre collaboration. Elle vous offre un cadre d'apprentissage interactif et stimulant pour vous aider à mieux communiquer et optimiser le travail en équipe.



DURÉE ET HORAIRES

- Durée : 2 jours (14 heures)
- Horaires : De 8h00 à 16h00 (pause déjeuner + 2 pauses café)



MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Inscription : Via mon site internet ou par email
- Délai d'accès : Sous 15 jours après validation de l'inscription
- Délais : 15 jours entre la demande et le début de la formation



PUBLIC ET PRÉREQUIS

- Public visé : Salariés, encadrants, managers, agents, équipes pluridisciplinaires
- Prérequis : Aucun niveau de connaissance spécifique requis. Ouverture au travail en groupe.



COÛT ET FINANCEMENTS

- Inter-entreprise (6 à 10 personnes) : 1 490 € HT / participant
- Intra-entreprise (session privatisée) : 6 500 € HT / groupe
- Financement possible : OPCO



ORGANISATION

- Lieu : En présentiel, centre à déterminer
- Taille du groupe : 6 à 10 participants pour favoriser l'interaction et les mises en situation.
- Type de formation : Qualifiante



ACCESSIBILITÉ

- Formation accessible aux personnes en situation de handicap (merci de me tenir informée lors de votre inscription).

Participer à cette formation vous permet d'acquérir des compétences clés pour améliorer votre communication en équipe, renforcer votre efficacité collective et maximiser votre impact au sein du groupe, vous aidant ainsi à exceller dans votre rôle et à répondre aux attentes de votre équipe et de votre employeur.

DÉVELOPPEZ VOS COMPÉTENCES.



Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrements

- Méthodes actives et participatives
- Études de cas, simulations, auto-diagnostics
- Partage d'expériences, feedback collectif
- Supports de formation numériques fournis



Modalités d'évaluation

- Évaluation continue (quizz, échanges, observation)
- Auto-évaluation des acquis
- Attestation de fin de formation
- Livrables : fiches outils et trame d'entretien assertif



Outils et supports utilisés

- Mises en situation issues de cas réels en entreprise
- Exercices pratiques et jeux de rôle
- Supports pédagogiques numériques
- Vidéo ou podcast de mise en contexte

Intervenante référencée pour :

Capacité à ajuster les méthodes d'enseignement en fonction des besoins spécifiques des apprenants.

Son expérience dans l'enseignement auprès d'adultes en formation continue.

Sa connaissance du monde de l'entreprise, ainsi que dans le domaine de la formation professionnelle.

“La collaboration commence là où la communication est claire.”

Simon Sinek

CONTACTEZ-MOI



direction@ac2l-formation.re



0692 80 91 91



www.ac2l-formation.re

