

LA FORMATION

« Prévenir et Réguler les conflits relationnels au travail »



À propos

Les tensions, les conflits constituent une part active dans les relations interpersonnelles au travail.

Bien au-delà de l'importance de les désamorcer, ils s'invitent comme une opportunité à re-définir des nouvelles règles, et à ré-interroger les pratiques de communication et relationnelles.

Les atouts

de la formation

Elle permet de :

- Identifier et de comprendre la mécanique des conflits humains et leurs effets.
- Capter les signaux d'alerte : indicateurs de stress.
- Renforcer la confiance en soi et celle mutuelle.
 - Adopter une posture + productive et + efficiente à la résolution.
- Enrichir, développer un mode de communication bienveillant et assertif.
- Développer la prise de hauteur.
- Mettre en action des pratiques relationnelles + respectueuses et durables entre pairs.

Les objectifs pédagogiques :

- Diagnostiquer et analyser la mécanique du conflit : différents niveaux et typologies.
- Identifier les outils et techniques adaptés pour désamorcer, prévenir et réguler les situations à risques de conflit où avérées.
- Dompter les émotions actives et les comportements affiliés.
- S'approprier une démarche éthique et durable de résolution.

PROGRAMME :

Journées (modulables)

• **Conflit dans toutes ses dimensions ! L'explorer pour agir.**

Le conflit n'arrive jamais seul : tour d'horizons des sources et autres composantes...sous zones d'influences

Zoom sur la mécanique : une logique d'impacts à différents niveaux, humain et organisationnel.

La danse du conflit : Processus, part émotionnelle et dynamique interactionnelle

Les différentes typologies : de la spirale négative au conflit constructif !

• **Les ressources et les potentialités mobilisables : sur quoi je peux m'appuyer pour agir**

Exploration des mécanismes de défenses, les émotions liées et « l'auto-régulation »

Comprendre et rencontrer l'autre : visite guidée de la carte du monde de chacun

Mais sur quel pied danser : orientations et stratégies...à chacun son style !

Des appuis extérieurs possible ? Intervention d'un tiers

• **Les techniques et outils pépites : disposer des ressources complémentaires pour agir**

Stratégies et processus de dénouement : cadrage méthodologique et feuille de route...des préparatifs incontournables

Définir et préparer sa rencontre coopérative : se mettre sur la bonne fréquence avec la calibration, l'affiliation et l'auto-centrage et +

Cap sur les outils éthiques et durables pour rejoindre et construire une attitude et des comportements collaboratifs : mise en œuvre d'un processus écologique et communication assertive associée depuis l'auto-empathie - empathie, écoute active, les reformulations

- **La dimension écologique du conflit : permettre d'anticiper et projeter la compétence de résolution**

Prévenir vaut mieux que guérir : les règles d'or !

Le conflit une logique d'apprentissage : les bonnes pratiques (?)

Mettre en place la capitalisation de l'expérience les bonnes pratiques dans mon contexte professionnel.

OUTILS ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES :

- Temps d'échanges et partage d'expériences
 - Apports théoriques et méthodologiques
- Expérimentations de situations et méta-lecture
- Projection des actions à mettre en œuvre dans sa pratique professionnelle

MODALITÉS D'INTERVENTIONS :

En groupe de 5 à 10 personnes

- En INTRA / EXTRA + hors les murs
 - INTER suivant les dates
- L'apport des situations professionnelles est un pré-requis
 - Ethique professionnelle & Confidentialité

MODALITÉS D'ÉVALUATION :

- Tour de piste du positionnement individuel inclusif début et fin du cycle via Fiche de situation professionnelle®
 - Attestation de fin de formation (à la demande)
- Questionnaire qualité / an (commanditaire - stagiaires)

DURÉE ET DATES :

14h

INTER : selon calendrier

DEVIS :

Devis à la demande

Les interventions pédagogiques comprennent un temps préparatoire - animation et accompagnement - suivi



Vous avez des questions ?
Contactez-nous pour en discuter !

CONTACT : Karine Diz - 06 60 71 40 29 - karinedizpdl@gmail.com