

COMPÉTENCES COMPORTEMENTALES ET TRANSVERSALES

Prévenir les conflits et mieux coopérer avec la CNV

Public visé

Nos formations s'adressent aux professionnels du secteur public, de la santé et du privé. Elles sont conçues pour les cadres, managers, directions, équipes RH, agents, fonctions support, experts métiers souhaitant développer leurs compétences techniques et relationnelles en situation professionnelle.

Objectifs pédagogiques

Objectifs indicatifs, à adapter à votre contexte

- 01** Transformer les conflits en dialogue
- 02** Améliorer la qualité de la communication afin de favoriser la bonne qualité de vie des professionnels
- 03** Fluidifier et simplifier la communication entre professionnels
- 04** Mettre en œuvre une relation adaptée à chaque situation rencontrée

Contenu pédagogique

Contenu indicatif, à adapter à votre contexte

- 01 Comprendre le rôle de nos émotions et identifier des méthodes pour agir de manière efficace**
 - Notions et concepts autour de la communication et du conflit
 - Les 5 principales émotions
 - L'émotion comme signal d'un besoin
 - Cercle de Covey : se focaliser sur là où nous avons une marge de manœuvre
- 02 Identifier les pièges à éviter pour favoriser une bonne communication et prévenir les conflits**
 - La contagion émotionnelle avec Goleman (se protéger face à la contagion)
 - La réalité subjective (croire que notre perception est la réalité // Faits-Opinions-Sentiments)
 - La non-assertivité (définition, théorie des positions de vie, les comportements refuge)
- 03 S'impliquer dans des échanges constructifs grâce à l'écoute active**
 - Le concept de l'écoute active
 - Les conditions essentielles pour avoir une communication optimale
 - Une posture appropriée pour une bonne communication avec son interlocuteur (Analyse transactionnelle : Les Etats du Moi)
- 04 La CNV, un outil efficace pour résoudre les situations de tension/conflictuelles**
 - Définition de la Communication Non-Violente (Rosenberg)
 - La méthode OSBD (Observation, sentiments, besoins, demande)
 - Les 4 attitudes clés : démontrer de l'optimisme, l'importance de l'attitude gagnant-gagnant, contribuer à ne pas exacerber les tensions, demeurer logique et factuel

05 Option – Pratiquer les techniques de la communication non-violente grâce au co-développement

- Le co-développement : intérêt de cette méthode d'intelligence collective dans le contexte de la résolution de problèmes – les 7 étapes
- Prendre du recul : « On ne peut pas résoudre un problème avec le même mode de pensée que celui qui l'a généré »
- Atelier de co-développement : Utilisation de la méthode de co-développement en 7 étapes pour chaque situation exposée.

Modalités & accessibilité

Modalités indicatives, à adapter à votre contexte

DURÉE À déterminer ensemble après un cadrage pédagogique.	FORMAT Présentiel, distanciel ou hybride.
LIEU À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique	PRÉREQUIS À déterminer ensemble lors du cadrage pédagogique
DÉLAI D'ACCÈS Inscription au maximum 10 jours avant la date de formation	TARIF A partir de 1 200€ nets par jour (*les activités formation d'Obea ne sont pas assujetties à la TVA conformément à l'article 261-4-4e - a du CGI.)
ACCESSIBILITÉ Notre référent handicap étudie avec vous les adaptations pédagogiques, organisationnelles et techniques nécessaires.	

Moyens & méthodes pédagogiques

En fonction de vos objectifs et des publics, nous combinons les méthodes que nous utilisons au quotidien :

- Apports théoriques & méthodologiques
- Étude de cas
- Atelier de partage & de construction
- Mise en situation
- Séance de questions / réponses
- Évaluation par les pairs

Modalités d'évaluation

Chaque formation démarre par un positionnement de vos équipes et se conclut par une évaluation des acquis – pour que vous puissiez mesurer concrètement le retour sur votre investissement.

AVANT LA FORMATION Un positionnement rapide pour partir du bon niveau.

PENDANT ET APRÈS Des mises en situation, des quiz et un débrief collectif pour ancrer les acquis.

À L'ISSUE Une évaluation finale pour mesurer ce qui a changé.

UNE QUESTION ? CONTACTEZ-NOUS

Téléphone : 01 40 53 47 00 · E-mail : informations@obe.fr