

# Favoriser la qualité de vie en contexte de changement



## OBJECTIFS

Redonner du sens et favoriser la coopération lors d'un changement quel qu'il soit,

Développer la Qualité de vie au travail (QVT) au sein de l'équipe

## PROGRAMME

- Présentation des dimensions de la QVT et analyse participative de l'activité des professionnels et des impacts sur la QVT
- Partage sur les pratiques professionnelles pour renforcer le sens et favoriser la coopération
- Mise en oeuvre de la coopération à travers l'élaboration d'un plan d'actions global en équipe pluridisciplinaire
- Apports sur la communication bienveillante et assertive afin de favoriser la qualité relationnelle

## PRÉ-REQUIS

- Il n'y a pas de pré-requis définis. Le positionnement des participants sur cette formation relève du commanditaire.

 2 JOURS

 LA FORMATION SE DÉROULE  
DANS VOS LOCAUX

 1 100 EUROS/JOUR

**85%**  
DE SATISFACTION  
MOYENNE

*Toutes nos formations sont accessibles aux personnes en situation de handicap*

# Des méthodes interactives

Nos méthodes s'appuient sur des pédagogies interactives favorisant le décentrage, l'ouverture de soi et aux autres, la co-construction, la créativité.

La formation alterne exposés, études de cas, mises en situation et méthodes d'intelligence collective choisies parmi celles présentées ci-dessous.

## QUELQUES MÉTHODES D'INTELLIGENCE COLLECTIVE :



### Le speed boat

Il s'agit de poser les axes du projet en identifiant les éléments dynamiques de son élaboration. Cet exercice s'appuie sur la métaphore d'un bateau qui se dirige vers une île. L'ensemble doit permettre de clarifier voire de prioriser les opportunités, les contraintes, les objectifs pouvant permettre ensuite de bâtir le plan d'action.



### Démarche inspirée de l'approche appréciative

Il s'agit de rechercher les forces de chaque système pour révéler le potentiel de changement inspirant et positif. Elle comporte plusieurs étapes permettant, *in fine*, d'imaginer le futur désiré et de déployer et piloter des actions prioritaires.



### Le brainstorming

est une méthode permettant d'identifier le maximum d'idées en un temps donné. Contrairement à d'habitude, la quantité est dans un premier temps plus importante que la qualité. Cette technique donne d'excellents résultats durant la phase de divergence, le but est de récolter le plus d'idées possibles.



### Le forum ouvert

s'appuie sur 4 principes : 1/ Les personnes qui se présentent sont les bonnes, 2/ Ce qui arrive est la seule chose qui pouvait arriver, 3/ Ça commence quand ça commence !, 4/ Quand c'est fini, c'est fini !

A ces principes, s'ajoute une loi de mobilité : si je ne suis ni en train d'apprendre, ni de contribuer, je dois passer à autre chose !



### Le world café

est un processus créatif sous forme de conversations guidées. Cela vise à faciliter le dialogue constructif et le partage de connaissances et d'idées, en vue de créer un réseau d'échanges et d'actions.



### Le parcours utilisateur ou user story

est un outil permettant une visualisation de l'expérience du service vécue par l'utilisateur (salariés, usagers...). Il représente les différentes étapes du service et aide à une analyse de l'expérience, en vue de l'améliorer, en pensant à toute la chaîne de valeur.



**Le mindmapping** est une méthode créée par Tony BUZAN (1971), basée sur le fonctionnement du cerveau (et notamment ses capacités d'association). Les cartes mentales peuvent être utilisées pour des activités de créativité, de synthèse, d'organisation d'idées. L'outil favorise l'exploration et la mémorisation.