

Programme de formation

Cohésion d'équipe

de solidarité internationale

1) Public

Formation destinée à tous ceux qui travaillent en équipe dans le contexte de la solidarité internationale.

Nos formations sont innovantes, même pour des personnes expérimentées et accessibles à tous sans acquis préalable.

2) Objectifs

- Mieux communiquer en s'appuyant sur le respect et l'implication active de chacun.
- Développer les capacités d'attention et de communication.
- Mieux gérer les conflits, le stress, et le temps.
- Développer plus de confort et d'efficacité.
- Obtenir plus de motivation et de partenariat

3) Durée

14 heures.

4) Programme

Introduction

Objectifs de la cohésion d'équipe

La reconnaissance, source d'équilibre

Les signes d'équilibre.
Le besoin de reconnaissance.
Les entraves à ce besoin.

Qualité de la communication

- Une véritable communication: Recevoir, comprendre, accueillir.
- Des actions dans le bon ordre : S'ouvrir avant d'expliquer pour être compris.
- Les messages de cohérence.
- Oser dire et oser entendre.
- Porter son attention sur l'individu.
- Plus de considération : Valider et s'affirmer pour motiver.
- Différencier les messages réels des messages apparents.

Face aux situations de conflit

Les conflits avec soi-même.
Les conflits avec les autres.

Face aux rumeurs

Face aux situations de stress

Face aux situations sociales ou douloureuses

Les outils

Divers conseils de communication sont abordés dans ce chapitre.

Mieux en moins de temps

Communiquer prend moins de temps.
Poser les bonnes questions.

Efficacité et affirmation de soi

Respect des seuils d'indiscrétion.
Être chaleureux sans être affectif.
Être distinct sans être distant.
Une attitude spontanée.
Plus d'affirmation de soi.
Prendre soin de soi.
Plus de respect et de confiance.

L'impact professionnel

Bases durables.
Sécurité de l'équipe.
Efficacité du travail.

5) Action

Des nuances importantes et précises sont expérimentées dans la partie action.

Exercices pratiques

La mise en situation permet de travailler la capacité à ne pas savoir à la place de l'autre, à accueillir une différence de point de vue, à différencier ce que l'on est de ce qu'on produit, accuser réception d'un message, oser dire et oser entendre.

Expérimenter certains outils tels que la mise en application de groupes d'échange.

6) Formatrice

Catherine Sarrade a travaillé depuis plus de vingt ans pour plusieurs organismes humanitaires. Elle illustre avec enthousiasme son expérience de terrain pour promouvoir la communication humaniste auprès des stagiaires.

7) Pédagogie

L'interaction avec les stagiaires est privilégiée tout au long de la formation.

Pour une information complète sur les moyens pédagogiques et techniques, nous vous invitons à télécharger le document qui figure dans le site internet (dans *Formations*, puis *Généralités*)