

# Mieux prévenir les conflits

## Module 5

### Objectifs

- Déterminer les différents enjeux d'une relation / d'un conflit
- Définir des schémas de comportements conflictuels
- Elaborer des solutions pour mieux prévenir un conflit pour chaque structure de caractère

### Compétences délivrées

- Analyser des comportements et des réactions spécifiques de personnes lors de liens professionnels, en rechercher les causes et les éléments déclencheurs
- Choisir trois expériences professionnelles conflictuelles ou non satisfaisantes vécues, analyser les causes et les éléments déclencheurs ainsi que ses propres émotions et réactions
- Proposer un plan d'action visant à développer de nouvelles compétences relationnelles
- Identifier la façon appropriée de s'exprimer dans des situations difficiles, en fonction du profil dominant de l'interlocuteur, afin de limiter la procrastination et d'oser plus d'assertivité face aux fortes personnalités

### Moyens Pédagogiques

- Exposés
- Travail en groupes du même profil, panels
- Mises en situation, étude des cas concrets des participants

## Programme de la formation

### 1er Jour :

- Analyser des comportements et des réactions spécifiques de personnes lors de liens professionnels, en rechercher les causes et les éléments déclencheurs
- Dans la vie quotidienne, nommer ses atouts dans les situations de survie : vie matérielle, organisation, gestion financière...
- Dans la vie quotidienne, nommer ses atouts dans les situations en tête-à-tête : ai-je recherché ce type de situation ? Y suis-je à l'aise ? Facilités à convaincre...
- Dans la vie quotidienne, nommer ses atouts dans les situations sociales...
- Recherche du comportement préféré
- Étude des difficultés rencontrées avec des représentants des deux autres champs
- Comment définir une personnalité difficile pour soi

### 2ème Jour :

- Choisir trois expériences professionnelles conflictuelles ou non satisfaisantes vécues, analyser les causes et les éléments déclencheurs ainsi que ses propres émotions et réactions
- Exercices par groupes du même profil dominant
- Qu'avons nous à reprocher aux deux autres profils ? Dans quelles situations ?
- Cas pratiques
- Travail sur l'écoute
- Résolution de situations d'évitement
- Travail sur l'entrée en relation
- Travail sur la conclusion de la relation
- Cas pratique : mieux gérer une personnalité difficile pour soi : choisir dans le groupe un représentant du profil concerné

### Horaires

9h00 -18h00

### Effectif

15 à 30 participants