

GÉRER LES CONFLITS

Image not found or type unknown



OBJECTIFS

Formation de 2 jours qui vous permettra de **comprendre et assimiler les mécanismes de l'agressivité en situation professionnelle**

Comprendre et assimiler les mécanismes de l'agressivité en situation professionnelle

Développer des comportements adaptés et efficaces face à l'agressivité

Faire évoluer les situations conflictuelles de façon positive

Gérer l'après conflit

Image not found or type unknown



PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne désirant suivre une formation dans ce domaine

Groupe de 5 à 10 personnes maximum

Image not found or type unknown



DURÉE

2 jours

Image not found or type unknown



PRÉREQUIS

Aucun

Image not found or type unknown



COÛT

Nous consulter

Image not found or type unknown



PROGRAMME

Les caractéristiques de l'agressivité au travail

Facteurs déclencheurs

Les trois formes de la violence

Les différentes catégories d'agresseurs

Atelier : échanges et analyse des situations d'agressivité vécues par les participants

Évaluer votre mode de fonctionnement face à l'agressivité

Déceler vos facteurs de stress au travail

Connaître vos "embrayeurs" émotionnels et vos réactions face aux situations de tensions

Définir vos limites et votre résistance aux agressions

Réalisation : autodiagnostic de son mode de fonctionnement en situation de tension

Renforcer la maîtrise de soi

Gérer votre stress en phase d'alarme

Gérer vos émotions : la peur et la colère

Renforcer votre potentiel par la maîtrise de soi

Atelier : développer votre potentiel en situation de tension

Prévenir et désamorcer les situations agressives

Situations agressives les plus courantes

Indices d'un comportement "à risque"

Les différentes étapes qui mènent à la violence

Analyser la situation et les paramètres en jeu

Refuser "l'escalade"

Mettre en place une communication efficace et positive

Utiliser les règles de l'autoprotection

Acquérir des automatismes

Simulation filmée : avoir la bonne réaction face à l'agression

Gérer l'après conflit

Savoir vous protéger psychologiquement

L'importance de l'équipe

Savoir analyser et gérer vos réactions, vos comportements et vos émotions après l'agression

Connaître les éléments de base de la communication non violente

Image not found or type unknown



DES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Les outils sont basés sur des exercices pratiques et de nombreuses simulations pour que tous les participants puissent s'exprimer

Image not found or type unknown



CONTACT

Formeum

Tél. 04 66 879 624