

# La résolution des tensions et des conflits relationnels

## OBJECTIFS

Cette formation permettra au stagiaire de :

- prendre du recul sur sa communication dans un contexte complexe et problématique,
- revisiter les bases de la communication en situation de tension,
- se donner les moyens de gérer efficacement ses relations et sa communication,
- repérer les signes d'identification d'un conflit naissant,
- se donner du pouvoir pour établir des relations positives et ... gérer les conflits,
- prévenir les situations délicates par une communication adaptée.

## CONTENUS

- Les signes d'identification d'un conflit naissant
- Les bases de la communication en situation de tension
- La distinction entre sentiments et interprétations mentales
- La prévention des conflits en adaptant sa communication
- L'interlocuteur dans la résolution du conflit
- Les outils pour mener une négociation de sortie de conflit
- Ateliers de mise en pratique

## INFORMATIONS PRATIQUES

### Public visé :

toute personne se trouvant dans une relation complexe avec une communication difficile.

### Durée :

- 2 jours

### Prix de la formation :

- Nous contacter

### Contact :

Nina de PAULA  
06.02.35.85.24  
www.adiantis.fr  
info@adiantis.fr