

# Gestion des conflits – Résoudre un conflit pour en faire une opportunité

## Contenu et objectifs

Les conflits au travail sont inévitables. Cependant, ils ne sont pas nécessairement négatifs. En effet, ils offrent un grand potentiel de développement individuel et sont une condition nécessaire à une coopération fructueuse.

Toutefois, il est essentiel de disposer des compétences et des stratégies nécessaires pour aborder, endurer et résoudre les conflits de façon constructive, afin qu'ils n'aient pas d'effet néfaste sur la qualité du travail et la santé.

## Thèmes abordés

- Comprendre ce que sont les conflits et leurs causes possibles.
- Identifier son propre style de gestion des conflits, avec ses opportunités et ses risques.
- Pourquoi les conflits ont tendance à s'intensifier et quelles stratégies permettent de les désamorcer efficacement.
- Compétences et outils concrets pour gérer les conflits : savoir dire « non » de manière appropriée, apaiser une situation, réagir à des propos inadéquats.

## Orateur

Psychologue avec plusieurs années d'expérience professionnelle en tant que formateur et consultant.

## Durée

Lunch Session	1 h : théorie
Workshop	2 h : théorie & pratique
Training	4 h : théorie & pratique approfondie

## Public cible

Employés, RH, managers, personnes en formation