

100%

FORMATION

Découvrez les nouveautés
du dispositif 2018 - 2019

100 %

FORMATIONS

- ♦ PRÉSENTIELLES
- ♦ DIGITALES TUTORÉES
- ♦ CLASSES VIRTUELLES
- ♦ BLENDED LEARNING

FORMATS VARIÉS

- ♦ CONTINUS
DISCONTINUS
- ♦ EN CENTRE
DE FORMATION
- ♦ EN ENTREPRISE

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Repérer et diagnostiquer les différents types, niveaux et sources de conflits ;
- Identifier les solutions de régulations et les comportements adéquats pour sortir des conflits ;
- Savoir rétablir une communication positive, gagner en efficacité dans la gestion de conflits en maintenant sa légitimité managériale.

PRÉ REQUIS

Il peut être intéressant d'avoir suivi au préalable la formation « Mieux se connaître et gérer ses émotions pour bien manager »

DURÉE

14 heures

PROGRAMME DÉTAILLÉ

Jour 1 : matin

Comprendre les conflits

- Les causes des conflits
- Les conditions de travail génératrices de conflits
- Les stades d'évolution du conflit et les types d'interventions
- Les impacts positifs du conflit
- Les spécificités du conflit en groupe

Exemple d'atelier : Etude de cas

Jour 1 : après-midi

Mieux se connaître face aux conflits

- Les états du moi : atouts et risques de notre personnalité
- Nos conflits mal gérés : quels enseignements
- Evaluer notre propension à entrer dans des jeux psychologiques

Exemple d'atelier : le jeu des baguettes et l'importance de la communication non verbale

Prendre du recul face aux conflits

- Explorer les 4 accords Toltèques, règles de sagesse
- Prévenir et gérer son stress et celui de ses collaborateurs
- Appliquer des techniques de respiration et de relaxation

Exemple d'exercice : expulser les émotions négatives avec la relaxation dynamique

Jour 2 : matin

S'affirmer dans les conflits

- Les 5 types de gestion du conflit, leurs atouts et leurs limites
- Prendre du recul avec la séquence émotionnelle
- La négociation raisonnée : un outil au service de la créativité
- Le DESC : un outil au service de l'assertivité
- Développer son assertivité : savoir demander, refuser, recadrer, exprimer son point de vue

Etude de cas : sortir d'un racket sans rompre la relation

Jour 2 : après-midi

Prévenir les conflits en équipe

- Faciliter l'inclusion, le contrôle, l'ouverture
- Faciliter et autoriser l'expression des accords et des désaccords
- Savoir réguler et recadrer en équipe
- La stratégie des alliés : gérer les énergies du groupe

Exemple d'atelier : animer une réunion houleuse

LIEU

En Ile-De-France : Nos bureaux sont situés au 5 Avenue du Général de Gaulle - 94160 St-Mandé (50 mètres du métro Saint-Mandé Ligne 1).

Nous pouvons aussi organiser les formations sur Paris ou Région-Parisienne.

En dehors d'Ile-De-France : Lyon, Marseille, Lille, Toulouse, Bordeaux, Strasbourg, Nice, Toulon, Montpellier (Nous travaillons avec des sociétés prestataires de location de salles sur ces villes).

La formation peut aussi se dérouler en intra-entreprise sur toute la France (avec exclusivement des salariés de votre entreprise) en vos locaux ou à l'extérieur de vos locaux.

HM Formation s'assurera que l'entreprise cliente dispose des moyens techniques afin de pouvoir accueillir la formation.

ÉVALUATION

Un tour de table pour recueillir les ressentis et propositions éventuelles d'amélioration puis une évaluation écrite. L'ensemble de la formation et les évaluations écrites puis orales feront l'objet d'une synthèse complétée par un auto-évaluation des acquis en fin de formation.

FORMAT DE LA FORMATION (Inter, Intra, Digitale...)

INTER et INTRA-ENTREPRISE