

ACTION COLLECTIVE AKTO

LIEU

Arradon

Ploemeur

Questembert

Rennes

DUREE

3 jours

21 heures

TARIF

630 euros

PUBLIC

Personnel non
enseignant des
établissements
scolaires privés
du Morbihan

PRE-REQUIS

Aucun

Accessible TH



OBJECTIFS

Réfléchir sur l'agressivité afin de mieux la comprendre

- Savoir adopter la bonne attitude face à l'agressivité
- Améliorer sa capacité de contact avec le public, acquérir une plus grande clarté dans sa manière de communiquer
- Repérer et utiliser le potentiel de ses compétences en vue d'améliorer la qualité de la relation

PROGRAMME ET CONTENU

LES DIFFÉRENTES MANIFESTATIONS DE L'AGRESSIVITÉ

- La définition de l'agressivité et de ses besoins fondamentaux

LES PHÉNOMÈNES ET LES FACTEURS DE L'AGRESSIVITÉ

- La compréhension des situations
- La prise en compte de la réalité de l'autre de sa vision du monde
- La découverte de l'intention positive sous-jacente à un comportement mal perçu

LA COMMUNICATION ET LES RELATIONS HUMAINES

- La parole et l'écoute
- Les règles de base, les mécanismes et les obstacles de la communication
- L'écoute active et la reformulation
- Le vocabulaire adapté à l'interlocuteur
- L'imagination au service de la parole

LA GESTION DU STRESS

- Les mécanismes du stress
- Les maladies du stress
- Les remèdes au stress :
le contrôle de la voix (articulation, débit, volume)
le contrôle de la respiration
la relaxation en situation de travail

LA CONNAISSANCE DE SOI FACE À L'AGRESSIVITÉ

L'auto diagnostic de ses forces et faiblesses

L'anticipation de ses réactions face aux situations de tension

LA GESTION ET L'ANALYSE DES SITUATIONS DIFFICILES

L'affirmation et le respect de soi et des autres

L'empathie et la prise en compte des affects

Le contrôle de l'utilisation des émotions

Le mode de communication personnel à privilégier (auto diagnostic et analyse)

La mise en place d'outils concrets avec proposition de jeux de rôle du côté pratique (à la demande - caractère non-obligatoire)

MODALITES ET METHODES PEDAGOGIQUES

Dynamique collective : expression des attentes et questions des participants, études de cas à partir de situations professionnelles vécues, mise en situation, analyse de pratiques

EVALUATIONS

Auto-évaluation et/ou questionnaire à choix multiples
Questionnaire de satisfaction