

GESTION DE CONFLIT ET DE L'AGRESSIVITÉ (2 jours)

Le conflit est au centre des relations humaines et trop de gens se trouvent démunis quand il s'agit de le gérer efficacement. Par une approche globale et pragmatique, basée sur des cas concrets partagés par des participants de tout âge et de tout milieu pendant des dizaines de formations données depuis 2005, les outils que je propose permettent de percevoir et de gérer les situations conflictuelles de manière plus sereine et plus efficace, que ce soit au niveau professionnel ou privé.

Pendant ces 2 journées, les participants seront invités à changer leur perception du conflit, à prendre leur part de responsabilité dans son processus de création et de résolution, et de découvrir quelques outils de gestion issus des pratiques de Communication Non Violente (CNV).

Public cible :
✓ Toute personne désireuse d'améliorer ses relations interpersonnelles et de découvrir l'utilisation d'outils de communication non violente.
✓ Groupe limité à 12 personnes

Durée : 2 jours.

Objectif :
✓ Comprendre et mettre en œuvre les stratégies de résolution de conflit adaptées aux différentes situations.
✓ Développer un mode de fonctionnement préventif par rapport au risque de conflit.
✓ Comprendre les principaux types d'agressivités et identifier les différents moyens adaptés d'y répondre.

Programme* :
✓ Comprendre la **dynamique** du conflit et ses pièges.
✓ Influence de nos **filtres** personnels.
✓ Notions de **responsabilité**.
✓ L'**interprétation** en tant que principale source de conflit.
✓ Notions d'**assertivité** et structure d'un message assertif (CNV).
✓ Notions de Leadership situationnel (Uniquement pour les managers et chefs d'équipes).

* Le contenu varie en fonction des situations partagées par les participants.

Méthode :
✓ Alternance de moments de théorie, de partages en groupe et d'exercices pratiques d'intégration.
✓ Pas de PowerPoint soporifique