



FORMATION CONTINUE 2024

PRESENTIEL

EXERCICE PROFESSIONNEL

GESTION DES CONFLITS ET DE L'AGRESSIVITE

**Jeudi 21 novembre
De 9h30 à 12h30
et de 14h à 17h**

**En présentiel :
Ordre des avocats
13 rue des Fleurs
Toulouse**

Sophie GOURDIAT
Avocat honoraire
Médiatrice

**190€ la séance
160€ / - 2 ans**

Objectifs : A l'issue de la formation, les avocats-apprenants seront en capacité de :

- Comprendre les mécanismes sous-jacents de l'agressivité et des conflits (comment un désaccord devient un conflit)
- Développer des compétences pour désamorcer de situations d'agressivité
- Gérer ses propres émotions dans des situations tendues
- Acquérir des outils de résolution constructive des conflits
- Améliorer sa capacité d'écoute active (reformulations, questions ouvertes, silences etc) et son assertivité (capacité à exprimer ses limites dans le respect d'autrui)

Pré requis : Être avocat.

Programme :

A/ Du désaccord au conflit

1. Définition de l'agressivité :

- Distinction entre agressivité, violence et colère.
- L'agressivité comme mécanisme de survie
- Les étapes de l'escalade du conflit

2. Les différents types de conflits

- Conflits intrapersonnels : définition, exemples, impact sur le comportement et les relations
- Conflits interpersonnels : définition, exemples, dynamiques relationnelles
- Conflits organisationnels : définition, exemples, impact sur le climat et la performance au travail

B/ Techniques de communication pour désamorcer un conflit

1. Techniques pour désamorcer ma colère et / ou celle d'autrui

2. Pratique de l'écoute active : reformulation, questions ouvertes, silence, traductions des jugements en valeurs et besoins vitaux

3. Pratique de l'assertivité : exprimer clairement ses limites dans le respect d'autrui, savoir dire « non »

Moyens pédagogiques :

Formation très pratique avec échanges interactifs.
Remise d'un support pédagogique lors de la séance.

Modalités d'évaluation de la formation :

Quizz d'atteinte des objectifs adressé à l'issue de la formation.
Enquête de satisfaction de la formation.

Niveau de la formation : 1 (Acquisition des fondamentaux).

Présence des apprenants :

Elle sera vérifiée à chaque séance par un appel effectué au cours de la formation. En cas d'absence à la formation, le remboursement pourra être réalisé sur présentation d'un justificatif. Toute annulation effectuée moins de 72h00 avant le début de la formation n'ouvrira pas droit à un remboursement. A l'issue de la formation, les

apprenants trouveront dans leur espace personnel sur le site de l'EFA, anciennement EDASOP (edasop.fr ou efa-toulouse.fr) leur attestation de présence.

Cette formation faisant partie de la convention de financement 2024 signée entre le FIF PL et l'EFA, elle n'est pas ouverte à remboursement à titre individuel.

Inscriptions possibles jusqu'à 72 heures avant le début de la formation.

Accès aux personnes en situation de handicap :

Toute personne en situation de handicap et/ou à mobilité réduite est invitée à le signaler auprès de la référente handicap afin que l'école puisse mettre en œuvre les ajustements nécessaires pour garantir un accueil et un déroulement optimum de la formation.

Référente handicap : Mme Stéphanie de BALORRE
s.debalorre@efa-toulouse.fr
[05 61 53 58 52](tel:0561535852)