

# TEAM BUILDING



# Atelier 1

## RÉVEILLEZ VOTRE HÉROS INTÉRIEUR

- **Prérequis** : aucun
- **Objectifs de l'atelier** :
  - Réaliser le parcours initiatique du héros dans sa quête du Graal
  - Découvrir le héros qui sommeille en soi pour réaliser sa quête
- **Méthodologie employée:**
  - L'atelier s'appuie sur la métaphore du héros qui doit faire face aux réalités pour faire aboutir un projet et porter les incertitudes du changement.

## CONTENU

- **Atelier 1** : Parles-nous de ton héros
- **Atelier 2** : Partir à la quête de son graal
- **Atelier 3** : Revenir dans son monde ordinaire
- **Atelier 4** : Mes apprentissages héroïques



## Atelier 2

### *MIEUX SE CONNAÎTRE POUR MIEUX COMMUNIQUER*

- **Prérequis : remplir le questionnaire DISC**
- **Objectifs de l'atelier :**
  - Cerner son mode de communication et ses préférences de fonctionnement
  - Cerner les préférences des autres
  - Renforcer la collaboration
- **Méthodologie employée:**
  - L'atelier s'appuie sur le profil des couleurs DISC et les préférences de fonctionnement.

## CONTENU

- **Atelier 1 :** Le DISC
- **Atelier 2 :** Mon profil DISC
- **Atelier 3 :** Décrypter mes interlocuteurs pour mieux collaborer
- **Atelier 4 :** Mes apprentissages en couleur



# LE DISC POUR MIEUX SE CONNAÎTRE

- Le DISC est une **analyse comportementale** qui décrit le comportement d'un individu (style naturel) et la manière dont il s'adapte à son environnement (style adapté).
- Le modèle des couleurs permet à chacun de **mieux comprendre sa zone de confort et d'inconfort**, de prendre conscience de ses forces et ses faiblesses, de mettre en place des stratégies de réussite, d'adopter des attitudes qui répondent aux exigences de l'environnement, de développer son adaptabilité et sa flexibilité, de mieux communiquer avec autrui, d'accroître son leadership.
- La méthode DISC repose sur la théorie de William Marston.
- Elle se caractérise par une démarche fiable et complète, conviviale et accessible à tous. Les performances individuelles, le travail en équipe et le management y gagnent en efficacité.



## Atelier 3

### *PASSEZ DE LA COLLABORATION À LA COOPÉRATION*

- **Prérequis** : aucun
- **Objectifs pédagogiques** :
  - Cerner les leviers permettant d'optimiser la collaboration pour favoriser la coopération entre métiers
  - Aligner fonctionnement de l'équipe et performance
- **Méthodologie employée**:
  - Projection dans l'espace en embarquant au sein de la navette spatiale direction la Lune

## CONTENU

- **Atelier 1** : Embarquez pour la lune : s'en sortir seul
- **Atelier 2** : Embarquez pour la lune : s'en sortir collectivement
- **Atelier 3** : Cartographie des comportements facilitant la coopération
- **Atelier 4** : Mes apprentissages pour optimiser le collectif



## Atelier 4

### *RÉVÉLEZ & CULTIVEZ VOS TALENTS AU SERVICE DU COLLECTIF*

- **Prérequis** : aucun
  
- **Objectifs de l'atelier** :
  - Repérer ses forces
  - Cultiver ses talents
  - Faire le lien entre mes talents et
  
- **Méthodologie employée**:
  - Travail de métaphore autour du jardinage :  
Mon terrain de prédilection & Mon arboretum


### CONTENU

- **Atelier 1** : Mon Arboretum
  
- **Atelier 2** : Mon terrain de prédilection
  
- **Atelier 3** : Quels talents mettre au service du collectif ?
  
- **Atelier 4** : Mes apprentissages de mes propres talents



# MON ARBORETUM

 PRÉNOM-SURNOM

 UN PERSONNAGE  
QUI M'INSPIRE

 MES RACINES




 MES TROIS VALEURS


- 
- 
-


 MA DEVISE


# CULTIVEZ VOS TALENTS


## MON TERRAIN DE PRÉDILECTION

 DANS UNE ÉQUIPE,  
J'ADORE CONTRIBUER À

 JE DOIS FAIRE  
ATTENTION À

 J'AI BESOIN DE VOUS  
POUR ...

 JE N'AIME PAS QUE  
LES AUTRES ...



## Atelier 5

### CHANGEZ DE PERSPECTIVE

#### ■ Prérequis :

- Chaque participant vient avec une problématique sur laquelle il rencontre des difficultés actuellement et pour laquelle il souhaite un éclairage du groupe.
- 2 cas pourront être traités pendant la séance

#### ■ Objectifs pédagogiques :

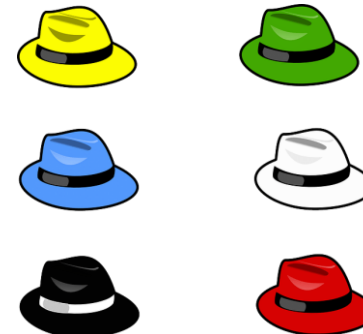
- Changer de point de vue sur un sujet
- Ouvrir les perspectives et le champs des possibles

#### ■ Méthodologie employée:

- Les chapeaux de Bono pour explorer les sujets en intelligence collective.

### CONTENU

- **Atelier 1** : Les Chapeaux de Bono
- **Atelier 2** : Travail sur le cas 1
- **Atelier 3** : Travail sur le cas 2
- **Atelier 4** : Mes apprentissages en tête





# Atelier 6

## APPRENDRE EN ÉQUIPE

### ■ Prérequis :

- Aucun

### ■ Objectifs de l'atelier :

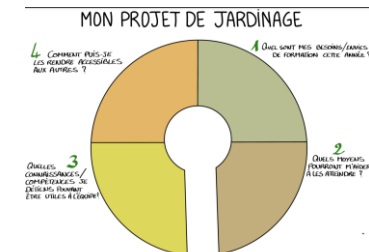
- Identifier et partager ses besoins et envies d'apprendre
- Faire appel au collectif pour apprendre
- Développer sa main verte

### ■ Méthodologie employée:

- Travail de métaphore autour du jardinage :  
Mon projet de jardinage - Notre projet de jardinage - La main verte

## CONTENU

- **Atelier 1** : Mon projet de jardinage
- **Atelier 2** : Notre projet de jardinage
- **Atelier 3** : La main verte
- **Atelier 4** : Mes apprentissages sur la culture en commun



# Atelier 7

## VIVRE AVEC SES ÉMOTIONS

### ■ Prérequis :

- Aucun

### ■ Objectifs de l'atelier :

- Nommer les émotions
- Apprendre à gérer les émotions
- Pratiquer des exercices de respiration et visualisation

### ■ Méthodologie employée:

- Le film Pixar Vice Versa

## CONTENU

- **Atelier 1** : Vice Versa : ce que cela dit des émotions
- **Atelier 2** : Décrypter mes émotions et les impacts sur mes comportements
- **Atelier 3** : Des outils pour mieux gérer ses émotions
- **Atelier 4** : Mes apprentissages émotionnelles

