

**Comprendre le fonctionnement de la communication
pour faciliter le travail en équipe**

PUBLIC

Tout salarié

PREREQUIS

Aucun

NOMBRE DE PARTICIPANTS

6 à 12 personnes

DUREE

2 jours soit 14 heures

INTERVENANTE

Formatrice et consultante en communication

MODALITES PRATIQUES

- . Formation en présentiel
- . Intra établissement
- . Devis sur simple demande
- . Accessibilité handicapé :
Nous consulter
- . Inscription par mail / téléphone

VALIDATION

Attestation de formation

DISPOSITIF DE L'ACTION

En amont : Prévisite, recueil des besoins des participants

Au cours de formation :

Evaluation lors des mises en situation, des études de cas et réflexions de groupe

En fin de formation :

Evaluation des acquis par post-test et évaluation de la satisfaction des participants

A 3-6 mois : Evaluation à distance

OBJECTIFS

Le stagiaire sera capable de ...

- Faire le point sur sa communication et comprendre son fonctionnement
- Capitaliser sur une communication efficace et facilitatrice
- Comprendre et gérer son stress et ses émotions
- Identifier les situations fragiles pour mieux les gérer

PROGRAMME

Module 1 : Comprendre les principes essentiels de la communication interpersonnelle

- Représentations de la maladie mentale
 - ✓ Brainstorming sur les différentes représentations de la maladie mentale
 - ✓ Discussion sur les stéréotypes et les préjugés liés à la maladie mentale
 - ✓ Réflexion sur l'impact de ces représentations sur la prise en charge des résidents
- Ressentis des soignants
- Définitions
 - ✓ Apporter des définitions claires et précises des notions de maladie mentale, de handicap mental et de handicap psychique
 - ✓ Distinguer les différentes catégories de troubles mentaux
 - ✓ Discuter des implications des différentes terminologies : le choix des mots et ses implications
- L'appareil psychique
 - ✓ Présentation simplifiée du fonctionnement de l'appareil psychique
 - ✓ Expliquer les différentes composantes du psychisme : conscient, inconscient, ça, moi, surmoi
 - ✓ Illustrer les concepts à l'aide d'exemples concrets

Module 2 : Bâtir et vivre une collaboration gagnant/gagnant

- Maîtriser ses propres comportements pour collaborer gagnant avec son interlocuteur
 - ✓ Comprendre ses propres schémas de communication
 - ✓ Gérer ses émotions
 - ✓ Développer une attitude positive
- Définir sa communication en fonction de ses objectifs
 - ✓ Clarifier ses intentions
 - ✓ Adapter son message à son public
 - ✓ Choisir le canal de communication approprié
- Adapter ses attitudes et ses discours
 - ✓ Adopter une posture ouverte et bienveillante
 - ✓ Utiliser un langage clair et concis
 - ✓ S'appuyer sur des exemples concrets
- Savoir développer le principe d'une communication efficace
 - ✓ L'écoute active
 - ✓ L'empathie
 - ✓ La bienveillance
 - ✓ Les silences
 - ✓ La reformulation

La durée et le contenu de cette formation sont personnalisables en fonction de vos besoins

Comprendre le fonctionnement de la communication pour faciliter le travail en équipe

Module 3 : Gérer son stress, éviter les découragements, savoir se ressourcer

- Comprendre ses émotions pour les transformer
 - ✓ Identifier ses émotions
 - ✓ Comprendre les causes de ses émotions
 - ✓ Accepter ses émotions
 - ✓ Exprimer ses émotions de manière saine
- Gérer les émotions négatives
 - ✓ Techniques de relaxation
 - ✓ La pensée positive
 - ✓ Se changer les idées
- Identifier les situations stressantes pour mieux les gérer
 - ✓ Identifier les situations stressantes pour mieux les gérer
 - ✓ Reconnaître les signes de stress
 - ✓ Identifier les déclencheurs de stress
 - ✓ Élaborer des stratégies d'adaptation
 - ✓ Prendre soin de soi

Module 4 : Comprendre les dysfonctionnements des relations interpersonnelles pour les combattre

- Identifier les signes de dysfonctionnement dans les relations interpersonnelles
- Comprendre les causes des relations fragiles ou conflictuelles
- Développer des stratégies pour améliorer la communication et la collaboration
- Apprendre à désamorcer les conflits et à construire des relations positives

MODALITES PEDAGOGIQUES

La participation active de chaque stagiaire et l'interaction seront recherchées, valorisées et animées par la formatrice, tout au long de la formation, dans un esprit de convivialité. Une pédagogie active et expérientielle seront préférées à des méthodes plus magistrales et descendantes, à l'aide de techniques d'analyse des pratiques professionnelles et d'activités cognitives pour l'acquisition des connaissances théoriques et des savoirs (savoir-faire et savoir-être).

Apports théoriques avec supports Power Point, illustrations, séquences vidéo, travail en sous-groupe, travaux dirigés, tests de connaissance, pourront être proposés pour animer cette formation.

La durée et le contenu de cette formation sont personnalisables en fonction de vos besoins