



# Formation Continue



04 94 58 58 22



formationcontinue@ifpvps.fr



<https://www.ifpvps.fr/formation>

Espace André  
401 B chemin des Plantades  
83130 LA GARDE



N° de déclaration d'activité **93.83.04918.83** (cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat)

## **Public et prérequis :**

Tout public

(Pas de prérequis)

## **Nombre de participants :**

De 6 à 18 personnes

## **Durée : 14 H**

## **Calendrier :**

Nous contacter : **04 94 58 58 22**

## **Tarifs 2025 :**

INTER : 310 euros / personne

Tarif de groupe ou formation INTRA  
nous contacter : **04 94 58 58 22**

## Gestion des conflits

Les relations sociales sont une composante essentielle de notre accomplissement personnel et, en même temps, les conflits sont inévitables.

L'important est de pouvoir les affronter sans toucher à la qualité de la relation que nous entretenons avec l'autre.

Cet atelier vous donnera un aperçu de votre attitude en cas de conflit et des outils pour essayer d'optimiser la qualité relationnelle.



### OBJECTIFS

- S'exprimer avec calme et clarté pour une relation constructive avec son interlocuteur
- Acquérir des outils concrets pour sortir des rapports de force
- Trouver un équilibre relationnel plus efficace



### CONTENUS

#### Jour 1

- Voyage au pays du conflit pour découvrir ce qui est bouleversant et comprendre l'attitude de chacun face à cela.
- Qu'est-ce qu'un conflit et pourquoi peut-il avoir un conflit ?
- Analyse du conflit et attitudes de chacun en situation conflictuelle
- Définition et types de conflit.
- Les cinq étapes du conflit.
- Les comportements en cas de conflits.
- Les ingrédients du conflit.
- Les sources du conflit.
- Les amplificateurs du conflit.
- Les modes de résolution alternatifs au conflit.

## Jour 2

- Partage d'outils pour trouver d'autres alternatives à la gestion du conflit.
- Comment puis-je faire autrement?
- Susciter un comportement assertif : la connaissance de soi.
  - Identité, émotions, besoins et valeurs.
  - Processus de négociation coopérative.
- Communiquer autrement.
  - Quelques outils de communication à connaître
  - Avoir un esprit de « médiateur ». Jeux de rôle, organisation d'un théâtre forum

### METHODES

- Apports théoriques
- Ateliers pratiques

### DISPOSITIF D'EVALUATION

**Elle porte sur l'atteinte des objectifs et sur la satisfaction des stagiaires.**

**Elle aborde les thèmes suivants :**

- La décision d'inscription en formation.
- Le niveau d'atteinte des objectifs présentés dans le programme.
- La réponse de la formation aux attentes de la formation.
- La pédagogie mise en œuvre par l'intervenant.
- Le déroulement de la formation.
- L'appréciation globale du stagiaire.

**Une attestation de fin de formation est remise à l'ensemble des participants.**

**L'évaluation des savoirs constitutifs est réalisée à la fin de chaque session sous la forme de quizz**

### INTERVENANT

**Sylvie THOMAS**

Formatrice spécialisée en communication et en développement personnel

### DEMARCHE HANDICAP

Pour les personnes en situation de handicap, il est possible de mettre en place un parcours spécifique d'aménagement de la formation. Contactez notre référent Handicap : **Mme Estelle LAVE : [estelle.lave@ifpvps.fr](mailto:estelle.lave@ifpvps.fr) - Tél : 04 94 00 58 78**

401B, chemin des Plantades, 83130 La garde



**Ce bâtiment est accessible à tous.**

**Du personnel est disponible à l'accueil afin de vous informer sur l'accessibilité du bâtiment et des services**