

Programme de formation

“Accompagner les talents et développer la coopération en équipe”, en lien avec la thérapie des schémas.

Formation rattachée à la certification RS 7307.

STRAT Consultant

👉 **Demander un financement CPF via France Compétences :**

Accéder à la formation

Version 1 - Référence novembre 2025

Public cible :

Psychologues, thérapeutes, psychiatres, médecins, infirmiers, psychomotriciens

Nature :

Intra-entreprise, inter, particulier

Format :

2 jours de 7h chacun

Nombre de participants :

De 8 personnes minimum à 20 personnes maximum

Prérequis :

Les participants doivent :

- **Exercer ou avoir exercé une fonction de management**, de coordination ou d'encadrement d'équipe (hiérarchique, fonctionnel ou transversal), ou
- **Être en prise de poste** ou avoir un **projet professionnel confirmé** d'animation ou de management d'équipe, dans le cadre d'une évolution de carrière.

Il est attendu que les participants aient une implication directe ou future dans la **dynamique collective**, la **gestion des relations interpersonnelles** et le **développement des compétences**.

Objectifs de la formation (CPF)

Les titulaires de la certification ont la capacité à accompagner les talents et développer la performance en équipe au sein des organisations.

Ils analysent les profils de comportements d'une personne ou d'une équipe et préconisent les moyens pour être plus à l'aise dans une mission, développer des relations de qualité, rechercher une plus grande complémentarité en équipe et la performance collective.

Ils prennent en compte les besoins liés au bien-être au travail et proposent une approche qui met en adéquation les comportements attendus à un poste et le potentiel de

comportements d'une personne contribuant ainsi à faire évoluer la politique de recrutement et de mobilité interne.

Ils développent le travail en équipe, favorisent l'expression des talents des personnes afin de permettre la réalisation des missions et l'évolutions de carrière.

Objectifs pédagogiques

1. **Identifier** les besoins fondamentaux des individus et les concepts clés de la thérapie des schémas (schémas précoces inadaptés, modes, stratégies d'adaptation).
2. **Comprendre** les liens entre les schémas personnels et les dynamiques relationnelles en contexte managérial.
3. **Repérer** les étapes de développement d'une équipe et les freins à la coopération selon les modèles de Tuckman et Lencioni.
4. **Analyser** sa propre posture managériale et les dynamiques de son équipe à l'aide de grilles de lecture issues de la thérapie des schémas.
5. **Expérimenter** des outils de communication et d'ajustement relationnel favorisant la coopération, notamment la Communication Non Violente (CNV).
6. **Construire** un plan d'action personnalisé pour développer un management plus ajusté, fondé sur la sécurité psychologique, la maturité collective et la responsabilisation.

Objectif de développement des compétences :

C1

Analyser les différents comportements des personnes et leurs interactions en équipe afin de réaliser un diagnostic individuel et collectif en utilisant la grille de lecture du modèle de personnalité et des rôles en équipe.

C2

Restituer les axes d'amélioration pour permettre à l'individu et/ou à l'équipe d'être plus à l'aise dans son activité et dans les relations en équipe à partir du diagnostic.

C3

Structurer un plan d'accompagnement collectif pour améliorer les modes de fonctionnement en équipe, en réalisant un diagnostic des niveaux de maturité en équipe.

C4

Animer un collectif dans une situation professionnelle en valorisant le potentiel humain par la mise en interaction des rôles en équipe, en mobilisant l'ensemble des compétences disponibles pour atteindre un objectif commun.

C5

Proposer des axes d'amélioration pour mettre en adéquation le potentiel de comportements d'une personne avec les besoins d'une activité et/ou de son évolution professionnelle en utilisant la grille des principales contributions pour répondre à un besoin d'employabilité et/ou d'épanouissement à un poste.

Contenus principaux :

- Découvrir les notions clés de la thérapie des schémas en lien avec le management :
 - les besoins fondamentaux nécessaires pour créer un climat de sécurité et d'engagement au sein d'un groupe, afin de le mener vers un fonctionnement d'équipe,
 - les schémas dysfonctionnels et
 - les stratégies d'adaptation et les modes dysfonctionnels.
- Explorer les liens entre nos besoins professionnels, les schémas précoces, les modes émotionnels et les dynamiques relationnelles en contexte professionnel. (Sur base du résultat du questionnaire "Management et thérapie des schémas")
- Explorer les étapes de la formation d'une équipe, les dysfonctions qui peuvent entraver sa performance, identifier le rôle d'accompagnement du manager dans le passage de ces différentes étapes de développement de l'autonomie et de l'esprit d'équipe. (Modèles de Tuckman et Lencioni)
- Évaluer le positionnement de son équipe en fonction de ces modèles et développer un plan d'action pour l'évolution de la posture managériale et de la maturité de l'équipe.
- Découvrir et s'exercer aux techniques comportementales liées à un mode adulte sain dans la fonction managériale (Communication non violente).

Programme de formation – Managers & Thérapie des schémas

JOUR 1 – Se connaître, comprendre les bases et poser un diagnostic d'équipe

Matinée

- Accueil et cadre : introduction des objectifs.
- Tour de table projectif : "je serai satisfait.e. en fin de formation si j'ai reçu la réponse à la question suivante : "
- Apport pédagogique : notions clés de la thérapie des schémas (besoins fondamentaux, schémas, modes, stratégies d'adaptation).
- Mise en lien avec le management : exemples concrets de manifestations de schémas dans la pratique managériale.
- Temps individuel : exploration personnelle des résultats au questionnaire de schémas.
- Rédaction sur grille de réflexion.
- Partage en sous-groupes (voir fiche animation) : mise en mots, liens avec la réalité professionnelle, échanges guidés.

