

Programme de formation

Gérer positivement les conflits en situation professionnelle

En équipe, entre deux collègues ou avec certains publics, il est courant de connaître des conflits en milieu professionnel.

Les situations de stress, de communication insatisfaisante ou d'objectifs contraires laissent parfois les professionnel·les dans une impasse.

Quelles clés pour débloquer le dialogue, faciliter l'expression et s'affirmer dans le respect de l'autre ?

Savoir appliquer une communication fondée sur l'authenticité, l'expression des émotions et l'empathie peut constituer une ressource déterminante.

Public

Professionnel·les et bénévoles de tous secteurs

Objectifs

- Connaître les mécanismes qui bloquent ou ouvrent la communication
- Comprendre les mécanismes du stress et de l'agressivité
- Développer son intelligence émotionnelle
- Trouver des solutions fondées sur le respect mutuel et le consensus

Méthodes pédagogiques

- Apports théoriques : éclairages psychosociologiques, pédagogiques, éducatifs, réglementaires
- Approche ludique et participative, adaptée aux situations rencontrées par les participant·es
- Études de cas, mises en situations, travaux en sous-groupes

Programme de formation

Gérer positivement les conflits en situation professionnelle

Qu'est-ce qu'un conflit ?

- Représentations et conflits
- Les causes d'un conflit
- Les besoins humains derrière le conflit

Développer la conscience de soi

- Comprendre ses propres réactions et émotions
- L'intelligence émotionnelle
- Stress et les émotions fortes : l'apport des neurosciences affectives et sociales

Privilégier la qualité de la relation

- Savoir distinguer les faits de nos interprétations et jugements
- La communication empathique
- Apprendre à s'affirmer dans le respect de l'autre avec les outils de la CNV
- Travail autour d'exemples de conflits et de situations vécues par les participant·es

Durée 2 journées (14 heures)

Lieu Marseille, Cité des associations ou dans vos locaux

Intervenantes

Alex Pommatau : animatrice de prévention et formatrice

Johanne Ranson : conseillère conjugale et familiale, formatrice

Possibilité de prise en charge par votre OPCO



ASSOCIATION L'ŒIL DU LOUP

Johanne Ranson 06 12 58 87 83 / contact@loeilduloup.fr