

Le travail collaboratif =

- partage
- comm fluide
- exploitation de la diversité au sein de l'équipe.
- leader au sein de l'équipe
- écoute actif / attentif
- perceptive
- sens de responsabilité
- respect des autres
- gestion des conflits
- esprit critique
- objectivité
- sorties amicales
- environnement amical
- mettre un plan
être ponctuel

= synergie

=> atteindre
les objectifs
communs.

=> est un concept
fondamental pour
favoriser une atmosphère
de travail dynamique
et efficace.

=> elle repose sur
l'interconnexion des individus
permettant d'exploiter leurs
compétences variées.

⇒ au sein d'un groupe de travail il faut une collaboration efficace traduite par communication fluide et une répartition de tâche.

⇒ il faut encourager des échanges honnêtes et transparents et respect mutuel, et la promotion de la tolérance et renforcer la confiance entre les membres.

⇒ Pour créer une synergie, il faut ~~créer~~ mettre en œuvre une stratégie, avoir un team leader.

- classification des tâches.

- chaque membre du groupe doit être conscient de son point de vue de groupe.

- Pour renforcer l'équipe, il faut organiser des sorts de groupe.

- la répartition des tâches évite la chevauchement des compétences, et avoir une coordination entre les membres d'équipe.

- La synergie est un ensemble pour chaque

- organisation cherchant à optimiser sa performance sont les efforts combinés des membres de l'équipe pour avoir un résultat réussi.
- il faut mettre en place des plateformes de communication.

- Pour résoudre les conflits, la communication ouverte et l'écoute active sont indispensables
- le taux de la réalisation des objectifs
- le feedback (satisfaction)

Gestion de Stress : - Peur de l'avenir (inconnu)
et la capacité de s'adapter au Travail - Situation de pression

Stress: est un mal à l'aise physique lié à un événement quelconque.

- est une réaction naturelle, réflexe à un événement perçu comme une contrainte ou une menace (physique, émotionnelle ou psychique)
- est l'énergie du corps pour faire face à un événement critique

→ si mal géré il peut causer des maladies mentales et physiques (irritabilité, anxiété...)

Facteurs

- peur de l'avenir
- situation de pression au travail.
- environnement toxique
- manque de confiance
- mauvaise gestion de temps
- surcharge de travail
- manque de sommeil et mauvaise
- ~~mauvaise~~ gestion de l'alimentation
- hiérarchie

20)

- Hierarchie (tension entre individus, et pression exercée par les managers, et ~~ce~~ sensation d'urgence.)
- déséquilibre entre vie personnelle et professionnelle
- discrimination sociale et de couleur.
- manque de communication
- insécurité de l'emploi (manque de stabilité dû aux changements dans les entreprises)
- Environnement dangereux (guerres, ...)
- situation de travail non convenable
- ~~situation~~ de surmenage.

Solutions

- planification :
- Adopter un style de vie sain
- Sommeil suffisant
- etc discipline
- Bonnes Relations
- Apprendre à dire non d'une façon constructive
- Amélioration de l'environnement de travail
- Esprit Collectif - ~~séparer~~ entre la vie Perso / Prof

Leadership: ensemble d'aptitudes et d'attitudes
 le capacité de guider, motive un groupe
 de perso pour un objectif commun

Autocratie (Autoritaire
 management: gestion des individus
 → Centralisation totale de décisions
 (prend seul les décisions)
 → sans consulter les autres (unilatéral)

⇒ ^{récompenses} **Régides** ^{punitions}

* Démocratie (participative)
 - prend en considération
 les avis de l'équipe
 - un style
 dont le quel les
 membres ont
 un impact crucial
 dans la prise de
 décisions
 - tout les acteurs
 contribuent
 - ce qui enrichit la
 → favorise la collaboration
 → la flexibilité
 communication
 ouverte
 ⇒ le partage des responsabilités
 → ~~crise~~ gestion de conflit
 → la cohésion sociale
 → crée un climat sain
 → en quoi le leadership
 crée un
 renforce-t-il la
 cohésion sociale?
 →

- Gestion de temps;
 - Gpe - Stress
 Leadership

Transition:
 - processus décisionnelle
 lent
 → Pas adapté en cas
 d'urgences
 → Risque de conflit
 de désaccord
 → manque d'expertise

Comment la gestion de temps influence-t-elle
 la productivité en communication