

MODULE : Travail d'équipe – Session 3

<p style="text-align: center;">Programme de formation Bien-être relationnel au travail et place dans une équipe</p>

Public : professionnels du secteur de la petite enfance et de l'enfance en Établissement d'Accueil du Jeune Enfant.

Capacité : 15 stagiaires

Durée : 7h

Pré-requis : Aucun

Formateur : Psychologue du travail, formatrice en cours d'accréditation à la Communication Relationnelle (méthode ESPERE®)

Objectifs :

- > Obtenir un mieux-être dans son rôle professionnel
- > Acquérir des règles de communication relationnelle
- > Apprendre à clarifier et analyser les situations vécues au sein de l'équipe ou avec la hiérarchie.

Programme de la formation :

1. Règles de base de la Méthode® pour une bonne qualité de la relation.

Le schéma de base d'une relation interpersonnelle

Les 5 règles de communication indispensables

- J'écoute instantanément ce qui se passe chez moi face à l'attitude de l'autre
- Je me responsabilise de mon côté de la relation
- Je renonce à gérer l'autre
- Je me "positionne" lorsque le comportement de l'autre ne me convient pas
- J'équilibre les 4 dynamiques relationnelles : donner, demander, refuser, recevoir.

2. Repérage des attitudes spontanées anti relationnelles

Prise de recul sur ses réactions émotionnelles

Identification d'une relation ou de messages toxiques et comprendre leur impact

3. Analyser des types de communications de son quotidien de travail : S'exprimer sur son vécu au travail et analyser les situations de travail concrètes des stagiaires

Moyens pédagogiques et techniques :

> Apports théoriques, outils de communication relationnelle

> Ateliers autour de situations concrètes vécues dans le cadre du travail, jeux de formation et d'animation.