



FORMATION

TRANSFORMER LE CONFLIT EN OPPORTUNITÉ



OBJECTIF

Développer sa capacité à dénouer les situations relationnelles conflictuelles dans son environnement professionnel pour en tirer des solutions, des conséquences positives



PUBLIC CIBLE

Toute personne amenée à interagir avec un ou plusieurs interlocuteurs dans son environnement professionnel

MÉTHODOLOGIE

Notre méthode ludique et pédagogique incomparable s'appuie sur des exercices et mises en situations issus de l'improvisation théâtrale.

Des apports théoriques et outils concrets viennent en support des mises en pratique.

- * **Durée** : 2 jours soit 2 x 7 heures
- * **Tarif** : inter 965€ HT en individuel
intra 3240€ HT pour un groupe jusqu'à 10 participants
- * **Pré-requis** : aucun
- * **Format** : présentiel
- * **Lieu** : Lille
- * **Délais d'accès** : 15 jours
Admission après entretien d'analyse des besoins
- * **Prise en charge** : OPCO et FAF possible

JOUR 1

RECONNAITRE ET VERBALISER SES ÉMOTIONS ET SES BESOINS

- * Développer son intelligence émotionnelle
 - o Comprendre les mécanismes de stress
 - o Intégrer la notion de contamination émotionnelle
 - o Conscientiser les mécanismes de l'empathie
- * Gérer l'impact émotionnel et personnel du conflit
 - o Prendre conscience de la propension naturelle à juger, interpréter et projeter
 - o Savoir être factuel
 - o Identifier les causes fondamentales d'un dysfonctionnement ou d'une situation problématique
- * Être aligné et authentique
 - o Savoir exprimer ses ressentis et ses besoins
 - o Oser verbaliser pour dédramatiser
 - o Dédramatiser

JOUR 2

ADAPTER SA COMMUNICATION POUR FACILITER LA RÉOLUTION

- * Maîtriser ses communications verbale, non verbale et paraverbale pour impacter
 - o Reconnaître le profil de personnalité de son interlocuteur
 - o Réguler sa voix pour être porteur de solution
 - o Prendre conscience de l'impact du silence sur soi et sur la communication
 - o Ajuster sa dynamique corporelle
- * Développer son assertivité
 - o Exprimer clairement et efficacement ses idées sans les imposer
 - o Mesurer la portée de ses mots
 - o Intégrer la communication non-violente
- * Créer une vision commune
 - o Savoir mobiliser les idées de l'autre pour être constructif
 - o Donner du sens
 - o Susciter l'adhésion, l'engagement

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- * Tests d'évaluation des acquis
 - Mises en situation
 - Questionnaire à réponses courtes
- * Évaluation de la satisfaction
 - * Émargement
 - * Attestation de formation