

PROGRAMME : GESTION DES ÉMOTIONS ET DES CONFLITS

2 JOURS (14 heures)

CONTENU PÉDAGOGIQUE

OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Apprendre à gérer ses émotions
- Acquérir des techniques efficaces de résolution de conflits
- Négocier des accords avantageux tout en maintenant de bonnes relations

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- Comprendre l'évolution d'un conflit, de son déclenchement à sa résolution
- Maîtriser les techniques de gestion des conflits
- Améliorer la communication verbale et non verbale en situations conflictuelles
- Trouver des solutions adéquates pour transformer une situation de conflit en une opportunité de satisfaction

CONTENU DE LA FORMATION

- L'intelligence émotionnelle, le processus et le rôle des émotions
- Développement de l'assertivité : mieux se connaître en identifiant ses principales tendances comportementales
- Les émotions et les sensations physiques associées
- Gestion des émotions en situation de stress ou de conflit
- L'utilisation des émotions pour être plus efficace

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES MOBILISÉES

- ◆ Alternance d'apports théoriques et pratiques
- ◆ Ateliers en groupe : exposé de travaux, jeu de rôles
- ◆ Documents avec les points essentiels de la formation remis aux participants

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- ◆ Production à réaliser : utilisation des outils
- ◆ Quizz Klaxoon
- ◆ Évaluations formatives réalisées à l'aide de grilles critériées
- ◆ Attestation de formation de fin de formation mentionnant l'atteinte des objectifs de la formation
- ◆ Mesure de la satisfaction des stratégies

MODALITÉS

PUBLIC

- Managers, RH, Superviseur, Chef d'équipe à la recherche de nouveaux outils et pratique de gestion, Professionnels des ressources humaines
- Entre 3 et 12 personnes

PRÉ-REQUIS

- Cette formation ne nécessite pas de prérequis

LIEU

- En entreprise
- Distanciel
- Location de salle (prévoir un surcoût)

DATES ET HORAIRES

- À définir

ADMINISTRATIF

- Fiche de renseignement à compléter en amont
- Convention ou contrat à signer en amont de la formation
- Émargement par demi-journée

Modalité et délais d'accès

- Processus d'inscription nous contacter par tel ou mail pour l'inscription
- Inter : selon planning inter entreprise
- Intra : selon planification réalisée entre Perf&Co et le demandeur

Signature de la convention

- Avant le

Tarifs :

- Intra Entreprise : 950€ HT/TTC par jour soit 1900€ HT/TTC pour l'action
- Inter Entreprise : 1100€ HT/TTC par personne pour l'action
*Les frais de salle ou de séminaires sont à ajouter aux frais pédagogiques présentés ci-dessus)

Accessibilité aux personnes handicapées :

- En cas de formation réalisée en présentiel et avec location de salle, les locaux sont garantis accessibles aux PMR
- Autres handicaps, nous contacter pour mise en place des moyens de compensation.

Contact:

Elodie Manette
elodie.manette@perfandco.re
www.perfandco.re
06.92.20.39.54

