



# Conflits

## Comprendre et gérer les situations explosives

Simple désaccord ou spirale infernale et violente, le conflit fait partie de la vie. Sous réserve que les protagonistes aient la volonté et la capacité de trouver une issue positive, il devient un passage utile et nécessaire vers de nouvelles relations, une évolution personnelle, un nouvel équilibre... Cela s'apprend !

### Objectifs

- Savoir identifier les conflits et leurs différentes étapes
- Comprendre son propre rôle dans le conflit
- Identifier les différents comportements polluants et leurs déclencheurs
- Maîtriser les outils de communication spécifiques au conflit
- Savoir aborder, traiter et sortir des conflits

### Contenu

#### Introduction

Objectif : Découvrir le module et partager les attentes

- Présenter le module, son déroulement et son calendrier
- Quiz de positionnement

#### Acte un : "Du JEU au JE"

Objectif : Comprendre les mécanismes du conflit, ses causes, son évolution et les peurs qu'il réveille.

- Les mises en situation et jeux de rôles
- permettront de répondre aux questions :
  - Qu'est-ce que le conflit ?
  - Quelles en sont les véritables causes ?
  - Comment évolue-t-il ?
  - À quoi nous sert-il ?
  - Quelles sont nos peurs ?

#### Acte a deux : "Des conflits et des Hommes"

Objectif : Identifier les comportements, gérer le stress et adopter une communication non-violente pour traverser et résoudre le conflit.

- Les types de comportements et leurs déclencheurs
- Gérer son stress pour une communication non-violente
- Réagir dans le conflit... et gérer l'après-conflit
- Les règles de base de la médiation et de l'arbitrage

#### Acte toi : "Du Scénario à l'Action"

Objectif : Construire un plan d'action personnalisé pour progresser durablement.

- Bilan et conseils personnalisés
- Définition des plans d'action individuels

#### Acte carte : "A chacun sa mise en scène"

Objectif : Bénéficier d'un coaching individuel pour ajuster et renforcer son plan d'action.

- Coaching individuel d'une heure pour chaque participant, visant à suivre et/ou à corriger les plans d'action.
- Cette journée sera programmée dans un délai de 3 mois après la formation.

### Conclusion

Tour de table, quiz de positionnement, évaluation à chaud et à froid

### Le plus Pédagogique

- "Théâtralement vôtre" est une approche pédagogique basée sur la mise en situation directe et l'apprentissage dans l'action.
- Les scénarios prévoient une implication progressive des stagiaires qui permet d'évoluer de situations neutres vers des scénarios de plus en plus proches des difficultés de chacun.
- Coaching individuel en fin de parcours

#### PUBLIC & PRÉREQUIS

Ce programme s'adresse à tous ceux dont les conflits, mal gérés, encombrant l'existence et nuisent à l'efficacité de l'entreprise.

En groupe de 5 à 8 personnes

#### DURÉE

2 jours + 1 jour en coaching

Présentiel – intra entreprise

TARIF Nous contacter

#### FORMATEUR

Formateur expérimenté, spécialisé en gestion de conflit et coaching

#### ACCESSIBILITÉ

<https://www.envoll.fr/pages/handicap>