

# LEADER EN PRÉVENTION ET EN RÉOLUTION DE CONFLITS

Formations + Médiation + Consultation

## FORMATION

### MON CLIMAT DE TRAVAIL ET MOI : MES ATTITUDES ET MES COMPORTEMENTS AU TRAVAIL

**DURÉE :** Variable selon les besoins

**OBJECTIFS :**

- + Nommer l'impact des communications au quotidien sur le climat de travail général
- + Évaluer les attitudes et les comportements qui sont constructifs ou non dans un milieu de travail
- + Évaluer les attitudes et les comportements liés spécifiquement à la communication qui sont constructifs dans un milieu de travail
- + Adopter des attitudes et des comportements dans les communications au quotidien qui favorisent un climat de travail sain et harmonieux
- + Nommer et mettre en pratique certaines habiletés sociales favorisant des relations interpersonnelles saines et constructives
- + Mettre en pratique des techniques de communication adéquates et efficaces en cas d'insatisfactions

## THÉMATIQUES :

- + La contribution de chacun au climat
- + Les perceptions
- + La co-construction de la dynamique interpersonnelle et des conflits
- + Le respect
- + Les différents types de réaction au conflit
- + La gestion de la colère
- + Les techniques d'écoute active
- + L'empathie
- + L'affirmation de soi
- + Les incivilités
- + La communication pacifique

Reconnu par le gouvernement du Québec  
comme *Partenaire émérite de la lutte contre l'intimidation.*