

GESTION DU STRESS & CONFLIT EN EQUIPE



Cabinet Pédagogique Virtuel

Comment accompagner les équipes 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



7h de formation



72h de délai d'accès



Pas de prérequis spécifiques



1350 €



Toute personne en situation de handicap peut nous contacter pour étudier la faisabilité du projet de formation. · Contact : 0660968678



Formatrice : DEEJE



A définir selon vos besoins





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 (2h30)

- ✓ 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 (2h)

- ✓ 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 (2h)

- ✓ 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 & ALEXIA - contact@cabinetpedagogiquevirtuel.com - 06.60.96.86.78 – 07.49.78.37.95

