

Durée : 2 jours.

Public :

Toute personne souhaitant prendre du recul sur sa communication dans un contexte difficile, appréhender les outils de gestion des conflits et gérer efficacement ses relations. Dernière MAJ : Avril 2024

Objectifs :

Décrypter les mécaniques des conflits, traiter et supprimer les tensions.
Anticiper les tensions et situations délicates et les désamorcer au plus tôt et acquérir les techniques indispensables pour résoudre les conflits ouverts.

Pré-requis :

Aucun prérequis n'est nécessaire pour participer à cette formation.

Méthodes :

Mise en situation sur des cas concrets, découvertes interculturelles avec des exemples issus des expériences des participants, alternance entre la théorie et la pratique.

Évaluation :

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers de multiples exercices, mise en situation et étude de cas à réaliser. Le formateur remet en fin de formation une attestation avec les objectifs acquis ou non par le stagiaire.
Dernière MAJ : Avril 2024

Agir efficacement : mieux communiquer

Autodiagnostic de personnalité, construire sa relation avec l'autre
Développer son attitude d'écoute (écoute active, passive et flottante)
Mesurer l'importance du non-verbal, gérer le stress des conflits et l'agressivité
Exprimer son ressenti pour décharger les tensions.
Comprendre et diagnostiquer la situation, l'assertivité et la dynamique de confrontation

Apprendre à gérer une communication interculturelle

Identifier et distinguer tempérament, comportement, humeur et différences culturelles
Les systèmes de communication pour se comprendre
Impact des religions sur les cultures
Prévenir l'escalade et anticiper sur les situations pouvant dégénérer

Se donner les moyens d'anticiper les conflits

Savoir s'affirmer pour mieux désamorcer les conflits
Remplacer la fuite, l'agressivité et la manipulation par l'assertivité
Apprendre à dire non sans provoquer de tension, adresser une critique constructive
Elaborer une stratégie d'intervention

Affronter un conflit

Faire face aux agressions, le contrôle émotionnel
Transformer l'agression en critique utile et constructive
Adapter son mode de traitement aux conflits, l'entretien préalable
Privilégier et être moteur de la négociation

Traiter le conflit violent

Faire face à la colère, la mauvaise foi, la confusion
S'approprier les outils de régulation
Savoir mettre un terme à un échange destructeur
Faire appel à un médiateur, sortir de l'impasse relationnelle

Modalités d'accès : Adeos valide avec le candidat, qu'il possède bien les compétences et les prérequis nécessaires au suivi de la formation.

Délais d'accès : Nous contacter.

Accessibilité aux personnes handicapées : Nos locaux sont aux normes d'accueil pour les PMR, pour les autres handicapés nous contacter afin de pouvoir adapter la formation ou bien vous orienter vers un organisme partenaire.