

DÉSAMORCER SANS ÉCRASER : L'ART DE COMMUNIQUER SANS BLESSER

Axe 2 – Développer ses compétences relationnelles et sa communication professionnelle

OBJECTIFS

- Comprendre les mécanismes qui conduisent à l'apparition et à l'escalade des conflits.
- Identifier les signaux annonciateurs d'une situation conflictuelle.
- Développer une communication assertive, respectueuse et adaptée aux situations de tension.
- Découvrir les principes fondamentaux de la Communication Non Violente (CNV).
- Acquérir des outils pratiques pour prévenir, gérer et désamorcer les conflits dans un cadre professionnel.

INFORMATIONS PRATIQUES

Public	Entrepreneurs, professionnels en activité
Durée	1 journée (7 h)
Lieu	En centre
Effectif	6 à 12 participants

PRÉSENTATION

Les situations de désaccord, les incompréhensions et les tensions relationnelles font partie intégrante de la vie professionnelle. Cette formation permet de développer une posture relationnelle affirmée et respectueuse afin de prévenir les conflits, d'en limiter l'escalade et de favoriser des échanges constructifs.

À travers des apports issus des sciences humaines, des mises en situation et une initiation à la Communication Non Violente (CNV), les participants apprendront à comprendre les mécanismes du conflit, ajuster leur communication et mobiliser des outils concrets de médiation.

PROGRAMME

- Module 1 – Définition et typologie des conflits
- Module 2 – Repérage des signaux de conflit
- Module 3 – Point de vue, perception et biais relationnels
- Module 4 – Introduction à la Communication Non Violente (CNV)
- Module 5 – Médiation et mises en pratique

CONTACT

FLAP Formations
L'USINE LIEU D'ART
52 rue de l'Indre - 36000 Châteauroux
06 50 84 39 08
lap.formations@gmail.com