

## Programme de formation

Améliorer la cohésion d'équipe par la communication bienveillante

*« Le plus important en communication, c'est d'entendre ce qui n'est pas dit »*

*Peter Drucker*

Secteurs : Sanitaire /  
Médico-social / Social

Durée : 1 journée (7h)

Tarif intra : 1200€HT / jour (hors frais annexes)

8 à 12 participants maximum



### Public

Tout professionnel du  
secteur



### Prérequis

Aucun prérequis



### Objectifs pédagogiques

- Comprendre les biais en communication et l'impact qu'ils peuvent avoir sur la cohésion d'équipe
- Comprendre son propre fonctionnement et ses préférences de communication
- Expérimenter la communication bienveillante en équipe
- Montrer l'influence de la communication sur le bien-être au travail

## Programme

### Description

Savez-vous comment nous communiquons et quels mécanismes sont à l'œuvre ?

Savez-vous que la plupart des tensions naissent d'une incompréhension, de biais cognitifs ?

Cette formation vous donne des clés pour apprendre à communiquer différemment.

*« Se comprendre soi-même est un premier pas dans la compréhension de l'autre »*

### Jour 1

- Les mécanismes de la communication interpersonnelle
  - Les principes de base
  - Les 2 vitesses de la pensée
  - Les biais cognitifs
- Quel communicant êtes-vous au travail ?
- Initiation à la communication bienveillante
- Partage d'expérience et analyse de situations professionnelles
- Feuille de route personnelle : comment améliorer son mode de communication ?

Les +

- ✓ Alternance entre apports théoriques et étude de cas concrets
- ✓ Partage d'expérience et analyse de situations professionnelles
- ✓ Exercices collaboratifs