

B2.12 Dynamique d'équipe et émotions



- ☐ Gérer les problèmes en équipe
- ☐ Parlez des états émotionnels
- ☐ Discuter des différences de personnalité

La dynamique de groupe	(Dynamika grupy)	Gérer	(Zarządzać)
Le leadership	(Przywództwo)	S'entendre	(Dogadywać się)
La résolution d'un problème	(Rozwiązywanie problemu)	Se méfier	(Być ostrożnym)
La critique constructive	(Konstruktywna krytyka)	Se confronter à	(Konfrontować się z)
Le désaccord	(Nieporozumienie)	Frustré (Frustrée)	(Frustrowany (Frustrowana))
La tension	(Napięcie)	Exigeant	(Wymagający (Wymagająca))
L'empathie	(Empatia)	(Exigente)	
L'initiative	(Inicjatywa)	Réservé (Réservée)	(Powściągliwy (Powściągliwa))
S'affirmer	(Asertywność)	Impliqué	(Zaangażowany)
		(Impliquée)	(Zaangażowana)

1. Zeskanuj kod QR, aby obejrzeć wideo, lub przeczytaj tekst. (QR: Audio)



Dans une équipe, un **conflit** peut commencer par une simple **tension** et évoluer vers une **crise**, surtout quand la **communication** se dégrade. Quand la situation dure et que l'ambiance se détériore, on parle d'**enlissement**. *Il faut réagir tôt* : identifier les causes, puis choisir le bon interlocuteur. Un salarié peut en parler à son manager, tandis qu'un manager organise des entretiens individuels et collectifs pour construire une solution gagnant-gagnant.

W zespole **konflikt** może zacząć się od prostego **napięcia** i przerodzić się w **kryzys**, zwłaszcza gdy **kommunikacja** się pogarsza. Gdy sytuacja trwa i atmosfera się pogarsza, mówi się o **impasie**. Trzeba zareagować wcześniej: zidentyfikować przyczyny, a następnie wybrać właściwą osobę do rozmowy. Pracownik może porozmawiać o tym ze swoim menedżerem, natomiast menedżer organizuje rozmowy indywidualne i zespołowe, aby wypracować rozwiązanie wygraną-wygrana.

- Quelle situation correspond à la « crise » dans un conflit au travail ?
 - Les collègues signent un accord écrit et le problème est clos.
 - La communication devient difficile et les échanges se bloquent.
 - Le conflit dure depuis des années, mais l'ambiance reste neutre.
 - Un simple désaccord apparaît, sans impact sur le travail.
- Quelle est la première étape recommandée pour gérer un différend dans l'équipe ?
 - Attendre que la situation se règle d'elle-même.
 - Chercher tout de suite un compromis sans discuter des causes.
 - Demander à un collègue de prendre parti publiquement.
 - Identifier la nature du conflit et ses causes.

1-b 2-d



2. Gramatyka: Ordres et conseils : il faut, merci de..., ne pas..., ...

Wyrażaj rozkaz, radę lub prośbę za pomocą fais, faites, il faut, veuillez, merci de.

1. Można wyrazić rozkaz za pomocą czasowników devoir i falloir (po których występuje bezokolicznik lub tryb łączący), a także za pomocą trybu rozkazującego i bezokolicznika.
2. Można złagodzić rozkaz wyrażony bezokolicznikiem, umieszczając na początku zdania prière de lub merci de.
3. Ponieważ tryb rozkazujący jest ograniczony do form tu, nous et vous, tryb łączący uzupełnia formy je, il/elle et ils/elles. Używa się go bez zdania nadrzędnego i wprowadza przez "que".

Gère la tension calmement (*Opanuj napięcie spokojnie*)

Affirme-toi sans agressivité (*Wyrażaj się asertywnie bez agresji*)

Écoutez les personnes réservées (*Posłuchajmy osób bardziej powściągliwych*)

Soyez empathiques avec l'équipe (*Bądźcie empatyczni wobec zespołu*)

Penses-y avant la réunion (*Pomyśl o tym przed spotkaniem*)

Il faut écouter l'équipe. (*Trzeba słuchać zespołu.*)

Tu **dois** rester constructif (*Ty musisz pozostać konstruktywny*)

Il faut que tu sois clair (*Trzeba, żebyś był jasny*)

Vous **devez** gérer le désaccord (*Państwo musicie poradzić sobie z niezgodą*)

Il faut que chacun prenne position (*Trzeba, żeby każdy zajął stanowisko*)

Merci de respecter les collègues (*Proszę szanować kolegów z pracy*)

Prière de parler calmement (*Prosi się o spokojne mówienie*)

Ne pas interrompre la discussion (*Nie przerywać dyskusji*)

Défense de critiquer gratuitement (*Zakaz bezpodstawnego krytykowania*)

Veuillez donner une critique constructive (*Proszę przekazać konstruktywną krytykę*)

Impératif (Tryb rozkazujący)

Il faut / devoir (*Il faut / devoir*)

Formes polies ou générales (*Formy grzecznościowe lub ogólne*)

Są też stałe wyrażenia służące do wydania rozkazu: Stop ! Silence ! Haut les mains !

