

## ATELIER COMPRENDRE L'AUTRE

### Votre problématique

Après cette période de télétravail longue retrouver les collègues peut être un moment attendu de partage mais également compliqué. En effet, vos collègues ont beaucoup changé pendant cette période et vous aussi. Vous ne comprenez pas toujours leurs réactions, parfois elles vous irritent même. La situation devient parfois désagréable alors que vous aimeriez que tout se passe pour le mieux.

### Les objectifs de la prestation

Le but de cet atelier sera au final de :

- Apprendre des différences des autres, les voir comme un enrichissement et non une difficulté

A l'issue de l'atelier, les participants auront appris à :

- Exprimer leurs ressentis
- Utiliser des outils d'écoute active
- Utiliser des outils pour détecter les centres d'intérêt des autres.
- Utiliser l'outil position perception pour comprendre l'autre et aboutir à un accord

### Type de prestation

Atelier

### Méthodologie et moyens mis en œuvre

L'atelier comprendra :

- Une démonstration, ice breaker
- Travail sur les incompréhensions
- Exercice d'écoute active et d'expression de son ressenti
- Exercice de détection de valeurs ou besoins.

### Modalités de réalisation

L'atelier aura une durée de 3h, sera réalisé en présentiel et en visio.

Le groupe sera de 6 personnes.

### Evaluation des acquis

NC

### Prérequis

Faire partie d'une équipe ou travailler en équipe

### Public

Adultes

### Accès handicapés

Prendre contact pour définir les possibilités d'accueil en fonction des handicaps.

### Tarif particulier

50€ TTC par personne.

### Tarif entreprise ou collectivité

500€ HT par groupe en visio comme en présentiel

### Modalités de paiement

Paiement à l'inscription sur le site internet [coachernestine.fr/ateliers](http://coachernestine.fr/ateliers).

Paiement à la fin de la prestation pour les entreprises et collectivités

