

## Outils de régulation pour des séances efficaces

Les colloques ou séances de travail, qu'ils soient internes et/ou interdisciplinaires, sont des moments charnières de la dynamique d'équipe dans tous les milieux professionnels. Parfois ils tournent au pugilat, parfois ce sont le silence et la démotivation qui plombent l'ambiance de travail, ou encore des préoccupations personnelles qui prennent tout l'espace de communication.

Comment animer ces réunions en respectant chacun, tout en effectuant le travail nécessaire ? Quelle part faire à la régulation, à la gestion des conflits et des émotions ? Comment tenir le cap tout en tenant compte des divergences, des besoins et intérêts de chacun-e ?

### *Contenu*

- Vous analyserez les freins et opportunités que vous rencontrez dans les réunions que vous animez ;
- Vous apprendrez à animer une séance de travail en portant l'attention nécessaire au processus comme aux participant-e-s ;
- Vous exercerez des outils et attitudes de base de la communication non-violente, adaptés à une situation de groupe ;
- Vous analyserez et mettrez en pratique des opportunités d'équilibrer régulation et production dans votre contexte professionnel.

Suivi : Journées ou demi-journées de pratique. Echanges d'expériences, mise en situation de cas vécus par des participant-e-s, expérimentations en groupe.

### *Durée*

Deux jours (consécutifs ou non).  
Suivi vivement conseillé  
Organisation possible par journées ou demi-journées.

### *Méthodologie*

A partir de situations concrètes amenées par les participants, nous entraînerons les divers outils et attitudes grâce à des mises en situation, jeux de rôles, forums, théâtre-image.