



MERCREDI 24 SEPTEMBRE 2025

www.obea.fr

S'affirmer au sein d'une équipe

OBJECTIFS

- Apprendre à se positionner dans un groupe
- Reconnaître les intérêts, les motivations et la stratégie des acteurs

PUBLIC

Toute personne travaillant en équipe interne ou externe

PROGRAMME

1- Se positionner au sein d'un groupe

- Identifier sa place et son rôle au sein de l'équipe
- Analyser le positionnement de chacun
- Décrypter les complémentarités et les jeux de pouvoir

2- Savoir communiquer au sein d'une équipe

- Prendre sa place et communiquer
- Analyser les modes de communication au sein d'un groupe
- Valoriser ses compétences et se faire respecter

3- S'affirmer dans un groupe

- S'autoriser à dire et à agir en définissant ses droits et en respectant ceux des autres
- Exprimer ses sentiments avec authenticité
- Savoir exprimer ses émotions et échanger des signes de reconnaissance
- Les 4 types d'attitudes : passivité, agressivité, manipulation, assertivité

4- Prendre en compte les stratégies d'acteur

- L'influence des rôles, des statuts, des motivations et de la relation
- Anticiper et gérer les situations difficile et conflictuelles

TOUTES LES SESSIONS