

FORMATION : APPRENDRE A MIEUX GERER LES CONFLITS INTERPERSONNELS

- *Maîtriser les conflits de voisinage ou les conflits du travail, dans des situations de blocage +++*
- *Sortir de la négociation de position*
- *Revenir à une communication constructive*

Toute personne (médiateur, élu, représentant des forces de l'ordre (gendarme, policier, policier municipal,) syndic, bailleur social, assureur...) qui intervient dans des conflits entre voisins sait qu'il a un risque de dégradations pouvant aller jusqu'à la violence entre les personnes. Toute personne (médiateur, manager, RRH, DRH, dirigeant) qui intervient dans des conflits au travail ou des situations de harcèlement avéré ou non sait qu'il doit faire face à la souffrance des gens en conflit pouvant altérer gravement la santé mentale et physique. Ces situations génèrent des blocages souvent difficiles à dénouer sans avoir les outils et les méthodes pour le faire.

La formation donne les moyens d'améliorer ses capacités à gérer les situations délicates ou difficiles. Elle va aborder les aspects psychologiques et comportementaux quand les parties sont sur-positionnées. Elle va apprendre à repérer les personnalités difficiles. A travers les expériences des prises d'otage, la formation aborde les mécanismes de la décision.

A qui s'adresse la formation ?

Les médiateurs formés, avec ou sans pratique de la médiation dans le cadre de la formation continue. **Une attestation est délivrée à l'issue de la formation.**

Toutes personnes sollicitées pour intervenir dans un conflit : agir à un premier niveau et prescrire la médiation en cas de besoin (élus locaux, force de l'ordre, responsables d'entreprise, Responsable ressources humaines, managers, avocats ...)

Pré-requis : Aucun

PROGRAMME DE LA FORMATION

JOUR 1 de 14 h à 19 h - Optimiser votre état mental et savoir préparer votre mental en amont d'une médiation ou d'une action de gestion de conflit. Gérer vos émotions et évacuer votre stress post intervention.

Comprendre le mental

Développer et entraîner le mental

La gestion de l'énergie, des émotions, du stress et de l'estime de soi

Les principes et les techniques de l'entraînement du mental

Sortir d'une médiation avec la sophrologie

La conscience des causes du stress

Le training de l'évacuation du stress par la sophrologie

JOUR 2 de 8 h 30 à 18 h30 – Comprendre le mécanisme du conflit. Intervenir en situation de conflit en qualité de tiers facilitateur.

Découvrir le processus de règlement des conflits
Comment fonctionne la phase du Quoi – objectifs et outils
Comment fonctionne la phase du Pourquoi – objectifs et outils
Découvrir le Dépositionnement – étape et outil
La phase du comment – la créativité

JOUR 3 de 9 h à 17 h

Psychociation – intérêts et atouts
Approche d'une personnalité difficile par le biais des techniques de communication non verbales et verbales
Garder une distance émotionnelle pour ne pas être contaminé,
Intelligence émotionnelle
Comment d'adapter au différent profil psychologique – les comprendre pour accompagner la prise de décision

TARIF ET ORGANISATION

Séminaire de 2.5 jours
Chaque session regroupe 20 personnes au maximum

DATE des sessions et lieu

Du vendredi 14 octobre 2022 au dimanche 16 octobre 2022 à Paris

Du jeudi 20 octobre 2022 au samedi 22 octobre 2022 à Paris

Du jeudi 3 novembre 2022 au samedi 5 novembre 2022 à Paris ou Niort

Du jeudi 24 novembre 2022 au samedi 26 novembre 2022 à Paris ou Lyon

Du jeudi 1^{er} décembre 2022 au samedi 3 décembre 2022 à Paris

Du jeudi 8 décembre 2022 au samedi 10 décembre 2022 à Paris

Du jeudi 15 décembre 2022 au samedi 17 décembre 2022 à Paris

Des dates peuvent être supprimées si pas assez de participants. Les lieux seront précisés ultérieurement.

PRIX DE LA FORMATION

HORS HEBERGEMENT ET REPAS à la charge des participants

1100 € TTC

Les points forts de la formation :

Pédagogie expérientielle avec des cas pratiques et des mises en situation résultant de situations réelles
Echanges et retours d'expérience avec les participants

BERNARD THELLIER
Président et fondateur de Précognition

Bernard Thellier a été le principal négociateur de la cellule de crises majeures du **GIGN** pendant 10 ans. Il s'est rapidement investi dans la négociation pour intervenir sur les prises d'otages, les forcenés, les enlèvements, le grand banditisme et le terrorisme. Il a également participé à la formation des négociateurs régionaux de la Gendarmerie.

