Laho
TERRE DE FORMATIONS
CCI HAUTS-DE-FRANCE

RH, MANAGEMENT, ENTREPRENEURIAT

FORMATION INTER-ENTREPRISES *

2 jours

Prévenir et gérer les tensions et les conflits au sein de l'équipe

à partir de 850 € net de taxe par participant

OBJECTIFS DE LA FORMATION

- Anticiper, détecter les situations de tension pouvant dégénérer en conflit
- Désamorcer ou gérer les conflits
- Déboucher sur des solutions durables

PUBLIC VISÉ

Tout public

PRÉ-REQUIS

Sans niveau spécifique

AIDES AU FINANCEMENT **

Cap Emploi
Opérateurs de Compétences (OPCO)
France Travail
Entreprise

*** sous conditions*

MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

100 % présentiel
Mix-learning

MÉTHODES ET OUTILS PÉDAGOGIQUES

Mise en situation
Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation de fin de formation individuelle par le formateur
Processus d'évaluation des acquis tout au long de la formation

MODALITÉS D'ACCÈS

Bulletin d'inscription

ACCESSIBILITÉ ET HANDICAP

Contactez-nous

** Toutes nos formations sont possibles en INTRA-ENTREPRISE (devis sur demande).*

97%
Taux de satisfaction en 2025

Document généré le 23/11/2026

Retrouvez toutes les informations sur
laho-formation.fr
N° Vert 0 805 384 384

FORMATION INTER-ENTREPRISES *

Prévenir et gérer les tensions et les conflits au sein de l'équipe

2 jours

PROGRAMME DE LA FORMATION

Découpage par demi-journée :

1. Analyser et comprendre la dynamique du conflit
- Savoir mettre des mots sur ce qui se passe verbaliser ses craintes ses réactions notamment les attitudes développées pour éviter de prendre en compte les conflits
- Cerner les facteurs aboutissant à des tensions
- Mesurer l'impact des situations conflictuelles

2. Comment réagissons nous face aux conflits ?
- Identifier ce que provoquent chez moi les attitudes agressives
- Quand je reçois une agression qu'est-ce qui s'active en moi ? Qu'est-ce qui se joue ? en quoi cela reflète une part de mon vécu ?
- Qu'est-ce qui fait que je garde l'équilibre ? que je m'en éloigne ?
- Comment fonctionne le stress ?

3. S'entraîner : La pratique de l'empathie
- Dissocier le comportement de la personne
- Lâcher les états d'esprit qui mène à l'impuissance sortir des a priori

4. Désamorcer les situations conflictuelles
- Identifier les jeux néfastes existants
- Traiter les conflits en adoptant une position d'ouverture et de fermeté
- Les attitudes à éviter
- Traduire « ouverture » et « fermeté » en comportements et réponses adaptés (fond et forme)
- Identifier les croyances et les effets induits à l'égard de l'autre
- L'aide à la verbalisation
- Savoir transférer à son n+1 quand c'est nécessaire