

« Gestion des conflits - Gestion du stress »

PUBLIC

Salarié, candidat individuel

DATES

nous contacter

DUREE

7 H (en centre)
9h00-12h30 / 13h30-17h00

MODALITES

Collectif (4 à 10 personnes)
Formation en présentiel

TARIF

161,00 € HT / personne
Intra-entreprise : 1 050,00 € HT
(min 7 personnes)

LIEU

LEAP Les Buissonnets CFC
1 Avenue de Nissan
34310 CAPESTANG

VOTRE CONTACT

Mme Aniko SZEDLAK
Responsable Formation Continue
aniko.szedlak@cneap.fr
04 67 93 10 75

OBJECTIFS

Identifier l'origine du conflit et les différents types de conflit
Appréhender les techniques de base de la médiation en cas de conflit
Repérez les signaux de stress en soi et chez les autres
Comprendre le mécanisme du stress négatif et positif
Maîtriser les techniques pour réguler le stress

PREREQUIS

Être salarié dans les secteurs d'aide à la personne *ou* avoir travaillé auprès de personnes dépendantes

CONTENUS

Gestion des conflits :

Communication bienveillante
Les 4 attitudes face aux conflits
Collecte des expériences professionnelles de chacun sur des situations conflictuelles
Mise en pratique de protocoles de résolution des conflits

Gestion de stress :

Repérer les agents stresseurs en situation professionnelle
Les manifestations du stress en situation de travail
Inventaire des réactions possibles dans les situations de stress repérées
Ressources pour gérer le stress

METHODES ET MOYENS PEDAGOGIQUES

Apport de connaissances par l'intervenant
Analyse des pratiques professionnelles
Supports pédagogiques – Etude de cas – Jeux de rôle – Travaux pratiques
Gestes et postures : la formation est basée sur des mises en situation réelles : il s'agit de faciliter l'acquisition des techniques par leur mise en application directe

INTERVENANTE

Mme Corinne MONTINA, formatrice en communication, gestion du stress et conflits, consultante en développement personnel

RECONNAISSANCE DES ACQUIS

Attestation de compétences