

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
14.04.2026 - 14.04.2026



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

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



Scannez le QR-Code pour vous inscrire !