Formation - Développer les compétences de coopération

Pour comprendre mon mode de fonctionnement et contribuer à la dynamique collective.

Coopération | Dynamique de groupe, gestion des conflits

CODE : 39795 | Mise à jour : 23/11/2025

Objectifs

- Identifier mon fonctionnement relationnel et mon intention
- Développer l'écoute active
- Comprendre l'effet du groupe sur moi
- Définir un objectif commun et décider en collectif

Contenu de la formation

Module 1 : identifier mon fonctionnement relationnel

- Identifier mes croyances et analyser leur influence sur mes pensées et mes comportements
- Reconnaître les éléments de communication verbale et non verbale
- Distinguer les croyances aidantes et les croyances limitantes

Module 2 : développer l'écoute empathique

- Identifier les différentes formes d'écoute active
- Expérimenter l'écoute silencieuse et identifier les conditions qui favorisent l'écoute
- Nommer les différentes intentions existantes dans un échange

Module 3 : l'effet du groupe sur moi

- Identifier ce qui relève de mon champ d'influence et de contrôle
- Distinguer l'observation de l'interprétation des faits dans une situation de conflit

FORMATION PRÉSENTIELLE

PUBLIC CIBLE
Tous publics.

PRÉ-REQUIS
Pas de pré-requis

DURÉE
7 heures

SESSION INTRA
Nous consulter

GROUPE
Minimum 8 personnes
Maximum 12 personnes

Module 4 : Définir un objectif commun et décider en collectif

- Exprimer les objectifs individuels et reformuler un objectif commun
- Planifier des actions individuelles et collectives pour atteindre l'objectif commun
- Expérimenter des modes de décisions collectives

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Etude de cas concrets
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation
- Jeux de rôle et mises en situation
- Partage d'expérience

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Feuille d'émargement
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Mises en situations

Sanction de formation

- Remise d'une attestation de formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veuillez faire connaître vos besoins au plus tôt lors de nos échanges. La prise en compte d'un besoin spécifique peut nécessiter un délai pour étudier les modalités d'adaptation ou d'orientation.

Taux de satisfaction des stagiaires

Issus des évaluations de satisfaction à chaud des stagiaires.

89% (15 avis)

Taux de validation de la formation

Issus des résultats de l'atteinte des objectifs par les stagiaires (Acquis et En cours d'acquisition).

100%

Mathilde Marizien

Mathilde Marizien

Recréer le dialogue sur le travail Management collaboratif / Communication assertive

06 74 49 30 22
mathilde.marizien@orange.fr

Adresse postale : Nantes
LinkedIn : https://www.linkedin.com/in/mathilde-marizien/

Biographie

J'ai travaillé 10 ans au développement et l'animation de projets collectifs avec des associations, entreprises, services publics et collectivités locales.

En tant qu'indépendante, j'accompagne aujourd'hui les organisations et les réseaux à animer et pérenniser leurs équipes.

Ma force : mes questionnements et mes reformulations qui permettent de clarifier vos cailloux dans la chaussure.

Diplômes et formations

Intervention Systémique – Les fondamentaux / 2025
Les AppreNantes

Premiers Secours en Santé Mentale / 2025
PSSM France

Introduction à la Thérapie Sociale / 2024
INEDITS

Piloter une démarche Qualité de Vie et Conditions de Travail (QVCT) / 2023
ARACT Pays-de-la-Loire

Animatrice en communication bienveillante / 2021
Association Passerelles des Possibles – Haute-Loire

MOOC La Gouvernance Partagée / 2019
Université du Nous

Master 2 en Management / 2012
EMLYON Business school – Lyon