

GESTION DES CONFLITS

Triangle de KARPMAN

Public :	Pré-Requis :	Durée :	Participants :	Délai d'inscription :	Accessibilité personnes en situation de handicap :
Tous publics	Cette formation ne nécessite pas de pré-requis.	2 sessions (14 h)	3 minimum 10 maximum	30 jours avant le début de la formation. Consulter les CGV(*)	Nous consulter pour étude de faisabilité

Objectif :

Identifier les différents types de conflits et leurs origines
Savoir se positionner dans une situation de conflit
S'approprier les techniques et comportements pour gérer le conflit
Apprendre à communiquer de façon positive pour mieux gérer ses émotions et son stress

Contenu :

- 1. - Identifier les différents types de conflits**
Repérer les signes avant-coureurs et l'origine
Analyser les obstacles, les enjeux, et les étapes
- 2. - Découvrir les techniques et outils de résolution**
Appliquer la méthode des faits significatifs : DESC
Repérer les jeux de rôles avec le triangle de Karpman
- 3. - Savoir gérer les comportements**
Développer l'assertivité, l'écoute active avec OSBD
Comprendre les positions de vie et les rôles dans une relation
- 4. - Apprendre à communiquer de façon positives**
Gérer ses émotions et sa réactivité
Savoir se positionner et dire sa part de responsabilité

Tarif :

A partir
de 750 €

*Formation en présentiel
ou en distanciel*

Méthode pédagogiques & techniques:

Présentation en 4 modules
Ateliers de réflexion et d'analyse après chaque apprentissage, soit à titre individuel soit en mini-groupe et en plénière.
Travaux pour réaliser à titre individuel les actions et les changements.

Mode de contrôle des acquis de la formation

Bilan fin de stage avec établissement d'un plan d'action individualisé

Intervenant :

Philippe MORET
06.20.50.06.46

1, rue de l'industrie
74000 ANNECY

Évaluation de la formation :

Évaluation de satisfaction
et attestation individuelle de formation fournie.

www.attitudes-positives.com

(*) Les conditions générales de vente sont consultables sur le site web : www.attitudes-positives.fr



Attitudes Positives

PROGRAMME FORMATION 2020