

COMMUNICATION & POSTURE PROFESSIONNELLE

Gérer les malentendus et les situations tendues au travail

Comprendre les mécanismes des tensions relationnelles et développer une communication permettant de prévenir les malentendus et de réguler les situations sensibles.

Objectifs pédagogiques

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

- Identifier les sources fréquentes de malentendus professionnels
- Distinguer faits, interprétations et intentions attribuées
- Clarifier les situations avant que les tensions ne s'installent
- Réguler les tensions relationnelles avec méthode
- Restaurer un dialogue professionnel constructif

Programme

- Comprendre les mécanismes des malentendus au travail
- Clarifier les situations et sécuriser la compréhension
- Comprendre les dynamiques des situations tendues
- Réguler les tensions relationnelles avec méthode
- Restaurer un cadre de dialogue professionnel

Modalités pédagogiques

Apports théoriques, analyse de situations professionnelles et mises en situation progressives. Travaux en sous-groupes, études de cas et temps de débrief favorisant l'appropriation des outils de clarification et de régulation.



Modalités pratiques

Durée : 2 jours (14h)

Lieu : Présentiel / Distanciel

Effectif : 16 à 12 participants

Les sessions se déroulent toute l'année.
Les inscriptions sont possibles à tout moment.



Formations accessibles aux personnes en situation de handicap. Adaptations possibles. Pour toute demande, contacter le référent handicap.

Prix

Sur devis

Financement possible

Plan de développement des compétences – OPCO



Muriel SCHMITZ

Psychologue | Formatrice

Psychologue et formatrice, elle accompagne depuis plus de 20 ans des publics variés dans leurs parcours professionnels, avec une expertise en VAE, santé mentale et bien-être au travail.

Véronique Gallet

Conseillère | Coach professionnelle

Conseillère en bilan de compétences et coach, elle accompagne dirigeants et salariés dans la connaissance de soi et la construction de projets professionnels alignés avec leurs valeurs, en intégrant notamment la gestion du stress et des profils sensibles.

Pour qui ?

- Salariés et professionnels en relation avec le public
- Fonctions support
- Managers
- Équipes confrontées à des tensions interpersonnelles

Conditions d'accès & prérequis

Aucun prérequis.



Modalités d'évaluation

Auto-positionnement en début et fin de formation, observation des mises en situation et élaboration d'un plan d'actions individuel.