

Programme de la formation ou de l'atelier

Intitulé de la formation

Gestion de conflit

Durée

2 jours

Soit 14 heures

Public

Toute personne qui souhaite prévenir les conflits et les résoudre lorsqu'ils surviennent

Prérequis

Aucun prérequis

Objectifs / compétences visées

Objectifs opérationnels

Savoir se comporter de façon adaptée lors de la montée en tension pour éviter l'apparition du conflit. Savoir résoudre un conflit installé

Objectifs pédagogiques

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- Repérer les signes de risque de conflit et le process de mise en place de celui-ci
- Repérer les émotions en jeu et leur signification
- Appliquer les techniques de gestion des émotions et du stress
- Adapter sa posture pour éviter le conflit ou le résoudre
- Prendre des mesures après le conflit pour progresser

Contenu

J1 : le process de mise en place d'un conflit et comment l'éviter

- Les différents types de conflits
- La communication interpersonnelle, l'assertivité
- Les émotions en jeu
- Le process de mise en place du conflit
- Les techniques pour éviter la mise en place du conflit
- Plan d'actions

J2 : désamorcer le conflit

- Les 5 étapes de résolution de conflit
- Les techniques de gestion des émotions, pour soi, pour les autres
- L'apprentissage post-conflit pour éviter la répétition
- Complément d'apports en fonction des besoins
- Synthèse et ancrage des acquis

Méthodes

Apports théoriques, autodiagnostic individuels, échanges d’expériences, jeux de rôle, exercices, vidéos, élaboration de plans d’actions.

Moyens techniques et pédagogiques

Salle de taille suffisante pour réaliser des travaux en sous-groupes, munie de chaises et de tables, présentation power point, paper board ou tableau blanc, support de cours remis aux participants, fiches outils pour les exercices.

Modalités d’évaluation

J1 : quizz, définition du plan d’actions

J2 : quizz, retour effectif des plans d’actions

Modalités et délais d’accès

Demande de renseignement et inscriptions directement auprès de État d’Esprit Coaching (voir contact).

La mise en place de la formation est faite à partir de 6 inscriptions.

La formation a lieu à Lyon, dans une salle louée à cet effet. Le lieu exact est choisi en fonction du nombre de participants.

Les tarifs

220 euros pour les deux jours de formation (possibilité de paiement en 3 fois sans frais).

10% de réduction pour chaque personne que vous parrainez et qui s’inscrit à la formation.

Contact

Sylvaine Weber

Sylvaine.weber@orange.fr

06 15 88 08 31

Accessibilité aux personnes handicapées

Les personnes porteuses d’un handicap sont priées de le signaler lors de leur inscription de manière à valider avec la formatrice les possibilités de suivre la formation. Si nécessaire, un lieu de formation adapté facilitant l’accès de la personne sera envisagé.