

## La communication dans les équipes : des freins à l'harmonie ?

En une journée (formation de 6h)

De nombreux malentendus dans les équipes de travail sont dus à une mauvaise communication, à un manque de communication ou d'écoute. Or, dans le travail d'équipe, la communication est un outil tout à fait indispensable. Il est donc important de se préoccuper de cet outil, d'en prendre soin et de l'entretenir. Ainsi, afin de faire fonctionner une équipe de manière optimale, il est nécessaire que les travailleurs puissent utiliser une communication et une écoute actives, réfléchies, constructives et bienveillantes. Fort heureusement, pour peu d'y prêter attention, chacun peut devenir « doué » en écoute et en communication. Ces compétences s'apprennent, s'affinent et s'entretiennent tout au long de notre vie.

### Public cible

- Cette formation est ouverte à tout public et s'adresse à toute personne intéressée par le sujet à titre personnel ou professionnel
- Pour les professionnels de la santé qui désirent comprendre et améliorer leur communication au sein des équipes.

### Objectifs

- Comprendre pourquoi une bonne communication permet à une équipe d'être plus efficace et de travailler en harmonie
- Identifier ses propres modes de communication, qu'ils soient verbaux ou non verbaux
- Faciliter les échanges dans une équipe de travail et retrouver de la fluidité
- Repérer les besoins individuels et ceux de l'équipe
- Remettre en question notre regard sur l'autre et sur la réalité qui nous entoure, de manière à adopter une communication plus fine et adéquate au regard des différents contextes
- S'autoriser à être authentique dans son message tout en étant bienveillant dans la forme de ce dernier
- Echanger autour de situations où la communication est difficile et réfléchir aux moyens de l'améliorer

### Contenu

- Identifier les moyens de communication utilisés dans les équipes, qu'ils soient efficaces ou à améliorer
- Identifier les différents types de communication, de personnalité et leurs rôles dans l'équipe de travail
- En quoi les besoins ont-ils une influence sur le mode de communication utilisé ?
- Identification des jeux psychologiques et comment en sortir ?
- Se respecter et respecter l'autre pour favoriser une communication efficace
- La reformulation pour éviter les malentendus
- L'équipe vue comme un système et ses rouages
- Les sources de conflit en équipe
- Comprendre comment allier authenticité, bienveillance et tact
- Pouvoir distinguer les faits des interprétations et des sentiments
- Réfléchir aux outils de communication écrite et à leur bonne utilisation au sein du milieu de travail

## Méthodologie

- Pédagogie active et participative adaptée aux situations vécues par les participants
- Approche diversifiée privilégiant la variété, le dynamisme et le concret dans l'apprentissage
- Exercices de réflexions personnelles sur son propre mode de communication
- Exercices de réflexions de groupe et d'échanges de pratiques autour de situations de communication
- Apports théoriques
- Mises en situation et exercices pratiques
- Présentation d'outils