

# Développer la cohésion d'équipe



## Durée

2 jours  
(14 heures)



## Public visé

Entraîneurs sportifs



## Pré requis

Aucun



## Modalités pédagogiques

Présentiel



## Prix

1600 euros

Pousser la porte d'un stade et d'un vestiaire, enfiler un maillot, s'inscrire dans un groupe d'entraînement, s'insérer dans une équipe, c'est s'ouvrir au monde, vivre avec l'autre et accepter des règles communes. Mais cette démarche, cette communication et compréhension de l'autre, nécessaires au développement de la personne, ne sont ni aisés, ni simples. En effet, dans le cadre d'un sport collectif, il est demandé à des joueurs de jouer et travailler en équipe, de sortir de leur isolement et fonctionnement propre, de réfléchir à l'autre, de le servir et le mettre en lumière pour le bien commun, quitte parfois à se "renier" soi-même.

Pour ce faire, le joueur, quelles que soient sa personnalité et ses qualités, se doit d'avoir confiance en lui, mais aussi en l'autre.

La mission de l'entraîneur va donc être de créer un cadre collectif épanouissant et positif, dans lequel chacun va pouvoir trouver sa place et apporter ses compétences au groupe. À l'issue de sa formation, les coachs seront en capacité de créer une bonne cohésion d'équipe pour vivre une histoire et des émotions communes.



## Objectifs pédagogiques et contenu

### 1. MAÎTRISER LES FACTEURS NÉCESSAIRES À LA COHÉSION D'ÉQUIPE

- Identifier les 4 étapes de la construction et du fonctionnement d'un groupe
- Définir la posture de l'entraîneur qui favorise la cohésion d'équipe

### 2. DÉTERMINER LA PLACE DE CHACUN DANS LE COLLECTIF

- Prendre conscience des perceptions, représentations, besoins et émotions de soi et de l'autre
- Créer des activités qui favorisent le prise en compte de l'autre
- Évaluer les compétences sociales et affectives de chacun au sein du collectif
- Accepter les différences et la singularité de chacun pour créer l'identité de l'équipe

### 3. CO-CONSTRUIRE LE CADRE PERMETTANT LA COHÉSION D'ÉQUIPE

- Co-construire la vision, les valeurs et règles collectives de son équipe
- Définir ensemble des objectifs clairs et atteignables, individuels et collectifs
- Responsabiliser ses joueurs sur le bon fonctionnement de l'équipe

### 4. GÉRER LES CONFLITS

- Aborder le conflit comme un élément positif de la construction de l'équipe
- Repérer les éléments constitutifs d'un conflit
- Comprendre l'impact de nos émotions sur nos réactions
- Appliquer les principes d'une communication non violente

### 5. ADOPTER UNE POSTURE FAVORISANT L'EXPRESSION INDIVIDUELLE ET COLLECTIVE

- Initier une dynamique d'autonomie chez ses joueurs
- Veiller à la satisfaction des besoins de chacun
- Réguler les écarts de comportement des joueurs par rapport au cadre fixé
- Agir et communiquer en cohérence avec les principes de cohésion de son équipe

## Moyens pédagogiques et techniques

- Méthode interrogative et méthode active privilégiées : lien constant avec les situations vécues sur le terrain par nos apprenants
- Activités de réflexion et de partage en groupe
- Ateliers autour de vidéos pédagogiques
- Mise en situation sur le terrain

## Évaluation

- Quizz
- Mise en situation sur le terrain

### Contact

Pascal STEFANI  
06 67 47 59 34  
pascalstefani@liberoeducation.org

“ Une équipe, parce qu'elle est composée d'êtres humains imparfaits, est par nature dysfonctionnelle. Et pourtant, construire une équipe forte est à la fois possible et remarquablement simple.  
*(Patrick Lencioni, auteur américain sur la cohésion d'équipe en entreprise)* ”