

**Public**

Tout Public



# Gestion des conflits

**Prérequis**

Aucun

**Durée**

14 heures

**Prix**

À définir

## Objectifs

- Acquérir une méthode et des outils permettant d'intervenir efficacement dans ma gestion de conflits
- Engager avec aisance le dialogue avec autrui
- Écouter et reformuler
- Maîtriser ses émotions

## Programme

### Journée 1

#### Les différents types de conflits :

- Définition d'un conflit
- Les conflits et leur cause
- La naissance d'un conflit
- Les éléments à observer et à analyser

#### Reconnaitre et exprimer ses émotions :

- Faire descendre la tension avant d'agir
- Reprendre possession de ses émotions
- Canaliser ses émotions
- Besoins de reconnaissance

#### L'après conflit :

- Tirer des leçons et prendre conscience pour progresser.
- Consolider l'acquis par une pratique partagée.

### Journée 2

Retour sur expérience

Ancrage des compétences acquises au cours de la première journée

Echanges de pratiques

Mise en place d'un plan d'actio



## Méthodologie

Groupe de 5 à 10 personnes.

Une formation interactive basée sur des échanges entre le formateur et les participants pour une formation « sur mesure » et adaptée au terrain. Alternance d'exposés, questions-réponses, exercices et mises en situation.

### Modalités d'évaluation :

Questionnaire de satisfaction  
Evaluation des acquis de formation

### Livrables

Support de formation  
Attestation de fin de formation

### Modalités d'accès :

Intra ou inter entreprise  
Nous contacter par mail ou par  
téléphone

### Délais d'accès :

1 mois

### Contact :

**Clément Pinet**  
Service formation  
formation@cform.fr

### Accessibilité :

Pour les personnes en situation de handicap, vous pouvez contacter,  
**Clément Pinet, référent handicap**  
c.pinet@cform.fr  
0692 66 91 90

### CHIFFRES 2022

**90,7% de satisfaction**  
-  
**44 stagiaires formés**

