S'affirmer et gérer les conflits

Management - Développement Personnel

03/11/2026

Public et prérequis

Tout public souhaitant améliorer son relationnel en situations difficiles.

Aucun

Les objectifs

Permettre aux participants d'expérimenter des techniques qui leur permettront de s'affirmer lors de situations relationnelles tendues.

Ces techniques appliquées en situations professionnelles permettent :

- De découvrir les stratégies, les enjeux conscients et inconscients qui se cachent derrière les conflits ;
- D'analyser lucidement les facteurs personnels de manque ou d'excès de confiance en soi devant les conflits ;
- De développer ses capacités à mettre en place des conditions objectives de résolution de conflits efficaces ;
- De décider d'optimiser de nouvelles stratégies d'action.

Les méthodes pédagogiques et d'encadrement

- Exposés
- Etudes de cas, échanges d'expériences
- Jeux de rôles

L'AFPI acm Formation atteste que nos formateurs disposent d'un parcours professionnel significatif en lien avec l'action de formation et de compétences pédagogiques leur permettant de dispenser ce programme.

Programme

Analyser une situation conflictuelle

- Prendre conscience et détecter les mécanismes du conflit à partir des situations vécues ;
- Identifier les facteurs, attitudes, profils réactionnels qui interviennent dans le déclanchement des conflits.

Savoir-faire l'auto diagnostic de son comportement face aux conflits

- Faire l'analyse de son comportement à partir de tests ;
- Points forts et axes de progressions à développer.

Utiliser les techniques de l'assertivité pour s'affirmer dans son environnement

- Affirmer ses droits, sa légitimité en étant conscient de ses responsabilités ;
- Développer ses attitudes relationnelles ;
- Adapter son style de management ;
- S'exprimer de manière claire et respectueuse ;

CENTRES DE FORMATION

Lille, Boulogne, Hénin-Beaumont, Valenciennes, Maubeuge, Cambrai, St-Omer, Calais, Béthune

DURÉE DE LA FORMATION

4 jours

ACCUEIL PSH

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap. Moyens de compensation à étudier avec le référent handicap du centre concerné.

Les + afpi

• 1300 Jeunes formés par an
• 600 contrats d'alternance à pourvoir
• 750 entreprises partenaires
• Accompagnement individualisé
• Diplômes reconnus par l'Etat

• Savoir-être, management, sécurité
• Pédagogie innovante (par projets, en îlots, projet Voltaire, Olympiades des métiers)
• Equipement en machines modernes qui préparent aux métiers de demain

10 CENTRES
dans le Nord Pas-de-Calais situés au coeur des bassins industriels et d'emploi

- Etablir des relations gagnants gagnants.

Utiliser les outils de résolution de conflits
Mettre en œuvre ses nouveaux savoir-faire pour :

- Anticiper, désamorcer un conflit,
- Identifier les causes réelles de désaccord,
- Faire passer des messages,
- Faciliter des accords entre les parties.

Modalité d'évaluation

- Contrôle des acquis en fin de formation
- Attestation

Suivi de la formation

Le suivi de l'exécution de l'action se fait par :

- L'émargement de feuilles de présence par chaque stagiaire.
- Fiche d'évaluation de stage

Version documentaire

PR5/ENR/01 V.3