
Programme de Formation

22 - Construire une équipe cohésive (1/2 journée)

Organisation

Durée : 3 heures et 30 minutes

Mode d'organisation : Présentiel

Contenu pédagogique



Public visé

Dirigeants, Managers et responsables d'équipe, souhaitant construire une équipe cohésive.



Objectifs pédagogiques

- **Comprendre** les 5 Comportements d'une équipe cohésive.
- **Identifier** ses propres forces, limites et réactions au sein d'une équipe.
- **Renforcer** la confiance, la communication et la responsabilité collective.
- **Définir** les engagements individuels et collectifs pour améliorer la collaboration.



Description

1) Introduction & Cadre (15 min)

- Accueil + intention de la séance
- Pourquoi certaines équipes excellent et d'autres non ?
- **Introduction aux 5 Comportements**
 - Confiance – Conflit – Engagement – Responsabilité – Résultats

Mini question d'amorce : « Quand une équipe fonctionne vraiment bien, qu'est-ce qu'on observe ? »

2) Comprendre son profil Five Behaviors (30 min)

- Distribution des rapports Personal Development
- **Lecture guidée des pages clés :**
 - Style DISC et impact sur la collaboration
 - Forces et zones de progrès en équipe
 - Chapitre "Mindset de coopération"

Exercice pair-à-pair (5 min): "Un élément de mon rapport qui me parle / un qui me surprend."

3) Confiance : Fondations de l'équipe (40 min)

Objectif : passer du contact à la vraie vulnérabilité professionnelle.

- **Mini apport :**
 - La confiance comme permission d'être authentique
 - Les comportements qui la renforcent / affaiblissent

Exercice collectif : "Points forts / Points d'appui" (20 min)

- En petits groupes, chaque participant partage :
 - Une force qu'il apporte à l'équipe



- Un comportement qui peut, parfois, freiner la cohésion
- Débrief (10 min)
 - Qu'avons-nous appris sur nous / sur l'équipe ?
 - Quel comportement renforcer dès demain ?

4) Conflit : Oser le désaccord constructif (35 min)

Objectif : comprendre que le conflit est un accélérateur, pas une menace.

Mise au point :

- *Distinguer le conflit d'idées du conflit de personnes.*
- *Chercher comment mon style DiSC influence ma façon d'aborder les désaccords.*

Dynamiser avec l'exercice : "La discussion impossible" en binôme.

Chacun choisit un sujet de désaccord fréquent au travail.

Ils rejouent la situation "comme d'habitude" (2 min).

Ils la rejouent avec les règles du conflit sain :

- - questionner avant d'argumenter;
- - reformuler;
- - chercher un objectif commun.

Débrief en groupe : "Qu'est-ce qui change quand on sécurise l'échange ?"

5) Engagement : Clarifier pour avancer (25 min)

Objectif : éviter l'ambiguïté et renforcer la cohésion.

- Mise en pratique : "je m'engage à .." individuel puis en groupe"
 - Chacun note :
 - - Une décision d'équipe qui manque de clarté.
 - - Ce dont il a besoin pour s'engager pleinement.

Mise en commun → formulation d'un engagement collectif.

○

6) Responsabilité : Se dire les choses (25 min)

Objectif : introduire la responsabilité mutuelle sans jugement.

Exercice : "Feedback d'alliés" Par binômes :

- un comportement qui aide l'équipe
- un comportement qu'on peut améliorer
- Une suggestion concrète

Règles : bienveillance + orientation solutions.

7) Résultats collectifs : Alignement final (20 min)

Objectif : passer du "moi" au "nous"

Activité : "Notre tableau d'impact" Le groupe liste :

- - 3 priorités collectives pour mieux fonctionner;
- - 3 indicateurs simples de progrès;
- - Les comportements concrets associés.
-

8) Conclusion & Engagements personnels (20 min)

Chaque participant partage **UNE** action qu'il mettra en place dès demain.

Citation Five Behaviors : "Une équipe cohésive n'est pas une somme d'individus talentueux mais une dynamique volontairement construite."

★ **Prérequis**

Aucun prérequis nécessaire. Chaque participant complète au préalable le questionnaire **Five Behaviors Personal Development** et reçoit son **rapport individuel**.



Modalités pédagogiques

Il s'agit d'une formation individuelle ou en groupe, en face à face ou par visioconférence.

Nous privilégions une démarche pédagogique interactive et conviviale avec de la théorie et des exercices pratiques avec cas concrets.

La répartition pédagogique est la suivante : 60 % d'apports théoriques et de connaissances et 40 % de pratique. La participation du stagiaire est largement privilégiée



Moyens et supports pédagogiques

Au cours de cette formation, une variété de moyens et supports pédagogiques sera mise en œuvre afin d'assurer une expérience d'apprentissage **enrichissante et diversifiée**.

Le vidéoprojecteur sera utilisé pour :

- **Illustrer des concepts**
- **Favoriser les échanges**
- **Encourager la participation active** des apprenants

Divers outils pédagogiques seront également disponibles pour permettre aux participants de :

- **S'engager dans des exercices pratiques** en temps réel
- **Collaborer sur des projets en équipe**

Cette pluralité de supports a pour objectif de répondre aux différents styles d'apprentissage et d'optimiser l'engagement de chacun tout au long du parcours de formation.



Modalités d'évaluation et de suivi

- **Auto-évaluation des acquis** par les participants.
- **Observation des mises en situation et feedback du formateur.**
- **Plan d'action personnel** validant la mise en pratique.