

Présentation du module de formation :
« **Mieux se connaître pour mieux communiquer,
pour une meilleure cohésion d'équipe** »
Geneviève le Boulicaut à Voeuil et Giget

Objectifs de l'action :

- Développer ses capacités à travailler ensemble, à communiquer au sein de l'équipe et avec les supérieurs hiérarchiques, avec les usagers et les différents partenaires,
- Développer le sens de sa responsabilité dans les relations interpersonnelles au travail (en relation duelle ou en équipe), et prendre conscience de l'impact des attitudes, des actes, et de l'expression orale de chacun dans sa communication,
- Améliorer son écoute et sa relation à l'autre pour mieux comprendre le travail de chacun, prévenir les situations conflictuelles, et gérer les émotions qui en découlent.

Dates, durée et lieu :

Idéalement, groupe de 8 à 10 personnes.

Lieu et dates à définir.

6 demi-journées de formation de 3 h 30 réparties sur 4 mois environ :

Horaires : de 9 h à 12 h 30 ou de 14 h à 17 h 30.

Les intervalles de temps entre les demi-journées seront mis à profit pour expérimenter, dans le contexte professionnel, les apports théoriques, et donneront lieu à des retours sur expérience à partir d'objectifs individuels identifiés par chacun.

Intervenante :

Geneviève LE BOULICAUT, Formatrice indépendante et Psychopraticienne à Voeuil et Giget.

Cadre de référence de l'action : l'Approche Centrée sur la Personne, de Carl Rogers.

Ce module peut s'inscrire dans le cadre de la prévention des risques psychosociaux, pour prévenir la souffrance au travail.

Contenu :

- A partir d'une approche centrée sur la personne, travail en groupe pour acquérir une meilleure connaissance de soi et des autres pour communiquer sereinement, en explorant les attitudes qui permettent d'améliorer les relations interpersonnelles, de s'écouter et de se comprendre (grâce à la reformulation et à l'argumentation),
- Identifier les facteurs et les comportements qui génèrent de l'agressivité et/ou des situations conflictuelles, apprendre à réagir dans des situations délicates,
- Expérimentation de différentes manières de communiquer en situation de travail, en relation duelle ou en équipe (par des mises en situation).

Outils pédagogiques :

- Apports théoriques, techniques d'expression et de communication (dont photo langage), exercices en petits groupes, études de situations, régulation de groupe.
- Les participants exposeront les situations délicates sur le plan de la communication vécues sur leur lieu de travail : la pratique du jeu de rôles permettra de ré-investiguer ces situations en consolidant les savoir-faire et les savoir-être appropriés.

Frais pédagogiques :

350 euros par demi-journée d'intervention soit **2 100 euros** au total de l'action.

Fondée sur les enseignements de l'expérience, **l'hypothèse centrale de l'Approche Centrée sur la Personne** peut se résumer en ces termes :

« Chaque individu a en lui des capacités considérables de se comprendre, de changer l'idée qu'il a de lui-même, ses attitudes et sa manière de se conduire ; il peut puiser dans ces ressources pourvu que lui soit assuré un climat d'attitudes psychologiques « facilitatrices » que l'on peut déterminer. »

Carl R. Rogers