

Objectifs



- Il s'agit de vous permettre en fin de formation de
- Comprendre votre mode de fonctionnement et vos stratégies conflictuelles
 - Mieux gérer les situations conflictuelles
 - Rebondir pour aboutir à une situation positive qui préserve chacun

Contenu



- Situer la naissance des conflits dans la relation hiérarchique
- Comprendre les bases de la communication verbale et non verbale
- Développer l'affirmation de soi dans la considération d'autrui
- Gérer ses émotions afin de mieux les contrôler en situation
- Calmer les tensions, l'agressivité et éviter les pièges
- Apprendre à communiquer sereinement sur les raisons des conflits
- Développer son sens de la négociation pour rester dans le cadre

Outils



- Remise d'un support pédagogique complet
- Apports théorique par pédagogie interactive avec exemple et cas concrets
- Analyse de pratique à partir des cas vécus
- Écoute et entretien d'explicitation
- Gestion du stress par la respiration et la concentration

Engagement : valoriser et assurer la confidentialité des échanges

Organisation



- Formation de 3 jours (inter, intra ou individuelle)
- Date sur demande
- Lieu de formation : en salle sur site ou à Marseille
- Formatrice **Ronie bouchon**, Master Management des organisations, Master Consultant en organisation, Master Coaching

Contact

Ronie BOUCHON
contact@arianesud.com

06 62 83 44 92
www.arianesud.com