

## Travailler en équipe

Journée 1 : communiquer en équipe S'accorder avec autrui : *Améliorer sa relation aux autres.*

- Comment sommes-nous perçus par nos collègues ?
- Comment percevons-nous nos collègues ?
- Quelle attitude adopter pour une communication optimale en fonction de nos perceptions ?
- Être présent par la posture, le regard et les gestes.

Etre concret : *Apprendre à s'entraîner à communiquer*

- Comment s'entraîner pour des résultats durables ?
- Passer de la technique à l'attitude visible par tous.
- Pourquoi se fixer des objectifs mesurables et contrôlables ?

L'écoute active : *Comprendre son équipe.*

- Pourquoi éviter une Ecoute "filtrante" et focalisée sur nos propres idées ?
- Comment prendre le risque d'écouter une personne sans avoir une idée préconçue des solutions à lui apporter ?
- Prendre le temps d'une Ecoute valorisante.

La reformulation : *Considérer son interlocuteur.*

- En quoi la reformulation est un vecteur considération ?
- Comment reformuler efficacement ?
- Quels sont les différentes techniques de reformulation ?

Le cercle d'efficacité : *développer notre relationnel avec son équipe.*

- Pourquoi est-il important de développer un relationnel efficace dans notre vie professionnelle ?
- S'habituer à communiquer avec des gens différents au sein d'une équipe
- Comment étendre notre zone d'influence ?

Mise en situation intensive.