formation-ARC.Suisse

Descriptif de formation

Mercredi 14 avril 2027 – 9h00 à 17h00

Gérer les conflits d'équipe – transformer les tensions en solutions

Un conflit mal géré, ce n'est pas juste "de l'ambiance" ; c'est ce qu'on ramène chez soi le soir.

En Suisse, les tensions au travail sont en nette hausse ces dernières années - les syndicats l'observent depuis plusieurs années, avec le télétravail et la pression économique comme facteurs aggravants. Mais derrière cette tendance, ce sont des effets bien concrets sur les personnes qui les vivent au quotidien : des études suisses montrent que le climat conflictuel au travail est associé à des troubles du sommeil chez près d'un salarié sur deux, à des états de stress et d'anxiété chez un tiers d'entre eux, et à des difficultés de concentration qui touchent près de 4 salariés sur 10.

Un conflit non résolu ne reste jamais "juste professionnel". Il s'immisce dans l'énergie, le sommeil, la capacité à décrocher - et, pour certains, il pousse littéralement vers la sortie ou vers ce qu'on appelle la "démission intérieure" : rester au poste, mais s'être déjà retiré intérieurement.

Cette formation ne vous demande pas de "faire avec". Elle vous donne les moyens de reprendre la main.

Objectifs
Je…
→ reconnais les différents types de conflits et leurs impacts
→ développe des stratégies adaptées pour gérer les désaccords
→ renforce mes compétences de communication dans les situations tendues
→ favorise la coopération et l'engagement au sein de l'équipe

Contenu
La formation permet d'identifier les mécanismes des conflits et d'explorer différentes manières de prévenir l'escalade et de désamorcer les tensions. Elle aborde également des techniques de communication, de médiation et de négociation pour rechercher des solutions communes.

- Identifier les causes et les mécanismes des conflits en milieu professionnel
- Reconnaître les signes précurseurs et prévenir l'escalade
- Techniques de communication pour désamorcer les tensions
- Médiation, négociation et recherche de solutions communes
- Créer une culture d'équipe basée sur la confiance et le respect

Animateur
François Michalon, Conférencier, Chroniqueur Radio Lac, Auteur et Formateur en prévention de la charge mentale / Burn out, Gestion des conflits, Motivation

Public cible, nombre de participant·e·s
Toute personne souhaitant mieux comprendre et gérer les conflits et les tensions dans un contexte professionnel. Aucun prérequis n'est nécessaire.

Limité à 12 personnes

Lieu
Salle Syna, Route du Petit-Moncor 1a, 1752 Villars-sur-Glâne, Tél. : 026 409 78 20

Inscription et désistement

Inscription : Pour garantir la planification, inscrivez-vous suffisamment tôt, idéalement avant la date limite de désinscription. Sinon, les inscriptions sont possibles tant que le formulaire d'inscription est ouvert sur notre site web.
Désistement (sans conséquences financières) : jusqu'au lundi 15 mars 2027 au plus tard à l'adresse suivante : arc@travailsuisse.ch.

Frais
Pour les **membres**, les frais sont pris en charge comme suit :
- **Syna** : 4 jours de cours / an ou 2 jours de cours pour les retraités et les apprentis.
- **transfair** / transfair Poste : 2 jours de cours / an, le même cours ne peut être suivi qu'une seule fois sur une période de trois ans.
- **SCIV** : jusqu'à CHF 450 / an
- **SwissPersona** : jusqu'à CHF 1'000 / an

Ensuite, les frais sont à la charge des participants.

Pour les **non-membres** : CHF 580.- (documentation de cours et repas inclus)