



# Coopérer au sein d'un groupe [2 jours]



## Coopérer au sein d'un groupe **2 jours**

S'investir et collaborer au sein d'un groupe implique d'interagir avec les autres et de savoir s'adapter à eux. Cela nécessite d'abord de prendre conscience de ses propres préférences en matière de comportement et de communication, puis d'apprendre à identifier les modes de fonctionnement des autres. Cela permet de bâtir une coopération fondée sur des relations de confiance grâce à des échanges constructifs autour d'un objectif partagé.

### Objectifs

- ❑ **1. Identifier** les modes de fonctionnement, les motivations et les contraintes : Comprendre ses propres motivations et limites pour développer sa conscience de soi.
- ❑ **2. Adapter** sa communication et son comportement : Reconnaître les comportements des autres et ajuster sa communication pour favoriser des interactions plus efficaces.
- ❑ **3. Gérer** les situations délicates et anticiper les conflits : Identifier les difficultés et les résoudre pour maintenir des relations constructives, tout en évitant les conflits superflus.
- ❑ **4. Apprendre** à travailler en équipe : S'investir dans l'atteinte d'objectifs communs, encourager la coopération et instaurer un climat favorable à la collaboration au sein d'un groupe.

### Programme

#### La dynamique de groupe

- ❑ Identifier les mécanismes et dynamiques du groupe
- ❑ Les modes de fonctionnement individuels
- ❑ Reconnaître et comprendre mon mode de fonctionnement
- ❑ Identifier les modes de fonctionnement des autres
- ❑ Repérer les changements à opérer pour coopérer



RÉPUBLIQUE FRANÇAISE



### Les + de cette formation

- Autodiagnostic,
- Utilisation de cas issus des pratiques des participants,
- Des modalités d'animation centrées sur l'expérimentation de la coopération

Session garantie à partir de 2025.



**Marine Breton – 06 64 31 24 42**  
[m.breton.guenec@gmail.com](mailto:m.breton.guenec@gmail.com)



Marine Breton  
 Formation Coaching

## Coopérer au sein d'un groupe **2 jours**

### Programme (suite)

- Adopter une communication pour une relation de confiance
- Développer sa réceptivité à l'autre

### L'implication et la construction du collectif

- Reconnaître ses motivations et son mode d'engagement
- Trouver sa place dans le groupe et adopter la bonne posture
- Construire et faire vivre la logique de coopération

### Les situations difficiles

- Identifier l'origine des situations conflictuelles
- Faire face aux situations difficiles et sortir des situations de blocage
- Traiter les objections

#### Public

Cette formation est destinée à toute personne désireuse d'améliorer sa capacité de collaborer.

Accès handicap

#### Pré-requis

Aucun prérequis nécessaire

#### Durée

2 jours (14h)

#### Tarifs

à partir de **2360 € HT**

#### Modalités Pédagogiques

Présentiel et Distanciel

Tutorat

Analyse des pratiques

Entraînements et mises en situation

Intelligence collective

#### Modalités d'évaluation :

Observation du formateur / Questionnement individuel ou collectif

Test / Quiz

Mise en situation individuelle ou collective

Étude de cas / Travail de restitution

