



Tél : 06 08 87 45 38  
annelyse.leduc@gmail.com  
www.annelyseleduc.com



**JE SUIS  
FORMATRICE EN QUALITE DE VIE AU TRAVAIL  
et  
CONSULTANTE EN EMPLOI**

Membre de l'association e-FacilitAction,  
organisme de formation certifié QUALIOP1



Je me déplace dans toute la france

Siret : 829 035 120 00023  
code APE 8559A  
Déclaration d'activité de formation sous  
le n° 76110192711 auprès du préfet de la région Occitanie

# FORMATION

## GESTION DES CONFLITS EN MILIEU PROFESSIONNEL

### COLLABORER GRACE A L'INTELLIGENCE RELATIONNELLE

#### OBJECTIFS

A l'issue de cette formation, le-a participant-e sera capable de :

- Maîtriser les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Identifier et comprendre les facteurs déclencheurs de conflits et leurs mécanismes
- Acquérir des techniques opérationnelles de prévention face à des situations de stress
- Adapter sa posture face aux situations tendues ou bloquées (méthode CNV - le lâcher-prise)
- Favoriser la cohésion d'équipe par des échanges collaboratifs efficaces
- Développer sa confiance en soi en utilisant ses propres ressources
- Élaborer un plan d'action afin de prévenir les conflits avant qu'ils ne se déclarent
- Mettre en place un environnement favorable à la prévention des conflits.

#### DURÉE = 3 jours (21 heures)

- **Option 1** : 3 jours en présentiel
- **Option 2** : 6 demi-journées en distanciel

#### PUBLICS

- Tout public salarié
- Dirigeant

#### MODALITÉ D'ÉVALUATION

- Etude de cas
- Quiz
- QCM

#### MÉTHODE PÉDAGOGIQUE

- Participative avec des apports théoriques
- Ludique : jeu de rôle
- Expérimentale avec le codéveloppement
- Feedback et débriefing

#### PRE-REQUIS

- Aucun

#### TARIF

- 700 € net de TVA par jour
- Groupe de 12 personnes maximum

#### LIEU

- En présentiel en intra-entreprise
- En distanciel

#### INSCRIPTION

- Par mail ou par téléphone
- Délais d'accès : 1 mois avant le début de la formation