1. _____ m'envoyer votre compte rendu avant 18 h, afin qu'on puisse préparer la réunion de demain. (*Proszę o przesłanie sprawozdania przed 18:00, abyśmy mogli przygotować jutrzejsze spotkanie.*)
a. Merci pour b. Merci à c. Veuillez de d. Merci de
2. Il faut que chacun _____ position sur les priorités, sinon on va relancer le même débat lundi. (*Trzeba, aby każdy określił swoje stanowisko w sprawie priorytetów, inaczej w poniedziałek wrócimy do tej samej dyskusji.*)
a. prend b. prendre c. prenne d. prendra

1. Merci de 2. prenne

Przepisz zwroty (QR: AI+)



1. (Il faut que) Tu écoutes l'équipe avant de prendre une décision.

(*Trzeba, żebyś wysłuchał zespołu, zanim podejmiesz decyzję.*)

2. (Impératif (nous)) Nous parlons plus calmement pendant les réunions tendues.

(*Mówmy spokojniej podczas napiętych spotkań.*)

3. (Veuillez) Vous devez éviter d'interrompre les collègues pendant la discussion.

(*Proszę unikać przerywania współpracownikom podczas dyskusji.*)

1. Il faut que tu écoutes l'équipe avant de prendre une décision. **2.** Parlons plus calmement pendant les réunions tendues. **3.** Veuillez éviter d'interrompre les collègues pendant la discussion.

Popraw błęd

1. Il faut que tu es clair en réunion.

Trzeba, żebyś był jasny na spotkaniu.

2. Merci de respectez les délais, s'il vous plaît.

Dziękujemy za dotrzymanie terminów, proszę.

1. Il faut que tu sois clair en réunion. **2.** Merci de respecter les délais, s'il vous plaît.

3. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- | | |
|-----------------------------|--|
| a. la critique constructive | 1. Il faut repérer tôt la tension : elle crée un climat lourd et bloque la coopération. |
| b. la tension | 2. Veuillez donner un retour précis visant à améliorer le travail, sans attaquer la personne. |
| c. s'entendre | 3. Merci de chercher un terrain d'entente pour collaborer efficacement malgré les différences. |

a-2 b-1 c-3

2. Notatka wewnętrzna - Zapobieganie napięciom w zespole projektowym (QR: Audio)

Wypełnij luki: désaccord, critique constructive, frustration, dynamique de groupe, leadership, gérer, tension

Dans plusieurs équipes projet, les RH constatent une hausse des malentendus après des périodes de forte charge. Les désaccords ne sont pas un problème en soi, mais ils deviennent coûteux quand la communication se dégrade et que certains se replient. Une (1) _____ saine suppose un cadre clair, un partage des décisions et un (2) _____ qui évite de laisser la (3) _____ s'installer.

À partir de ce mois-ci, merci de traiter tout (4) _____ en 48 h : clarifier les faits, formuler une (5) _____ et demander un point court si nécessaire. Il faut aussi repérer les signaux de (6) _____ et s'affirmer sans agressivité. En cas de blocage, parlez-en au manager : l'objectif est de (7) _____ le problème avant l'enlisement et de retrouver une coopération où chacun peut s'entendre.

W kilku zespołach projektowych dział HR zauważa wzrost liczby nieporozumień po okresach dużego obciążenia. Spory same w sobie nie są problemem, ale stają się kosztowne, gdy pogarsza się komunikacja i część osób się wycofuje. Zdrowa dynamika grupy zakłada jasne ramy, współdzielenie decyzji oraz przywództwo, które nie pozwala, by narastała frustracja.

Od tego miesiąca prosimy, aby każdy spór rozwiązywać w ciągu 48 godzin: wyjaśnić fakty, sformułować konstruktywną krytykę i w razie potrzeby poprosić o krótkie spotkanie. Trzeba też rozpoznawać sygnały napięcia (cisza na spotkaniach, oschłe wiadomości, unikanie) oraz asertywnie wyrażać swoje zdanie bez agresji. W razie impasu porozmawiajcie z menedżerem: celem jest zająć się problemem, zanim ugrzęźnie, i odzyskać współpracę, w której każdy może się porozumieć.

(1) dynamique de groupe, (2) leadership, (3) frustration, (4) désaccord, (5) critique constructive, (6) tension, (7) gérer

1. Quelles mesures concrètes propose cette note pour empêcher l'escalade d'un conflit, et lesquelles vous sembleraient les plus difficiles à appliquer dans votre équipe ?

3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

Prawda Fałsz

1. La personne pense que l'organisation quotidienne, avec un bref point chaque matin, pourrait aider à résoudre le problème.
2. Selon la personne, Léa prend facilement la parole et défend ses idées sans difficulté.
3. La tension est principalement due au manque d'implication de Paul dans le projet.

☐
☐

☐
☐
☐
☐

1-V 2-X 3-X

4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. En réunion, il faut que tu _____ la tension sans couper la parole aux collègues.