Après toutes ces années au sein de cette prodigieuse unité et avec un taux de réussite de 100 % il a décidé de créer sa société qui est spécialisée dans la négociation de conflits, la gestion du stress, l'accompagnement au changement, la communication et dans un plus large domaine le facteur humain.

Chargé de cours en psychologie comportementale à Paris II (Panthéon-Assas) depuis 2012, Bernard va vous permettre de découvrir le rôle de l'inconscient dans vos relations interpersonnelles. Car c'est bien lui qui dicte vos désirs, vos craintes, votre humeur, vos pulsions...

Il est également **diplômé par le F.B.I.** à la négociation «Specialized Topics Crisis».

Il intervient régulièrement sur diverses chaînes d'informations. (France 2, Public Sénat, BFM, CNEWS...)



NELLY ORAIN

Présidente fondatrice de MEDIAPJ et médiatrice civile et sociale

Médiatrice depuis 2013, assermentée auprès de la Cour d'Appel de Versailles et diplômée d'un DU de médiation, spécialisation entreprise
Juriste de formation, j'ai dirigé différentes entités de gestion de sinistres en IARD et Protection Juridique au sein d'une mutuelle d'assurance. Puis j'ai occupé le poste de Directrice de l'expertise à distance en IRD au sein d'un groupement d'expertise. Présidente fondatrice d'une société de prestations de service qui met en œuvre la médiation pour les assureurs, les collectivités territoriales et les entreprises, j'interviens également en qualité de médiatrice judiciaire dans les conflits du travail et les contentieux civils.

Par délégation de l'employeur, j'ai animé les instances représentatives du personnel pendant plusieurs années et j'ai travaillé en lien avec la médecine du travail pour la prévention des risques psychosociaux.

Formée par l'IHENM en tant que formatrice, j'anime des partages de pratiques. Réserviste citoyenne de la Gendarmerie Ile de France, j'ai initié les gendarmes à utiliser les outils de la médiation dans leur approche du conflit de voisinage.



JEAN -JACQUES GAUTHIER

Ancien Sportif de haut niveau, Sophrologue et Pilote sur les risques majeurs

Ancien sportif de haut niveau en Aviron de 1990 à 2000, il a été plusieurs fois champion de France, a été médaillé lors de plusieurs Coupes du monde.

Il a traversé plusieurs fois l'atlantique à la rame de 2001 à 2012 en duo et en solo. Il a survécu à un naufrage de plus de 52 heures en plein océan.

Il accompagne dans leur préparation mentale plusieurs sportifs de haut niveau et/ou de l'extrême (Ironman, raid, rameur océanique, etc.)

Pratiquant la sophrologie depuis l'âge de dix ans, il a approfondi cette discipline et est sophrologue depuis 10 ans. Formé en master du management du sport et en management d'entreprise depuis 1998.

Il est actuellement pilote autour des risques majeurs pour une mutuelle d'assurance.

Son approche de la préparation mentale, grâce notamment à la sophrologie, son empathie et son expérience vous permettront de mieux vous connaître et surtout vous donneront des clés pour mieux gérer les événements et évacuer le stress en amont, pendant et à l'issue de vos interventions en gestion de conflit.



FORMULAIRE INSCRIPTION

A retourner à contact@mediapj.fr

Ou par la poste à MEDIAPJ SAS 16 boulevard de la Reine 78000 VERSAILLES

Avant le lundi 19 septembre 2022 accompagné du virement ou d'un chèque de l'acompte de 75%

NOM, PRENOM PROFESSION

COURRIEL TELFIXE.....PORTABLE.....

ADRESSE

SOCIETE S'IL Y A LIEU

MEDIATEUR NON MEDIATEUR

SOUHAITE s'inscrire à la FORMATION « apprendre à mieux gérer les conflits interpersonnels » à la session du XXX au XXX

Je joins un chèque ou un virement de 825 € TTC à l'ordre de MEDIAPJ (IBAN MEDIAPJ formation Société Générale – FR76 3000 3022 0200 0203 2532 661 BIC SOGEFRPP)

A

Le

Signature

Renseignements pour les formateurs :

Ma formation d'origine et mon parcours de formation en médiation le cas échéant :

.....
.....

Non médiateur : quelles sont vos attentes ?

.....
.....
.....

Médiateur : merci d'indiquer vos formations initiales et continue – organisme et nombre d'heures

.....
.....
.....
.....

Ma pratique de médiation : décrire le domaine et le nombre de médiations effectuées :

.....
.....

Ma pratique de gestion de conflit : décrire les situations dans lesquelles je ne me suis pas senti(e) à l'aise :

.....
.....
.....
.....