

Communication interpersonnelle

Gérer les conflits avec diplomatie et efficacité

 1 Jour (7h)  jusqu'à 10 participants (+2)  890 € (+ 75€/sup.)



Objectifs :

- Identifier les sources et mécanismes des conflits,
- Adopter une communication constructive face aux désaccords,
- Prévenir l'escalade et restaurer la coopération,
- Renforcer ses compétences relationnelles et médiatrices.



Public cible :

- Managers et encadrants,
- Collaborateurs confrontés à des désaccords récurrents,
- Toute personne souhaitant développer ses compétences de médiation et de régulation relationnelle.



Méthodologie :

- Au travers de cette formation, les participants expérimenteront des techniques de communication diplomatique et de médiation à travers des jeux de rôle et des études de cas inspirés de leur contexte professionnel.
- Des outils de régulation émotionnelle et de négociation constructive seront proposés afin de favoriser la coopération et de rétablir un climat relationnel serein.



Programme de la formation :

- Comprendre les mécanismes et dynamiques des conflits professionnels,
- Identifier ses propres réactions et schémas face au désaccord,
- Appliquer les techniques de communication diplomatique et assertive,
- Prévenir l'escalade et rétablir un climat de confiance et de coopération,
- Exercices pratiques, études de cas et jeux de rôle.



Les + de la formation

- Approche pragmatique et bienveillante, axée sur la coopération,
- Outils de communication et de médiation simples et efficaces,
- Exercices pratiques pour renforcer la posture assertive,
- Attestation de participation remise.



In Situ



Distanciel