(Na spotkaniu trzeba, żebyś umiał(a) zarządzać napięciem, nie przerywając współpracownikom.)

a. gérar b. gérer c. gèses d. gères

2. Pour la dynamique de groupe, nous _____ mieux quand la critique constructive reste factuelle.

(Dla dynamiki grupy lepiej się dogadujemy, gdy konstruktywna krytyka pozostaje rzeczowa.)

a. nous entendons-nous b. nous nous entendions
c. nous nous entendons d. nous entendons

3. Avec un nouveau chef de projet très exigeant, il faut que vous _____ des interprétations et que vous demandiez des clarifications.

(Z nowym, bardzo wymagającym kierownikiem projektu trzeba, żebyście byli ostrożni w interpretacjach i prosili o wyjaśnienia.)

a. vous méfiez b. vous méfiez c. vous vous méfiez
d. vous vous méfiez

1. gères 2. nous nous entendons 3. vous vous méfiez

5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)



Recadrer une réunion qui dérape

Sonia (cheffe de projet): Karim, je te sens frustré depuis tout à l'heure et la dynamique de groupe se tend — peut-on clarifier ce désaccord ?

(Karim, czuję, że jesteś sfrustrowany od jakiegoś czasu i dynamika w grupie się napina — czy możemy wyjaśnić to nieporozumienie?)

Karim (réfèrent technique): Oui... je suis très impliqué, mais j'ai l'impression qu'on ne tient pas compte de mes alertes techniques ; je suis sans doute trop réservé pour m'imposer, et ça me met sous tension.

(Tak... jestem bardzo zaangażowany, ale mam wrażenie, że nie bierze się pod uwagę moich technicznych ostrzeżeń; pewnie jestem zbyt powściągliwy, żeby się przebić, i to mnie stresuje.)

Sonia (cheffe de projet): *Je comprends; en revanche, quand tu dis « ça ne marchera pas » sans proposer d'alternative, ça passe comme une critique sèche — je te le dis de façon constructive : j'ai besoin que tu t'affirmes plus clairement.*
(Rozumiem; z drugiej strony, kiedy mówisz „to nie zadziała” bez zaproponowania alternatywy, brzmi to jak sucha krytyka — mówię ci to konstruktywnie: potrzebuję, żebyś wyrażał się bardziej jasno i stanowczo.)

Karim (référént technique): *D'accord, je vais me confronter à la discussion : je propose qu'on gère le risque en réalisant un prototype cette semaine, et je prends l'initiative de documenter les points bloquants.*
(Zgoda, włączę się w dyskusję: proponuję, żebyśmy zarządzili ryzykiem, robiąc prototyp w tym tygodniu, i biorę inicjatywę, by udokumentować punkty blokujące.)

Sonia (cheffe de projet): *Parfait; je prends le leadership sur la décision : on valide le prototype, et on fait un point vendredi pour vérifier si on s'entend sur le plan et les responsabilités.*
(Świetnie; biorę odpowiedzialność za decyzję: zatwierdzamy prototyp i robimy podsumowanie w piątek, żeby sprawdzić, czy zgadzamy się co do planu i odpowiedzialności.)

1. Qu'est-ce qui crée la tension dans l'équipe, et quelle solution Sonia propose-t-elle pour résoudre le problème ?
-

6. Mówienie (QR: AI+)

À mon avis, il faut... / Je propose de... / Merci de bien vouloir...



1. Dans un projet, un collègue critique votre travail devant l'équipe et la tension monte - comment réagissez-vous pour gérer le désaccord et faire avancer la résolution du problème ?
-
2. Vous travaillez avec une personne très exigeante et une autre plutôt réservée - que faites-vous pour que chacun s'implique et que l'équipe s'entende malgré ces différences de personnalité ?
-

7. Pisanie: E-mail (QR: A1+)

Objet : Point rapide après la réunion

Bonjour,

Je te contacte car la réunion de ce matin était assez tendue. J'ai senti un **désaccord** persistant entre Karim et Julie sur les priorités, et plusieurs personnes sont restées très **réservees**. On risque de perdre du temps si on laisse la situation s'installer.

Est-ce que tu peux me dire ce que tu as observé de ton côté et me proposer une façon de **gérer la tension** ? Si possible, j'aimerais une piste concrète avant demain 11h (format : 5-6 lignes).

Merci,

Sophie Martin



Napisz odpowiednią odpowiedź: *De mon côté, j'ai observé que... / Il faut que nous clarifiions... sinon nous risquons de... / Merci de me dire si tu es d'accord pour que...*

Ważne czasowniki

je/j'

tu

il/elle/on

nous

vous

ils/elles

Gérer (zarządzać)

Present

gère

gères

gère

gérons

gérez

gèrent

S'entendre (się porozumieć)

Present

m'entends

t'entends

s'entend

nous entendons

vous entendez

s'entendent

Se méfier (ostrzegać się)

Present

me méfie

te méfies

se méfie

nous méfions

vous méfiez

se méfient