

Objectifs

- **Développer votre aptitude** à gérer des situations conflictuelles avec sérénité et efficacité,
- **Acquérir les méthodes et outils** de prévention des tensions et de gestion des conflits,
- **Gagner en confort et en efficacité** dans la gestion et la résolution des conflits.

Axes d'entraînement

1. Les sources de conflit et la dynamique du conflit

- La crise, ses causes externes, ses signes avant-coureurs et sa transformation en conflit,
- Votre responsabilité en cas de conflit, modes d'expression visibles et cachés d'un conflit,
- Les réflexes de base en situation conflictuelle,
- La résistance au changement : une des causes du conflit,
- La vigilance et les émotions : optimiser ces deux capacités,
- Développer les comportements efficaces dans des situations de tension, de conflit, d'agressivité,
- Différencier les faits des opinions.

2. Mieux vous connaître pour agir en situation de conflit

- Une méthode générale de traitement des conflits,
- Gérer efficacement les résistances, transformer la confrontation en collaboration,
- Gérer votre agressivité et faire face à celle exprimée par l'autre,
- Respirer mieux pour gérer votre stress et vos émotions,
- Quand et comment prendre de la distance physique et/ou affective,
- Les mots magiques et les questions à utiliser à bon escient,
- L'importance du non verbal qui crédibilise : l'attitude, les signaux positifs,
- Attention aux idées préconçues, aux solutions logiques, toutes faites, aux modèles,
- Gérer les excès émotionnels de l'opposant.

3. Construire de nouvelles relations

- Anticiper un conflit : une possibilité souvent efficace,
- Oser vous affirmer, demander, vous faire reconnaître, dire non,
- Les conflits avec soi-même, sources de conflits avec les autres,
- Les fausses idées et les erreurs de comportement à propos de l'affirmation,
- Consolider l'acquis en débriefant à froid pour consolider la relation,
- Le travail personnel en trois temps : Réfléchir, Agir, Débriefier.

Animation

- Mises en situation débriefées collectivement,
- Analyse de situations de conflits,
- Focus sur les situations concrètes de conflits individuels ou collectifs rencontrées par les participants, travail sur les réactions possibles.

2 jours - 14h
de présentiel

1290€ HT
Collations et déjeuners offerts

⊕ Renforcement distanciel
sur demande

Pour qui

Manager, cadre, chef de projet confronté à des conflits au sein de leur équipe.

Mises en application terrain et résultats

- ✓ Individualisation
8 participants maximum
- ✓ Concret
Solutions et prises de décisions
- ✓ Entraînement et mise en œuvre
Acquis applicables en situation de travail

Parmi les consultants



Karine de Bettignies



Sylvie Sarda

1. EN AMONT

“ 15 minutes d'échange téléphonique pour définir mes objectifs.

“ J'ai pu mettre des mots sur des situations que je souhaite améliorer.

2. PRÉSENTIEL

“ Ludique, visuel, digital, j'apprends comme je travaille.

“ Tout pour la mise en action, le groupe me permet de trouver des solutions

“ J'ai été surprise et je me suis surprise

3. A DISTANCE

“ Un condensé vidéo de nos échanges et des points saillants de la formation pour les voir et revoir et faciliter la mise en pratique.

“ Le consultant reste disponible pour m'aider dans la mise en pratique

Sessions Paris 2020

20-21 janvier
3-4 février
16-17 mars
2-3 avril
4-5 mai

18-19 juin
9-10 juillet
24-25 août
17-18 septembre
12-13 octobre

5-6 novembre
16-17 novembre
10-11 décembre



Facile d'accès

- Opéra
- Auber
- Chaussée d'Antin - La Fayette

5, rue du Helder, 75009 Paris

Tél. 01 70 38 21 10

Réserver votre session en ligne :

▶ <https://www.devop.pro/formation/prevenir-gerer-conflits-quotidien-managers.html>