

## Atelier : Gestion des conflits et posture de sécurité

# Les ateliers d'Ocellia

### Des thèmes ciblés

- > Aller à l'essentiel et compléter ses connaissances
- > Choisir la ou les thématiques que je souhaite approfondir
- > Acquérir des techniques et des outils directement applicables à son poste de travail
- > S'entraîner à partir de situations concrètes afin de structurer des réponses au plus près de la pratique

### Approche pédagogique

- > Être auteur et acteur de sa formation
- > Méthodes pédagogiques interactives
- > Partage d'expériences entre professionnels et formateurs
- > Echanges sur les aspects concrets du quotidien
- > Co-construction, pistes d'amélioration pour faire évoluer les pratiques
- > Un support pédagogique, une bibliographie et des articles pourront être proposés en support de la formation

## Objectifs

- Savoir identifier ses ressentis et ses besoins dans une situation de conflit
- Acquérir un outil de communication préventif des situations de tension
- Savoir analyser les éléments favorables ou défavorables au maintien de son intégrité physique dans le cadre de son travail

## Compétences Visées

- Réactualiser les éléments de la communication (verbales et non verbales)
- S'entraîner à l'écoute active
- Acquérir les étapes d'une communication non violente (CNV)
- Acquérir des techniques simples et efficaces face aux atteintes courantes de son intégrité physique dans le contexte professionnel

## Programme

- ATELIER 1 :** Ouverture de formation et temps d'inclusion (+ sensibilisation écoute active)
- ATELIER 2 :** La communication non verbale en 5 étapes (fait - émotions - besoin insatisfait - demande négociable - déclusion)
- ATELIER 3 :** Temps d'échauffement
- ATELIER 4 :** Face à tous types de saisies
- ATELIER 5 :** Face à tous types d'étranglement
- ATELIER 6 :** Face aux tirages de cheveux
- ATELIER 7 :** Protection passive
- ATELIER 8 :** Protection active
- ATELIER 9 :** Exfiltration
- ATELIER 10 :** Bilan de formation

## Infos pratiques



**Publics :** Tous publics  
(Professionnels et non professionnels)



**Prérequis :**  
Aucun



**Formation à :**  
GRENOBLE



**Programme :**  
Une journée, 7h



**Effectif :**  
Mini : 8 places  
Maxi : 12 places

**Financement :**  
Pro : 250 €  
Particulier : 210 €

Contactez nos équipes pour plus d'informations

# Méthode et outils pédagogiques

Ateliers basés sur les apports théoriques, les échanges pratiques, l'expérimentation, les mises en situations, les jeux de rôles à partir d'exemples de terrain et des outils de coaching.

## Evaluation

- Auto-évaluation stagiaire individuelle par écrit
- Evaluation de satisfaction individuelle par écrit et oral

## Certification

Une attestation de formation sera remise à l'issue de la formation.

### Check-list de l'inscription

Inscription en ligne : [www.ocellia.com](http://www.ocellia.com)  
(Ou sur devis pour une intervention dans vos locaux)

**POUR TOUTE DEMANDE DE RENSEIGNEMENT :**  
Grenoble Echirolles : Service Formation Continue au  
04 74 09 02 08  
[formation-continue.grenoble@ocellia.fr](mailto:formation-continue.grenoble@ocellia.fr)



OCELLIA est un établissement signataire de la charte pour l'accueil en formation des personnes en situation de handicap. Votre parcours de formation peut faire l'objet d'aménagement. Nous proposons un accompagnement spécifique aux personnes en situation de handicap.

#### Espace Lyon

Le Sémaphore  
20 rue de la Claire CP 320  
69337 Lyon Cedex 09

04 78 83 40 88  
[contactlyon@ocellia.fr](mailto:contactlyon@ocellia.fr)

#### Espace Grenoble Echirolles

3 avenue Victor Hugo BP 165  
38432 Echirolles Cedex

04 76 09 02 08  
[contactgrenoble@ocellia.fr](mailto:contactgrenoble@ocellia.fr)

#### Espace Valence

103 avenue Maurice Faure  
26000 Valence

04 75 86 30 55  
[contactvalence@ocellia.fr](mailto:contactvalence@ocellia.fr)

Lyon - Grenoble - Valence

[www.ocellia.fr](http://www.ocellia.fr)

