

AFFIRMATION DE SOI ET GESTION DE CONFLITS

OBJECTIFS

- ✓ Permettre aux participants d'expérimenter des techniques qui leur permettront de s'affirmer lors de situations relationnelles tendues.
- ✓ Ces techniques appliquées en situations professionnelles permettent :
 - De découvrir les stratégies, les enjeux conscients et inconscients qui se cachent derrière les conflits,
 - D'analyser lucidement les facteurs personnels de manque ou d'excès de confiance en soi devant les conflits,
 - De développer ses capacités à mettre en place des conditions objectives de résolution de conflits efficaces.
- ✓ De décider d'optimiser de nouvelles stratégies d'action.

PUBLIC

- Tout public cadre souhaitant améliorer son relationnel en situations difficiles.

CONTENUS

Alternance entre :

- Apports théoriques,
- Mise en situation,
- Et échanges d'expériences.

SUPPORTS ET MATERIEL

- Exposés avec paper-board, vidéoprojecteur
- Études de cas
- Jeux de rôles avec caméscope
- Exercices individuels et en groupes suivis d'analyse

Les mises en situation étant d'autant plus efficaces qu'elles sont proches de la réalité quotidienne des stagiaires, il est souhaitable que chacun apporte et partage ses expériences et ses difficultés avec le groupe.

FILIERE

**MANAGEMENT ET RESSOURCES
HUMAINES**

PRE REQUIS

VALIDATION DES ACQUIS

Attestation de fin de stage

MODALITES PRATIQUES

Durée : 2 jours

Coût : 680 € HT/ personne

Inscriptions :

AFPI ARTOIS DOUAISIS

ZAC DU BORD DES EAUX BP 29

62251 HENIN BEAUMONT CEDEX

Tél : 03 21 13 10 00 Fax : 03 21 13 10 01

PROGRAMME DETAILLE

➤ ANALYSER UNE SITUATION CONFLICTUELLE

- Á partir des situations vécues, prendre conscience et détecter les mécanismes du conflit.
- Identifier les facteurs, attitudes, profils réactionnels qui interviennent dans le déclenchement des conflits.

➤ SAVOIR REALISER L'AUTO DIAGNOSTIC DE SON COMPORTEMENT FACE AUX CONFLITS

- Á partir de tests, faire l'analyse de son comportement.
- Points forts et axes de progressions à développer.

➤ UTILISER LES TECHNIQUES DE L'ASSERTIVITE POUR S'AFFIRMER DANS SON ENVIRONNEMENT

- Affirmer ses droits, sa légitimité en étant conscient de ses responsabilités.
- Développer ses attitudes relationnelles.
- Adapter son style de management.
- S'exprimer de manière claire et respectueuse.
- Établir des relations gagnants-gagnants.

➤ UTILISER LES OUTILS DE RESOLUTION DE CONFLITS

- Mettre en œuvre ses nouveaux savoir-faire pour :
 - Anticiper, désamorcer un conflit
 - Identifier les causes réelles de désaccord
 - Faire passer des messages
 - Faciliter des accords entre les parties