

## FORMATION CONTINUE

**5092F**

# FAVORISER LA COMMUNICATION ET PRÉVENIR LES SITUATIONS CONFLICTUELLES

### Public cible

Toute personne souhaitant améliorer sa communication interpersonnelle.

### Objectifs

- Analyser les situations conflictuelles et identifier leurs causes.
- Savoir analyser son comportement et le comportement d'autrui et apprendre à y faire face
- Etablir ou rétablir une bonne communication.
- S'approprier les techniques relationnelles qui permettent de gérer une situation difficile.
- Développer ses compétences relationnelles
- Comprendre les impacts de notre comportement sur nos relations
- \* Maîtriser une communication efficace et professionnelle

### Contenu

- Les mécanismes du conflit
- Qu'est-ce qu'un conflit
- Les origines des conflits
- Les éléments déclencheurs de conflit
- Les aptitudes à développer pour éviter et/ou traiter le conflit
- Découvrir nos différents comportements
- Développer son assertivité
- Comprendre et gérer ses émotions et celles des autres
- La boîte à outils anti-conflits: écoute active, reformulation, CNV



**PRIX**  
240 €



**LANGUES**  
FR



**DURÉE**



**DATES**  
sur demande  
04.02.2026 - 04.02.2026



**LIEU(X)**

-

### INSCRIPTION EN LIGNE

Retrouvez toutes nos formations sur notre site web et inscrivez-vous en seulement quelques clics !

[formations.cdm.lu/formation-continue/formations](https://formations.cdm.lu/formation-continue/formations)

### CONTACT

2, Circuit de la Foire Internationale  
L-1347 Luxembourg-Kirchberg  
B.P. 1604 · L-1016 Luxembourg

T.: (+352) 42 67 67 - 530

F.: (+352) 43 40 67

E.: [formation.continue@cdm.lu](mailto:formation.continue@cdm.lu)



Scannez le QR-Code pour vous inscrire !