

GESTION DU STRESS & CONFLIT EN EQUIPE



Cabinet Pédagogique Virtuel

Comment accompagner l'équipe dans la gestion du stress et les conflits ?



Le stress peut-être un facteur qui conduit au conflit. Comprendre les mécanismes d'un conflit et maîtriser les outils permet de désamorcer certaines situations conflictuelles. Savoir analyser c'est moment de tension et y répondre en ayant le comportement approprié permet de rétablir la communication dans l'équipe. Apprendre à se connaître, s'est repérer nos signaux de stress et les anticiper.

MODALITE PEDAGOGIQUE



Tous les professionnels petite enfance



3h30 de formation (possible en 7h)



72h de délai d'accès



Pas de prérequis spécifiques



600 € - OPCO



Accessible à tous



Formatrice : DEEJE



A définir



OBJECTIF PEDAGOGIQUE

- ✓ Améliorer sa communication interpersonnelle verbale et non verbale.
- ✓ Comprendre les origines et les mécanismes du stress.
- ✓ Adopter les comportements appropriés face aux personnes et aux situations.
- ✓ Identifier les conflits et développer sa stratégie de réponse
- ✓ Identifier et agir en fonction des émotions de chacun.

DEROULE DE FORMATION

Présentation individuelle de l'intervenante et des stagiaires (15 min)

I. La communication (1h)

- ✓ Connaître les principes de base de la communication
- ✓ Identifier les barrages à la communication
- ✓ Être attentif à son vocabulaire et savoir reformuler

II. Gestion du stress (1h)

- ✓ Définition du stress : biologie et psychologie du stress
- ✓ Stratégies de réponse : s'affirmer face aux autres
- ✓ Maîtriser ses émotions et raisonner différemment
- ✓ Développer sa capacité de recul et faire du stress une force positive

III. Gérer les conflits (1h)

- ✓ Identifier la dynamique du conflit et les types de conflits.
- ✓ Gérer les conflits, les résistances, les réclamations et les critiques.
- ✓ Être médiateur d'un conflit.

Temps de questions, réponses au QCM feuille d'émargement de la demi-journée à signer (15 min)

MODALITE DE FORMATION

Modalité d'évaluation

Feuilles de présence • Questions orales ou écrites (QCM) • Mises en situation • Formulaire d'évaluation de la formation

Moyens pédagogiques

Exposés théoriques, démonstrations et applications pratiques. • Partage d'expériences en groupe.

Moyens de suivis

Feuilles de présence signées par le stagiaire et le formateur par demi-journée. • Attestation de fin de stage. • Enquête de satisfaction en fin de formation.

CONTACT

VALENTINE DE LANGLADE : contact@cabinetpedagogiquevirtuel.com - 06.60.96.86.78