Quelques clés pour éviter les conflits ... ou les gérer !

RÉF | 4666

OBJECTIF ET CONTENU

Objectif

· Apprivoiser le conflit, · Le percevoir en tant qu'opportunité, · Savoir décoder son origine, · Se comporter de manière positive face à un comportement agressif, passif ou manipulateur, Discerner les solutions durables pour sortir d'un conflit de groupe.

Programme

Décoder le fonctionnement du conflit
Le conflit fait souvent peur : peur de s'affirmer, peur de générer de la souffrance chez soi et/ou chez les autres, peur du changement... Apprivoiser le conflit, c'est dédramatiser et changer notre vision sur sa signification.
Analyser l'origine et les causes du conflit
Dans quel type de conflit sommes-nous ? Quelles sont les causes ? Les réponses à ces questions nous donneront de précieuses informations pour adopter une stratégie.
Les phases du conflit et les leviers disponibles
Chaque conflit se déroule selon un processus plus ou moins semblable. Comment agir différemment selon les phases ?
Mieux se connaître face aux situations conflictuelles
Comment je me positionne dans un conflit ? Certaines attitudes peuvent faciliter la gestion du conflit selon les circonstances et les objectifs.
L'écoute active au centre de la relation
Pour pouvoir dialoguer, il faut d'abord savoir écouter.
Reconnaître ses besoins et ceux des autres
Lorsque les émotions sont présentes, les paroles ne reflètent pas toujours le fond du problème. Se centrer sur les besoins ouvre la porte à des solutions
S'exprimer dans le respect de soi et de l'autre
Approche de techniques telles que l'assertivité ou la Communication Non Violente.
Tirer parti de ses émotions perturbatrices
Quelques bonnes pratiques pour calmer nos émotions.
Adopter un comportement constructif, en situation
Construire ensemble des solutions incite à les adopter plus facilement.
Gérer un conflit de groupe par la méthode gagnant/gagnant.
Une méthode élaborée par Thomas Gordon pour résoudre un

conflit de groupe

Méthodologie
Prise de connaissance de la matière amenée par des exercices individuels et en groupe. Mises en situation suivant le vécu des participants. Jeux de rôle filmés et analyse des enregistrements. Feedback des participants et du formateur. Echange des expériences.

Type de formation Institutionnel

ORGANISATION

Durée 2 jours

Horaire en journée 9h - 16h30

Début 13 et 20 novembre 2023

Coût 370 € la session

CONDITION D'ADMISSION

Prérequis administratifs Pour les particuliers avec activité professionnelle ou les entreprises souhaitant former leur personnel.

Remarques Agents amenés à prendre certaines responsabilités au niveau de l'encadrement de personnel ou de la gestion du matériel.

EN PRATIQUE

Pour s'informer et postuler Contactez l'organisme
entreprises@bruxellesformation.brussels

Organisme **Bruxelles Formation - BF entreprises**
Rue de Stalle 67
1180 Uccle

Tél: 02 371 73 50
http://www.bruxellesformation.be

Pour connaître les dernières informations publiées, consultez cette fiche sur Dorifor.be © Bruxelles Formation