

Ref. : 8953398

**Durée :**  
2 jours - 14 heures

**Tarif :**  
Salarié - Entreprise : 1535 € HT

# DÉVELOPPER LA COOPÉRATION

## Adopter une posture collaborative pour mieux travailler ensemble

Dans un environnement professionnel de plus en plus transversal, où chaque individu poursuit ses propres objectifs et fait face à des contraintes spécifiques, susciter la coopération devient un savoir-faire essentiel pour accomplir avec succès les missions assignées et générer de la valeur pour l'entreprise. L'émergence d'une dynamique de groupe favorise l'innovation, la créativité et la responsabilisation collective.

### LIEUX ET DATES DÉTAILLÉS

À distance

**02 et 03 avr. 2026**

- **02/04/2026 09:00 --> 03/04/2026 17:30 à À distance**
  - 02/04/2026 09:00 --> 02/04/2026 17:30
  - 03/04/2026 09:00 --> 03/04/2026 17:30

### OBJECTIFS

- Mettre en œuvre les ressorts de la collaboration
- Contribuer à instaurer un climat de coopération au sein d'un groupe de travail
- Déterminer les clés pour sortir des blocages et des obstacles

### POUR QUI ?

Toute personne souhaitant développer la collaboration dans son environnement professionnel.

### PRÉREQUIS

Aucun

### COMPÉTENCES ACQUISES

Coopérer pour favoriser l'innovation, la créativité et fédérer un groupe afin de mener à bien une mission ou un projet.

### PROGRAMME

Développer la coopération

#### Identifier les conditions favorables à la collaboration

- Explorer les différentes représentations du « travailler ensemble »

*Partage d'expériences : les représentations des participants sur le travail collaboratif*

- Définir les critères favorisant le travail collaboratif
- Utiliser la vision systémique pour analyser son écosystème et définir où agir
- Répartir équitablement le travail en tenant compte des besoins et contraintes de chacun.

- Les bénéfices de la collaboration
- Les freins à la collaboration

*Exercice d'application : mise en place des règles du groupe de façon collaborative*  
*Exercice d'application : expérimentation du travail collaboratif via un jeu collectif et exploration des critères favorisant le "travailler ensemble"*

### **Faire de sa communication interpersonnelle un levier pour fédérer**

- Identifier les principes et les enjeux de la communication interpersonnelle
- Utiliser des outils efficaces de communication : écoute, reformulation et questionnement
- Développer ses qualités d'écoute et d'observation.
- Prendre en compte les émotions pour communiquer efficacement
- Formuler des feedbacks
- Accueillir de façon constructive une critique ou un feedback.

*Mise en situation : utilisation de divers outils de communication et entraînement à la reformulation à partir de situations concrètes des participants*

### **Contribuer à un groupe de travail et comprendre sa dynamique**

- Appréhender la théorie de la dynamique des groupes
- Utiliser les stades de développement d'une équipe pour favoriser la dynamique collective
- S'approprier les types d'animation d'équipe à mettre en œuvre selon les profils.

*Exercice d'application : expérimentation d'une animation d'un groupe de travail*

### **Appliquer une démarche professionnelle favorisant la collaboration**

- Être proactif dans ses interactions avec les autres
- Prendre conscience de ses qualités.
- Faire preuve de transparence
- Partager les informations et les documents importants
- Proposer ses idées
- Devenir une personne ressource

*Plan d'action individuel : les forces et axes d'amélioration de chaque participant*

### **Conserver sa bienveillance et son assertivité dans les situations critiques**

- Identifier les situations sources de stress chez soi et chez l'autre.
- Comprendre les manifestations de la communication et améliorer sa bienveillance.
- Rétablir une communication constructive en cas de tension.
- Clarifier le but commun lorsque les intérêts sont contradictoires.

*Mise en situation : gestion de situations critiques vécues par les participants*

## **INTERVENANTS**

Claire TEISSEDRE-GRALL  
0000

Florence Lhéault  
Formatrice en prise de parole, communication interpersonnelle et cohésion d'équipe.

## **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**



#### Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

#### Techniques pédagogiques :

Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Pour les sessions en distanciel, notre Direction Innovation a modélisé une matrice pédagogique adaptée pour permettre un apprentissage et un ancrage mémoriel optimisés.

Cette matrice prévoit une alternance de temps de connexion en groupe et de séquences de déconnexion pour des travaux de mise en pratique individuels.

#### Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur votre espace apprenant.

Retrouvez également des ressources complémentaires ainsi que les quiz amont/aval sur notre plateforme dédiée.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap

