

AMÉLIORER LA RELATION EN ÉQUIPE**OBJECTIFS**

Cette formation par les échanges d'expérience et la mise en jeu des problématiques doit permettre aux participants :

- de développer leurs aptitudes inter relationnelles et leur capacité à adapter leur posture professionnelle
- d'être sensibilisés à l'importance et à la diversité des relations professionnelles
- d'adapter leur communication au contexte et à l'interlocuteur d'être sensibilisés à la notion d'écoute active.
- d'améliorer, de développer leur confiance en soi leur relation aux autres, de reconnaître et accepter l'autre dans sa diversité
- de s'intégrer dans l'équipe de travail
- de développer leur confiance en soi

**PROGRAMME****Premier jour :**

- Cercle de parole, les besoins, les états, pouvoir formuler précisément ses attentes.
- Présentation de la démarche par le jeu : exercices théâtraux et jeux pédagogiques
- La gestion des émotions
- Les attitudes facilitant ou limitant la relation
- Ecoute active, la reformulation
- Cercle de fin de journée

Deuxième jour :

- Cercle de parole
- Les jeux psychologiques
- Notion de compétence relationnelle
- Mises en jeu de situations

**MÉTHODES PÉDAGOGIQUES**

La pédagogie variée et vivante alterne exercices d'appropriation, jeux de rôle, études de cas et apports méthodologiques et théoriques. Elle permet de se mettre physiquement et psychologiquement en posture d'écoute.

**VALIDATION**

Attestation de compétences acquises.

DURÉE

2 jours

MODALITÉS

INTRA
INTER

TARIFS

- Intra : 2400 €
- Inter : 470 €

PRÉREQUIS

Aucun

DATES INTER 2026

Toulouse :

- 10 et 11 février
- 19 et 20 octobre

DATES INTRA 2026

À tout moment -
Contactez-nous !

PUBLIC

Tout public

INTERVENANT.ES

Formatrice en communication relationnelle et cohésion de groupes en entreprises

**ACCESSIBILITÉ
HANDICAP**

Formation accessible aux personnes en situation de handicap

LIEN DE LA FORMATION

[ou cliquez ici](#)