

GÉRER L'AGRESSIVITÉ ET LES INCIVILITÉS

DCT10



STATUTS

Dirigeant, Employé, Cadre et agent de maîtrise, Demandeur d'emploi, Tout public

PRÉREQUIS

La formation ne nécessite aucun pré-requis

DURÉE

2 jours, soit 14 heures

PUBLIC

Tout public

TARIF

900 €

CERTIFICATIONS

Une attestation de stage est systématiquement remise à l'issue de la formation conformément aux dispositions réglementaires.

PROCHAINE(S) SESSION(S) :

2024

Besançon

1^{re} Session : 13/09 et 19/09

CE QUE VOUS ALLEZ APPRENDRE

Reconnaître sa propre agressivité comme celle des autres
Réagir de façon adaptée, pendant, après l'agression

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Identifier les facteurs provoquant les situations d'agressivité
Comprendre les mécanismes en jeu dans les phénomènes d'agressivité
Identifier son propre mode réactionnel dans les situations conflictuelles et d'agressivité
Savoir mettre en œuvre un comportement adapté permettant de prévenir sa propre agressivité et l'agressivité de l'entourage

PROGRAMME

Comprendre les mécanismes de l'agressivité

Faire la différence entre colère, agressivité et violence
Comprendre l'expression des émotions et leurs conséquences
Identifier les facteurs et mécanismes de l'agressivité
Analyser le phénomène de l'escalade de la violence

Identifier ses propres modes de fonctionnement en situation d'agressivité

Comprendre l'influence de son comportement sur celui de l'autre
Apprendre à prendre du recul
Sortir du processus agresseur / agressé

Adopter une attitude efficace

Développer son assertivité : l'écoute empathique, la capacité à dire non, la capacité à poser clairement des limites
Gérer l'énervement et la colère
Gérer l'agressivité offensive, la mauvaise foi et la manipulation
Savoir agir avant, pendant, après l'agression

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Mise en situation collective, en sous-groupe
Echanges d'expériences
Apports théoriques
Présentation dynamique et ludique

MODALITÉS D'ÉVALUATION

QCM ou étude de cas/mise en situation

Rejoignez-nous et suivez-nous sur :



BESANÇON

46, avenue Villarceau
25000 Besançon
Tél. : 03 81 25 26 06

BELFORT

1, rue du Docteur Fréry
90000 Belfort
Tél. : 03 84 54 54 84

VESOUL

1, rue Victor Dollé
70000 Vesoul
Tél. : 03 84 96 71 08

LONS-LE-SAUNIER

87, Place de la Comédie
39000 Lons-le-Saunier
Tél. : 03 84 86 42 07

Pour toute demande d'informations : contact@sifco.eu