



## PEDAGOGIE

-Un formateur

-Mises en situation à partir d'expériences réelles

-Outils pratiques à utiliser dès le retour sur poste

## NOMBRE :

- 10 participants maximum

## OBJECTIFS :

-Être capable de réagir en cas de conflit dans une équipe, en tant que manager mais aussi en tant que collègue

-Mieux se connaître et utiliser son intelligence émotionnelle dans la vie de tous les jours

-Devenir force de proposition pour le bien-être d'une équipe

## PRIX :

Pour un groupe – intra ; dans locaux de l'entreprise : 890 €

## DUREE :

1 Jour : 9h - 17h

Titre de la formation :

## « GERER LES TENSIONS ET DEPASSER LES CONFLITS AU TRAVAIL »

### Au programme :

- 1/ Présentation des assistants, attentes de chacun et objectifs.
- 2/ Réflexion sur le conflit : Typologie, origines, causes directes et indirectes et impacts. Etude de cas de conflits récurrents.
- 3/ Comprendre ses réactions face aux conflits : analyse de nos postures. Comment changer sa perception ?
- 4/ Comment réagir face au conflit ? Si nous sommes témoins ou acteurs ; si nous sommes managers ou collègues.
- 5/ Mieux communiquer. Travailler sa communication verbale et non-verbale.
- 6/ Appréhender son intelligence émotionnelle.
- 7/Transformer le conflit en opportunité. Savoir l'éviter et travailler au bien-être de l'équipe.

### Cette formation est :

- vécue par les équipes comme un moyen de **consolider leurs liens.**
- appréciée pour sa **durée adaptée** aux emplois du temps chargés de chacun.