

Formation - Management coopératif au service de la dynamique d'équipe

Développer une posture de coopération et des compétences relationnelles favorisant le fonctionnement collectif et la prévention des RPS

Coopération

RPS

CODE : 85874 | Mise à jour : 07/07/2026

Objectifs

- Identifier ses croyances sur le statut de manager, ses postures relationnelles et les comportements associés avec son équipe.
- Mobiliser des pratiques de communication favorisant des relations de travail constructives, notamment l'écoute active, le feedback et l'assertivité.
- Adapter sa posture et sa communication aux besoins des personnes et des situations afin de soutenir la coopération.
- Repérer les ressources et les facteurs de fragilisation d'un collectif afin d'identifier des leviers de prévention des risques psychosociaux (RPS) et de développement de la qualité de vie et des conditions de travail (QVCT).

Contenu de la formation

JOUR 1 :

Développer une posture de coopération

- Les différentes postures relationnelles
- Animer une équipe sans autorité hiérarchique
- Les mécanismes de perception et filtres à l'œuvre
- Adopter une posture de coopération

Pratiques de communication favorisant des relations de travail constructives :

- Les différentes formes d'écoute active
- Oser exprimer ses besoins et réaliser des retours constructifs
- Développer son assertivité : expérimenter les différents modes de communication pour passer du constat à la projection.
- Adapter sa posture aux différents interlocuteurs

Intersession individuelle 1

Accompagnement individuel, pour faciliter la transposition des acquis, à partir de son profil DISC

JOUR 2 : Dynamique collective et prévention des tensions (1/2)

FORMATION MULTIMODALE

PUBLIC CIBLE

Personnes impliquées dans la gestion d'équipe ou l'animation de collectifs au sein d'associations / d'organisations partagées

PRÉ-REQUIS

Pas de pré-requis

DURÉE

Total 17,5 heures : 2 jours en présentiel non consécutifs (14h), 3 temps de travail individuel accompagné en intersession (Total 3,5h en distanciel)

SESSION INTER

1135 €

Prochaine session à Nantes :
26/11/2026 9h30-17h30, 11/02 :
9h30-13h, 15/04/2026 : 9h30-13h

SESSION INTRA

Nous consulter

GROUPE

Minimum 6 personnes
Maximum 12 personnes

- Leviers de cohésion et fragilisation des collectifs
- Ressources et contraintes du travail

Intersession individuelle 2 :

Accompagnement individuel, pour faciliter la transposition des acquis

JOUR 3 : Dynamique collective et prévention des tensions (2/2)

- Identifier les facteurs de RPS et les signaux faibles au sein de l'équipe
- Identifier les leviers d'actions pour améliorer la QVCT au sein de l'équipe
- Plan d'actions individuelle et évaluation

Temps individuel de bilan et de projection, pour faciliter la transposition des acquis

Modalités pédagogiques

- Documents supports de formation projetés
- Quiz
- Outils d'autodiagnostic des préférences comportementales et des moteurs d'action.
- Travaux en sous groupe
- Ludo pédagogie : jeux de mise en situation
- Classe virtuelle de consolidation des acquis

Suivi, évaluation et sanction

Suivi et évaluation des résultats

- Feuille d'émargement
- Accompagnement (inter-session, ...)
- Formulaires d'évaluation de la formation
- Auto-positionnement
- Mises en situations
- Feedback du formateur et du groupe.

Sanction de formation

- Remise d'une attestation de formation

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

Veillez 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.

0% (avis)

Taux de validation de la formation

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

Non renseigné



Valérie MONTJOURIDES

Formation et conseil en sourire des organisations

Rythmes, Conseil et Stratégie

Des formations pragmatiques pour faciliter l'expérience managers et les parcours collaborateurs. Praticienne DISC et Forces Motrices



☎ 07 89 28 70 47
✉ contact@r-c-s.fr

LinkedIn : <https://linkedin.com/in/valeriemontjourides>

Biographie

Ancien membre de comité de direction et manager de proximité au contact des clients, Valérie capitalise sur 20 ans d'accompagnement d'équipes de tailles et de contextes différents. Formée au métier de formateur, elle affiche la volonté de transmettre des formations pragmatiques pour permettre aux managers, aux équipes et aux organisations de garder le sourire, dans un contexte en mouvement.

Mieux se connaître lui a permis d'adopter une communication plus efficace avec la pluralité de ses interlocuteurs et de ses équipes. Convaincue par l'utilité du modèle, Valérie s'est faite certifiée DISC & Forces motrices, pour l'intégrer dans sa démarche et transmettre un usage adapté aux organisations.

- Managers, exercez plus sereinement votre métier : rituels de management, analyse organisationnelle
- Spécialistes RH, enrichissez le parcours de vos collaborateurs avec le modèle DISC & F.M.
- En équipe, réfléchissez collectivement autour de vos complémentarités

Diplômes et formations

2023 : Certification DISC & Forces Motrices – Assessment 24×7

2022 : Certifications lean management et sixsigma green belt – Leansixsigma France

2009 : Master en gestion, Stratégie et marketing – Université PSL-Dauphine

2004 : Maîtrise des sciences de gestion – Université PSL-Dauphine



L'OUVRE-BOITES

Coopérative d'Activité et d'Emploi - Pôle formation
20, allée de la Maison Rouge 44000 Nantes



www.corymbe.coop

Téléphone : 02 28 21 65 10
Courriel : contact@corymbe.coop

Nos CGV : www.corymbe.coop/cgv/

Enregistré auprès du préfet de la Région Pays-de-la-Loire
N° de déclaration d'activité : 52 44 04429 44
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'État