

PROGRAMME DE FORMATION

FEDERER-ME-J4

De la Tension à la Coopération : Régulation, Communication et Résolution de Conflits Managers Exécutifs

Durée de la Formation : 7,00 heures - 1,00 jour

Public visé :

Managers d'équipe, cadres opérationnels et responsables hiérarchiques.
Chefs de projet, animateurs de collectifs, coordinateurs.
Professionnels amenés à faciliter des groupes ou à gérer des situations relationnelles sensibles.
Toute personne souhaitant renforcer ses compétences en régulation de groupe, communication et gestion des conflits.

Prérequis : Etre déjà en situation de manager une équipe.

Objectif général :

Permettre aux participants d'acquérir les méthodes et postures nécessaires pour réguler les dynamiques de groupe, prévenir et gérer les conflits, et instaurer un climat de coopération durable au sein de leurs équipes.

Objectifs de l'action de formation :

À l'issue de la formation, les participants seront capables de :

- Comprendre les dynamiques relationnelles et collectives ;
- Gérer les situations collectives complexes ;
- Développer une communication empathique et efficace ;
- Comprendre et gérer les conflits ;
- Accompagner la résolution des conflits ;
- Construire des accords durables et renforcer la coopération.

Nature de l'action de formation : Actions de formation

Contenu de la formation :

Introduction à la régulation de groupe

- Les besoins en relation (appréciation, reconnaissance, importance)
- Sociodynamique des groupes et gestion des opposants

Gestion des réunions difficiles

- Processus d'animation, inclusion, gestion des objections
- Stratégie des alliés et mobilisation des membres de l'équipe

Communication et empathie

- Techniques de reformulation (écho, miroir, synthèse, empathique)
- Obstacles à l'empathie et posture d'écoute active

Comprendre le conflit

- Définitions, caractéristiques et taxonomie des conflits
- Déclencheurs et freins à la résolution (cognitifs et émotionnels)

Intelligence émotionnelle

- Les 4 dimensions : conscience de soi, gestion de soi, empathie, gestion des relations
- Le vécu d'une émotion et son impact sur la gestion des conflits

Résolution et accompagnement du conflit

- Préparation de la rencontre, méthode DESC, gestion du conflit en tant que tiers (médiateur, arbitre)
- L'après-conflit : plan d'action, suivi, bilan

Accords durables et coopération

- Conditions d'un accord qui R.E.S.T.E.
- Fixer les règles et charte relationnelle pour la coopération

Les moyens d'encadrement :

Anne ATLAS : Professionnelle de l'accompagnement managérial, Anne Atlas intervient depuis plusieurs années auprès des équipes et de leurs managers sur les enjeux de coopération et de dynamique collective. Son parcours s'est construit autour de responsabilités d'encadrement, de conduite de projets et de développement managérial, ce qui nourrit aujourd'hui une approche de la formation pragmatique et opérationnelle.

Moyens pédagogiques utilisés :

Apports théoriques, mises en situation, plan d'action individuel, brainstorming, échanges en binôme.

Démarche **éclosive, ludique et bienveillante** : en partant du vécu des participants et des compétences qu'ils ont besoin de développer ; la formatrice établit ensuite un chemin de progression individuel et collectif, en adoptant un rythme d'activités participatives et ludiques favorisant le déroulement des activités et l'acquisition des compétences au fil de la formation.

Le modèle pédagogique comporte donc une phase éclosive, une phase d'apports théoriques, et une phase d'applications.

Il s'appuie sur de nombreuses mises en situation : travaux en sous-groupes ou en binômes, rendus fructueux grâce à la confiance établie entre les participants, coacteurs de leur progression.

Moyens techniques utilisés :

Salle de formation équipée de tables, chaises, tableau blanc, vidéo-projecteur.

Groupe minimum de 8 personnes

Moyens permettant de suivre l'exécution de l'action et d'en apprécier les résultats :

- Évaluation de la formation par le stagiaire, par le biais d'un questionnaire de satisfaction.
- Grille d'évaluation des acquis rempli par la formateur en fin de formation,
- Attestation de formation remise aux participants et à l'entreprise cliente en fin de formation.

Plus d'informations :

Géraldine FRANCOIS

Tél. 06.95.18.30.71

Mail : geraldine.francois@sas-sophia.fr