

INTITULÉ DE FORMATION :

## Retrouver la stabilité pour mieux gérer les conflits

[Les clés de la prise de distance et de l'écoute « augmentée »](#)



Qualification : Niveau A - Novice

### PUBLIC

Toute personne, voulant développer et élargir ses capacités relationnelles.

### PRÉ-REQUIS

La formation s'adapte à tous les niveaux, il n'y a donc aucun prérequis pour y participer.

### DURÉE

14 heures :  
soit 2 jours (7h par jour)  
soit 4 demi-journées (3.5 h par demi-journée)

### DATES

À définir en fonction de vos disponibilités.

### LIEU

Sur site (intra)

### HORAIRES

De 9H00 à 12H30  
et de 13H30 à 17H00

### NOMBRE DE PARTICIPANTS PAR SESSION :

- Minimum : 3
- Maximum : 12

### TARIF

Forfait intra : 2700,00 € HT

***Formation accessible aux personnes en situation de handicap. Nous contacter en cas de besoin pour un participant.***

## OBJECTIFS DE LA FORMATION ET COMPÉTENCES VISÉES

À l'issue de la formation le participant sera capable de :

- Capacité à pratiquer une écoute « augmentée » (neutre, disponible, ouvert)
- Capacité à sortir du conflit en maintenant une connexion avec l'autre, (accompagner, prendre une distance saine, ne pas prendre au personnel)
- Capacité à « danser les trois pas » de l'Aïkido Verbal® sur un cas (opportunité de pratique) réel

## CONTENU

- Introduction à la pratique et à la philosophie Aïkido Verbal®
- Se centrer et stabiliser sa posture : plusieurs techniques et pratique du centrage corporel
- Entraînement de posture et d'écoute à travers le Stretching (étirement) Verbal
- Une sélection de techniques Aïkido Verbal® adaptées : mieux comprendre les autres, afin de proposer des issues équilibrées aux échanges
- Entraînement pour reconnaître une déstabilisation et le transformer en ouverture
- Mise en pratique des outils se basant sur des cas réels de conflit

#### MODALITÉS D'ÉVALUATION D'ATTEINTE DES OBJECTIFS DE LA FORMATION :

- Evaluation individuelle du profil, des attentes et des besoins du participant avant le démarrage de la formation
- Evaluation des compétences en début et en fin de formation
- Évaluation des connaissances à chaque étape de la formation (via questionnaires, exercices, travaux pratiques, entretiens avec le formateur)
- Questionnaire d'évaluation de la satisfaction en fin de formation

#### MOYENS PERMETTANT LE SUIVI ET L'APPRÉCIATION DES RÉSULTATS :

- Feuilles de présences signées des participants et du formateur par demi-journée
- Attestation de fin de formation mentionnant les objectifs, la nature et la durée de l'action et les résultats de l'évaluation des acquis de la formation.

#### MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES D'ENCADREMENT DES FORMATIONS :

##### Modalités pédagogiques :

- Évaluation des besoins et du profil du participant
- Apport théorique et méthodologique : séquences pédagogiques regroupées en différents modules
- Contenus des programmes adaptés en fonction des besoins identifiés pendant la formation.
- Questionnaires, exercices et étude de cas
- Réflexion et échanges sur cas pratiques
- Retours d'expériences
- Corrections appropriées et contrôles des connaissances à chaque étape, fonction du rythme de l'apprenant mais également des exigences requises au titre de la formation souscrite.

##### Éléments matériels :

##### **Documents fournis :**

Support de cours au format papier et transmis au participant par mail à la fin de la formation.

##### **Référent pédagogique et formateur :**

Chaque formation est sous la responsabilité du directeur pédagogique de l'organisme de formation ; le bon déroulement est assuré par le formateur désigné par l'organisme de formation.