

Savoir faire face aux situations tendues

Non-certifiante

Formation continue.

Réf. : 1804712F — Mise à jour : 10 février 2026

Organisme responsable : **SMART ET COM FORMATIONS**

Contenu

Objectifs

- Asseoir naturellement son autorité
- Traiter les désaccords avec diplomatie
- Trouver de nouveaux leviers pour s'affirmer sans fuir, ni agresser, ni manipuler
- Faire face aux comportements gênants des autres
- Gérer les tensions et sortir des conflits

Programme

- Développer un style relationnel efficace en situation de tension
- Détecter et gérer les comportements gênants
- Développer un langage "assertif" pour s'affirmer et gérer les situations de tension
- Transformer les critiques justifiées en informations utiles
- Gérer les situations conflictuelles

Certifications préparées et métiers visés

Niveau d'entrée

Aucun prérequis

Dates et lieux de formation

N° session	Modalité	Lieu	Du	Au
2210101	Présentiel	Saint-Jean-la-Poterie	09/02/2026	30/12/2026

Source : GREF Bretagne #1804712F