Après-midi

- Apports complémentaires : modes de protection, comportements de compensation, liens avec le leadership.
- Apport sur les dynamiques d'équipe : étapes de développement d'une équipe (modèle de Tuckman) et dysfonctionnements d'équipe (modèle de Lencioni).

- Exercices en sous-groupes : diagnostic de leur propre équipe – à quelle étape se situe-t-elle ? Quels freins sont présents ? Quels liens possibles avec les schémas et les modes ?
- Mise en situation (jeu de rôle) : posture de manager face à un collaborateur en difficulté. Préparation en 2 sous-groupes, 1 personne par sous-groupe (2 participants qui vont s'entraider) jouent la mise en situation avec la formatrice.
- Débrief collectif : mise en perspective des prises de conscience et élargissement aux situations d'équipe.

JOUR 2 – Dynamique collective et management ajusté

Matinée

- Apports pédagogiques : fonctionnement des schémas dans les groupes et les organisations.
- Focus sur les dynamiques collectives : réunions d'équipe, comité de direction, coopération, confiance, concurrence.
- Exercice de métaphore de groupe : Quel sont nos modes et schémas dominants en comité de direction ?
- Temps de verbalisation sécurisée : partages confidentiels, règles de communication non violente.

Après-midi

- Focus sur les collaborateurs : repérer les schémas chez les autres sans étiqueter, ajuster son management.
- Apport : le manager comme base de sécurité – posture d'autorité bienveillante.
- Travail en dyades ou triades : simulations, reformulations, cas pratiques.
- Synthèse participative : ce que je retiens / ce que nous décidons pour la suite.
- Clôture : évaluation, derniers partages et perspectives.

Visio de 3 h par demi-groupe

Contenus et objectifs :

- Retour d'expérience des participants : réussites, difficultés, ajustements nécessaires.
- Analyse de situations professionnelles vécues : repérage des schémas activés, modes émotionnels, malentendus relationnels ou blocages d'équipe.
- Travail en supervision : co-construction de solutions, ajustement de la posture managériale, pistes d'amélioration personnalisées.
- Approfondissement des outils : communication non violente, limites protectrices, recadrage bienveillant, encouragement du mode Adulte Sain.
- Consolidation du plan d'action initial et définition d'objectifs professionnels à 3–6 mois.

Finalité de la visio :

Garantir le transfert concret des compétences dans le quotidien professionnel, ajuster les pratiques et renforcer la maturité managériale et collective.

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, vidéos, exercices, practicums sur son propre vécu, travail avec des outils en situation réelle.

Les deux jours seront en présentiel et la demi-journée en visio.

Moyens pédagogiques :

Salle équipée, vidéo projecteur, paperboard

Si visio, lien teams, Zoom

Support participant remis :

Un document est envoyé une semaine avant la formation avec deux vignettes par pages, les mémos, les practicums (exercices à faire à deux ou trois), les tests psychotechniques.

Modalités et délais d'accès :

Inscription immédiate sur le site www.cefti.fr, avec 20 % à la commande et le restant avant la formation, facture envoyée de manière automatique.

Accessible à tout public respectant la cible (y compris personnes en situation de handicap), Les dates et lieux de formation sont clairement indiqués sur le site.

Lieu : Bègles et autres lieux selon session, voir notre site www.cefti.fr

Horaires : 9h30 à 17h30 jour 1 (7 H de formation) et 9H à 17 h le jour 2

+ 3 H de supervision en visio par groupe de 6

+ Certification si CPF.

Intervenants :

Valérie Henrotte : Psychologue clinicienne, psychothérapeute, formatrice, coach et consultante en entreprise, active en Belgique francophone.

Forte de plus de 20 ans d'expérience, elle intervient tant en cabinet qu'en entreprise, avec une approche intégrative centrée sur la thérapie des schémas, la gestion des émotions et la communication assertive.

Elle est également présidente de l'AFST (Association Francophone des Schéma Thérapeutes), structure qu'elle a fondée pour promouvoir cette approche en santé mentale.

Domaines d'expertise :

- Thérapie des schémas (adultes et adolescents)
- Communication et leadership en entreprise
- Coaching individuel et de groupe
- Formation en management et intelligence émotionnelle.

Tarif TTC (non soumis à la TVA) :

- 600 € pour les 2 jours + 3 h de visio à titre individuel et FIFPL
- 800 € pour les 2 jours au titre de la formation continue.
- 2400 € pour les 2 jours + 3 h de visio + certification avec prise en charge CPF (mon compte formation).

Les + de cette formation :

Acquérir des outils et protocoles pour enrichir la lecture de la souffrance humaine.

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

Interlocuteur, structure possible d'accueil, organisme ou référent à contacter, conditions d'accès, modalités d'accueil...`

Nos salles sont accessibles aux personnes à mobilité réduite : entrée plain-pied ou ascenseur, sanitaires adaptés, espaces modulables. Un aménagement spécifique peut être organisé sur demande auprès de la référente handicap.

Évaluation, suivi, bilan :

- Évaluation finale des acquis (quiz)
- Évaluation de satisfaction (Google Form le dernier jour)

Équivalences, passerelles possibles pour aller plus loin

Possibilité de se perfectionner avec la formation :

- Pratique à la Thérapie des schémas

Contact sous 72 heures

Responsable formation : Béatrice Perez-Dandieu

Service administratif : contactez-nous@cefti.fr - Site internet : www.cefti.fr