Gérer des personnalités difficiles et opposantes

Cabinet PROPULSE
Accélérateur de Réussites

Durée :
7 heures 1 journée

Modalité : Présentiel

Organisme de formation certifié Qualiopi
pour les actions de formation et les bilans de compétences.

📞 02 47 61 61 61
🌐 https://propulse-coaching.fr

Formation accessible aux personnes en situation de handicap, après étude des besoins d'adaptation avec notre référent handicap

📞02 47 61 61 61



Pour qui ?

- Toute personne, particulier ou professionnel, souhaitant développer son agilité dans la gestion des conflits et mieux comprendre les comportements difficiles dans son environnement professionnel.

Prérequis

- Aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation

Objectif(s) et compétence(s) visée(s)

À l'issue de la formation, les participant(e)s seront capables de :

- Identifier et comprendre les origines psycho-affectives des comportements difficiles.
- Diagnostiquer différents types de personnalités difficiles et opposantes.
- Adapter leur communication selon leurs interlocuteurs.
- S'affirmer et gérer efficacement les situations conflictuelles.
- Développer leur posture et leur leadership face aux situations complexes.

Méthode pédagogique

- Apports théoriques illustrés et interactifs
- Échanges d'expériences et travail collaboratif
- Mises en situation et études de cas
- Brainstorming et réflexion collective

Méthode d'évaluation

- Auto-positionnement
- Mise en situation
- Travail en sous-groupe
- Questionnement - facilitation
- Plan d'action individuel

Programme & contenu de formation

COMPRENDRE POUR MIEUX AGIR

- Identifier les comportements difficiles et leurs origines
- Comprendre l'impact des personnalités opposantes sur vos relations et votre environnement
- Décrypter les émotions et motivations pour agir de manière efficace

DÉCOUVRIR ET GÉRER LES DIFFÉRENTS PROFILS

- Savoir réagir face au menteur, manipulateur, "Caliméro", agressif ou isolé
- Anticiper les comportements problématiques pour réduire le stress et les tensions
- Adapter sa communication pour chaque type de personnalité

DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ ET SA POSTURE

- Affirmer ses positions avec assurance, sans créer de conflit
- Maîtriser l'écoute active et l'empathie pour mieux dialoguer
- Appliquer la communication non violente et ajuster sa posture selon les situations

APPLIQUER LA MÉTHODE PACTE POUR RÉSOUDRE LES CONFLITS

- Identifier et analyser les signaux et comportements difficiles
- Communiquer efficacement pour trouver des solutions constructives
- Transformer les tensions en opportunités et évaluer l'impact de vos actions

EXPÉRIMENTER ET PASSER À L'ACTION

- Mises en situation et études de cas inspirés de situations réelles
- Partage d'expériences et intelligence collective pour trouver des solutions concrètes
- Construction d'un plan d'action individuel pour appliquer immédiatement les outils

RENFORCER SON LEADERSHIP ET SON EFFICACITÉ RELATIONNELLE

- Gérer ses émotions et développer courage et confiance face aux situations complexes
- Développer des stratégies pratiques pour résoudre les conflits avec succès
- Sortir de la formation prêt(e) à agir et à améliorer vos interactions professionnelles