

Formation Management

Gérer efficacement les conflits au travail

(Suivi post-formation)

Informations clés

-  7 heures en présentiel
-  Bâtiment conforme aux normes d'accessibilité

Prix de la formation

Tarif : 700€ HT

Pour toute question sur le tarif, [nous contacter](#)

Objectif de la formation

- Comprendre les mécanismes et les sources des conflits
- Identifier son propre style de gestion des conflits
- Prévenir l'escalade des tensions
- Développer des techniques de résolution efficaces
- Adopter une posture de médiateur constructif

Aptitudes et compétences visées :

- > Capacité à diagnostiquer rapidement une situation conflictuelle
- > Posture d'écoute active et de neutralité bienveillante
- > Assertivité et clarté dans la communication
- > Aptitude à gérer les émotions en situation tendue
- > Réactivité pour maintenir la relation et restaurer la coopération

Public visé

Pour qui : Managers, chefs d'équipe, encadrants et tout professionnel exposé à des situations de tension ou de désaccord dans le cadre professionnel.

Pré-requis : Une expérience managériale ou d'encadrement. Avoir suivi la formation "Management" délivrée par ADLIB PEOPLE

 **JOUR 1****Accueil et cadrage**

- Tour de table et recueil des attentes
- Présentation des objectifs de la journée
- Mise en place d'un cadre de sécurité psychologique

Comprendre la dynamique des conflits

- Définition et typologie des conflits
- Identification des causes et des déclencheurs
- Schéma d'escalade du conflit

Atelier : analyse de situations vécues

Identifier son style face au conflit

- Découverte des styles de gestion des conflits (Thomas-Kilmann)
- Auto-diagnostic individuel
- Identification des points d'appui et des axes de vigilance

Prévenir et désamorcer les tensions

- Techniques de prévention : clarification, anticipation, communication
- Posture du manager médiateur
- Outils de régulation en temps réel
- *Étude de cas pratique en sous-groupes*

Communiquer efficacement en situation conflictuelle

- Techniques d'écoute active et de reformulation
- Communication assertive
- Gestion des émotions dans l'échange

Jeu de rôle : simulation d'entretien de résolution de conflit

Conclusion et plan d'action

- Synthèse des apports clés
- Formalisation d'un plan d'action individuel
- Engagements de mise en œuvre
- Évaluation de la journée et perspectives de suivi



Modalités

- › Alternance d'apports structurés et de mises en pratique
- › Activités participatives et interactives (études de cas, jeux de rôle)
- › Feedback personnalisé tout au long de la journée
- › Supports opérationnels remis aux participants



Délais d'accès

Cette session est proposée à Paris, Lyon et Perpignan.

Retrouvez en temps réel les dates et les places disponibles sur notre site : <https://www.adlib-people.fr/agenda/management>



Certification

Certification en cours...



Accessibilité aux personnes handicapées

Toutes nos salles de formation sont accessibles aux personnes handicapées.

Les moyens de la prestation peuvent être adaptés en fonction du handicap des participants : contacter Stéphanie au 07660398128.

Version actualisée le 18/07/2025