

FORMATION

# FORMATION GESTION DES CONFLITS ET DE L'AGRESSIVITÉ PAR LES OUTILS DU THÉÂTRE

## OBJECTIFS DE LA FORMATION

COMPRENDRE LES MÉCANISMES ET LES DYNAMIQUES DES CONFLITS

ACQUÉRIR DES OUTILS DE COMMUNICATION POUR GÉRER EFFICACEMENT LES CONFLITS

DÉVELOPPER DES COMPÉTENCES ÉMOTIONNELLES ET RELATIONNELLES MOBILISABLES  
LORS DES SITUATIONS DE TENSION

S'ENTRAÎNER À GÉRER DES SITUATIONS DE CONFLITS À TRAVERS DES SIMULATIONS  
METTANT EN JEU LES TECHNIQUES THÉÂTRALES

### Modalités pratiques

 Durée : 1 ou 2 jours

 Format : présentiel + un retour  
d'Expérience en visioconférence

 Nombre de participants : de 8 à 10 personnes



## PUBLIC CIBLE

La formation s'adresse à toute personne souhaitant développer ses compétences en matière de gestion de conflits et de l'agressivité, en face à face ou par téléphone.



## MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Pratiques d'exercices issus de la pédagogie du théâtre pour le développement des compétences émotionnelles et relationnelles des participantes et des participants, apports théoriques et scientifiques sur les techniques de communication applicables en situation de tension, simulations à partir de cas concrets.



## CONTENU DE LA FORMATION

- 1 Le conflit : définition, repositionnement dans la sphère relationnelle et sociale
- 2 La place des compétences émotionnelles dans la gestion de l'agressivité et des conflits
- 3 La méthodologie de la gestion des conflits en 4 étapes
- 4 Simulations à partir de cas scénarisés par les participantes et les participants
- 5 La méthode DESC pour prévenir les conflits

A l'issue de la formation, en situation de conflit et d'agressivité, les participantes et les participants seront en mesure :

- > De mieux gérer leurs émotions
- > D'utiliser les techniques de communication efficaces
- > D'adopter des comportements fondés sur l'écoute et l'assertivité
- > De trouver la juste distance entre leur posture professionnelle et leur équilibre de vie personnelle

## → LES POINTS FORTS

Grâce à l'utilisation des exercices issus du théâtre d'improvisation comme outils pédagogiques principaux, cette formation se caractérise par :

- > Son efficacité en terme d'acquisition de compétences
- > Son dynamisme
- > Son caractère 100% participative
- > Sa nature ascendante

