

## Exemple de PROGRAMME DE LA FORMATION

### Intitulé de la formation

Cohésion d'équipe.

### Durée

1 jour + ½ journée à 3 mois d'intervalle.

Soit 10,5 heures.

### Public

Équipe de personnes devant fonctionner ensemble dans un cadre professionnel ou autre.

### Prérequis

Avoir complété le questionnaire Insights Discovery.

### Objectifs / compétences visées

#### *Objectifs opérationnels*

Être à l'aise dans le groupe, mieux se comprendre et mieux comprendre l'autre pour savoir s'adapter.

#### *Objectifs pédagogiques*

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Appliquer les techniques d'auto-observation pour repérer ses modes de comportements propres
- Identifier ses préférences comportementales
- Savoir décoder les modes de fonctionnement préférentiels des autres
- Adopter une posture favorisant la communication
- Adapter son mode de comportement à son interlocuteur
- Adapter son mode de comportement à la situation

### Contenu

J1 : le modèle Insights Discovery et ses utilisations potentielles en inter-individuel

- Les couleurs, les fonctions de Jung
- Le profil Insights Discovery personnel
- Les différents types de profils
- La posture d'adaptation à l'autre, les techniques efficaces
- Définition d'un plan d'action individuel

J2 : retour d'expérience

- L'avancée des plans d'actions
- Les réussites et difficultés rencontrées
- L'ajustement des plans d'actions

### Méthodes

Apports théoriques, Mises en situation, exercices pratiques, réflexions individuelles et collectives, échanges de pratique

## **Moyens techniques et pédagogiques**

Salle de taille suffisante pour réaliser des travaux en sous-groupes, munie de chaises et de quelques tables, présentation power point, paper board ou tableau blanc, support de cours remis aux participants.

## **Modalités d'évaluation**

J1 : quizz, mises en situation, mise en place de plans d'actions

J2 : quizz, avancée des plans d'action, production de groupe : les trucs et astuces

## **Modalités et délais d'accès**

Inscriptions des participants auprès du service interne en charge selon les délais prévus par la structure.

Mise en place de la formation selon les souhaits de la structure, au minimum 3 semaines après signature du contrat avec État d'Esprit Coaching.

## **Les tarifs**

Nous consulter

## **Contact (réfèrent administratif, pédagogique et technique)**

Sylvaine Weber

[Sylvaine.weber@orange.fr](mailto:Sylvaine.weber@orange.fr)

06 15 88 08 31

## **Accessibilité aux personnes handicapées**

Selon vos capacités d'accueil