

Bien Vivre et Réussir en Open Space

Lien : https://maroc-performance.com/formation/bien-vivre-et-reussir-en-open-space

DURÉE
2 jours (14h)

RÉFÉRENCE
QLA149

CATÉGORIE
Qualité de Vie au Travail

Maroc Performance

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Connaitre les règles de vie en open space
- Pouvoir favoriser un environnement serein et productif en open space
- Savoir faire face aux conflits et au stress en open space

POUR QUI ?

- Managers d’une équipe en open space
- Tout acteur travaillant en open space



Programme détaillé

1 / Cerner les enjeux du QVT dans un environnement d'Open Space

- Comprendre les enjeux spécifiques
- Identifier les avantages et les défis liés à ce type d'espace de travail

2 / Identifier les spécificités de l'Open Space

- Analyser les caractéristiques de l'open space : espace ouvert, proximité des collègues, etc
- Identifier les impacts sur la communication, la concentration et le bien-être

3 / Connaître ses besoins fondamentaux et reconnaître ceux des autres

- La recherche et l'exploration de ses besoins fondamentaux : physiques, émotionnels et spirituels
- La détection des besoins d'autrui, la synchronisation
- Les deux composants de l'humain : comportements/attitudes, motivations /valeurs
- La différenciation sur les jugements, opinions, sentiments et faits
- La chasse aux idées reçues

4 / Adopter les régles de vie pour soi et son équipe

- Pouvoir définir, appliquer et partager des règles de vie
- Savoir gérer les interruptions au travail
- Comprendre l’importance d’une posture assertive pour favoriser la collaboration
- Identifier ses irritants et ceux des autres
- Savoir partager, reconnaître et respecter les habitudes de chacun

Maroc Performance

- Définir la communication « non violente » et ses principes clés

5 / Organiser et "faire vivre" son espace de travail

- Aménager ses zones de travail
- Organiser son espace où il fait bon travailler
- S'adapter à son bureau nomade
- S'auto-conditionner pour augmenter son efficacité pratique et sa vigilance instantanée

6 / Développer une communication apaisée dans son espace de travail

- Apprendre les techniques de communication non violente et constructive
- Pratiquer l'écoute active et l'expression de ses opinions de manière respectueuse
- Faire face aux contradicteurs, aux interruptions
- Formuler un refus sans provoquer de tension

7 / Gérer le Stress en Open Space

- Identifier les sources de stress spécifiques à l'open space : bruit, interruptions fréquentes, etc.
- Proposer des techniques de gestion du stress adaptées à cet environnement

8 / Reconnaître et Gérer les Conflits

- Repérer les signes précurseurs de conflits en open space
- Acquérir des compétences de médiation et de résolution de conflits pour maintenir un climat de travail positif

Maroc Performance

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

24 au 25 Nov. 2026	Distanciel
18 au 19 Fév. 2027	Présentiel - Casablanca
20 au 21 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
17 au 18 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
17 au 18 Août 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Maroc Performance

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@maroc-performance.com
Web : https//www.maroc-performance.com

Maroc Performance — Tous droits réservés