



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](#)