

MANAGEMENT ET COOPÉRATION

Donner un retour constructif et désamorcer les tensions

Référence : entreprises-conflits · Programme proposé · ouverture des sessions à confirmer

Pourquoi cette formation ?

Un désaccord ou un comportement répété perturbe le travail ; vous devez aborder le sujet sans dégrader la relation.

Résultat professionnel visé

Donner un retour à partir de faits et conduire un échange difficile jusqu'à un engagement précis.

Compétences travaillées

- Décrire des faits sans attribuer d'intention.
- Conduire un échange difficile et écouter le désaccord.
- Convenir d'un engagement observable et de son suivi.

Programme pédagogique

Matin · 3 h 30

- Distinguer désaccord, tension et situation nécessitant un relais.
- Préparer un retour à partir de faits et de leurs conséquences.
- S'entraîner à écouter et reformuler une réponse défensive.

Après-midi · 3 h 30

- Rejouer une tension entre deux collègues avec débriefing. Repérer un propos stéréotypé, poser une limite respectueuse et identifier le relais approprié.
- Poser les limites de son rôle et organiser le relais adapté.
- Préparer un suivi et des règles de coopération.

Mise en pratique

Simuler un entretien après plusieurs retards dans un passage de relais, puis refaire la scène après retour du groupe.

Production attendue

grille de régulation et plan de suivi.

Participer à la formation

Public et prérequis

Personnes responsables d'une équipe ou d'un projet, et toute personne assurant une coordination transverse. Aucun prérequis technique spécifique. Apporter une situation professionnelle à travailler ; un cas fictif est fourni si nécessaire.

Durée, formats et participation

1 journée · 7 h. Présentiel ou Distanciel en direct. Inter : jusqu'à 8 personnes ; ouverture soumise à confirmation. Intra : groupe dédié jusqu'à 8 personnes. Atelier collectif ciblé de 3 h 30 sur demande, avec objectifs et devis propres.

Méthodes et évaluation

Positionnement, apports courts, exercices guidés, mises en situation et retours du formateur. Situations fictives ou anonymisées. Satisfaction recueillie séparément des acquis. Observer précision des faits, écoute et engagement final. Ce module ne traite pas une situation de harcèlement ni ne remplace un dispositif RH spécialisé.

Supports et suivi

Supports, exercices, outils réutilisables, évaluation des acquis, attestation et plan d'action à 30 jours avec grille d'autoévaluation. Inter : Un retour d'expérience collectif de 1 h à 30 jours, à distance, en complément de la journée. Ressources et quiz à J+30 avec corrigé ; questions de reprise par écrit jusqu'à J+60. Intra : Un cadrage de 1 h et un suivi de 1 h à 30 jours avec le commanditaire, à distance. Ces rendez-vous s'ajoutent aux heures pédagogiques ; leurs dates sont convenues avant inscription.

Prix et conditions

Inter · 7 h : 499 € par personne · sans TVA

Intra · 7 h : 2 290 € jusqu'à 4 personnes, puis 180 € par personne supplémentaire ; maximum 8 · sans TVA

Atelier collectif ciblé · 3 h 30 : Sur devis, selon l'objectif retenu

Déjeuner facultatif : 25 à 30 € par personne et par jour, confirmé avant accord. Transport et hébergement des participants non inclus. En intra, salle équipée fournie par le client ; location, création de contenu, coanimation et frais hors villes proposées chiffrés séparément.

Intervenant, accès et adaptation

Patrick. Dates, horaires, lieu, intervenant et conditions d'ouverture confirmés avant inscription. Besoins d'accessibilité : contactez-nous en amont pour étudier les adaptations. L'attestation de participation n'est ni un diplôme ni une certification professionnelle. Aucun financement automatique n'est annoncé.

Un besoin complémentaire ou une situation particulière à travailler ? Écrivez-nous pour étudier l'adaptation de cette formation.

[Nous écrire pour adapter cette formation](#)

L'adaptation légère des exemples est comprise dans le forfait intra. Un complément pédagogique, une création de contenu ou un accompagnement supplémentaire fait l'objet d'une proposition distincte, acceptée avant intervention.

Dates et prochaine étape

Sessions connues au 2026-10-13. Une demande d'intérêt ne vaut pas inscription confirmée. Les horaires, le lieu exact et l'ouverture seront précisés avant inscription.

11/05/2027 · Angers

Donner un retour constructif et désamorcer les tensions · Présentiel · 1 journée · 7 h

Date proposée

[Cette session m'intéresse](#)

Intra-entreprise

Organisation et calendrier à convenir avec votre entreprise, après cadrage du besoin et accord sur le devis.

[Consulter les dates actualisées](#)

[Consulter le programme en ligne](#)

[Demander une programmation](#)

Une suite facultative

Aucune suite n'est imposée sans prérequis établi.

Partenaire de direction · Différents, mais complémentaires.