COMMENT DÉSAMORCER

DES CONFLITS?

PRENEZ RDV AVEC VOTRE COACH CERTIFIÉE SPÉCIALISÉE EN DÉVELOPPEMENT PERSONNEL

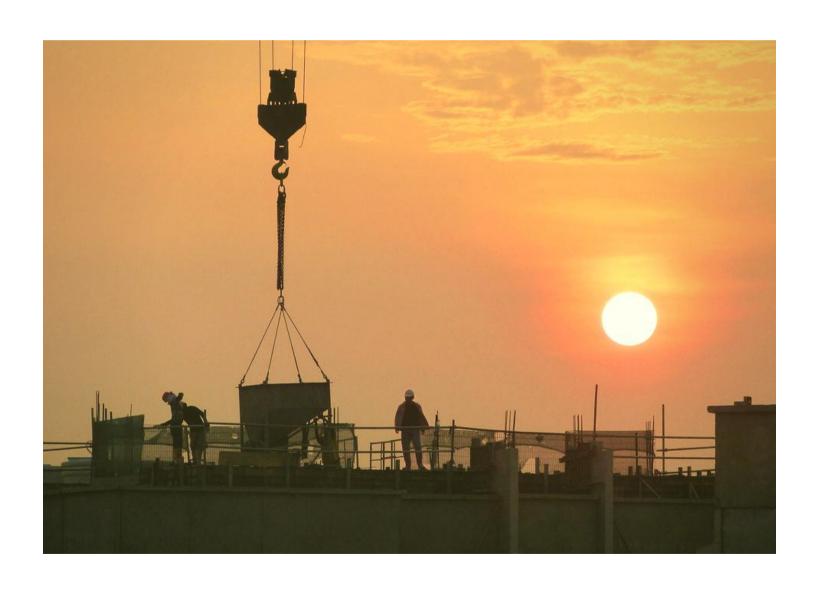




TENSION DANS LES ÉQUIPES ? PRODUCTIVITÉ RÉDUITE ? FATIGUÉ DU TURN-OVER ?

Chefs d'entreprise et responsables d'équipe : découvrez les 3 étapes clés pour une bonne communication et désamorcer les conflits.

APAISEMENT DES TENSIONS



Insultes & rancoeur: perturbations sur le chantier

Nous avons été sollicités par une entreprise de Travaux Publics pour régler un conflit entre 2 salariés qui refusaient toute nouvelle collaboration.

Nous les avons d'abord accompagnés individuellement. Le premier s'était montré insultant, le second était dans la rancoeur. Le premier a compris qu'il portait une énorme colère en lui et qu'il était dans le combat. Le second, qu'il ne se respectait pas en laissant faire et qu'il devait se poser des limites ainsi qu'aux autres.

MEILLEURE COMPRÉHENSION



Ecoute & pardon: le choix d'aller de l'avant

Après avoir compris ce que ce conflit disait sur chacun d'eux et les messages qu'ils s'envoyaient, ils ont accepté de se rencontrer en notre présence. L'un a pu s'excuser et l'autre écouter, accueillir et pardonner sans être perdant.

Le travail a pu reprendre progressivement dans le respect mutuel.

COHÉSION DES ÉQUIPES



Partage & optimisation : relance de la dynamique

Les autres membres s'en sont trouvés soulagés car il n'y avait plus de clans. Un rééquilibrage des tâches a aussi été opéré.

La performance et l'efficience au travail sont revenues.

LA METHODE PG COACH PRO EN 3 ÉTAPES

ETAPE 1: RESTAURER L'ESTIME DE SOI APPRENDRE ET
MAÎTRISER
LA
COMMUNICATION
NON VIOLENTE
(CNV)

ETAPE 3:
APPRENDRE ET
MAÎTRISER LES
TECHNIQUES DE
LA
REFORMULATION





- a. Restaurer vos qualités et compétences et identifier vos valeurs,
- b. Faire un état des lieux de ce qui a été accompli avec succès dans tous les domaines de vie.
- c. Apprivoiser le mental et mettre un terme à l'auto-sabotage,
- d. Apprendre à dire non, à poser des limites, à soi-même et aux autres, à se respecter,
- e. Mettre de la cohérence entre les pensées, les paroles et les actes,
- f. Apprendre à réduire le niveau de stress en pratiquant des exercices efficaces en parfaite autonomie.

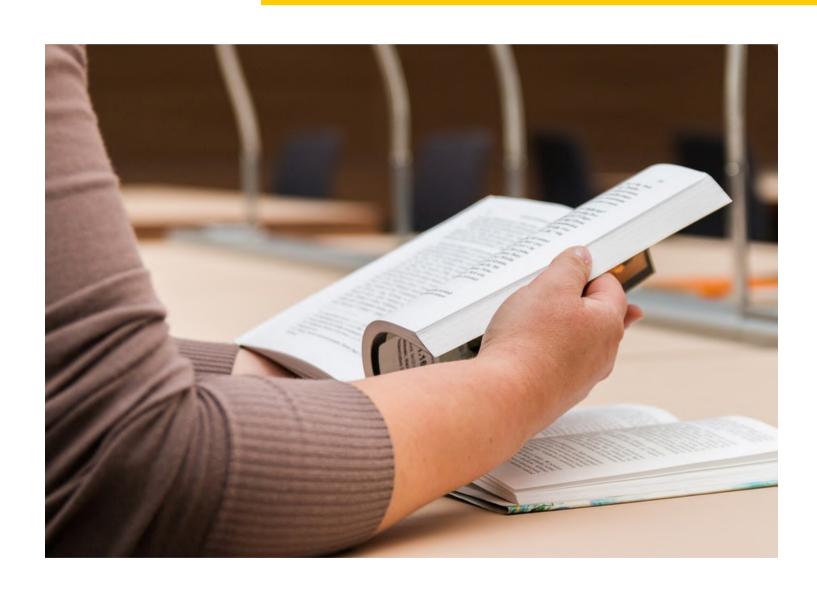


ÉTAPE 2: APPRENDRE ET MAÎTRISER LA COMMUNICATION NON VIOLENTE (CNV)



Cette méthode présente un double avantage. Elle permet de vous connaître en profondeur, de rencontrer l'autre et de mieux le comprendre, de clarifier ce qui vous appartient et ce qui lui appartient, qui fait partie de son histoire personnelle dans laquelle vous n'avez strictement rien à voir.

ÉTAPE 3: APPRENDRE ET MAÎTRISER LES TECHNIQUES DE LA REFORMULATION



Ces techniques consistent à faire barrage aux propos dévalorisants, humiliants et à renvoyer à l'autre son discours mais de façon correcte de telle sorte qu'il ne puisse pas répliquer. Ainsi, vous vous mettez en sécurité intérieure. Elle exige que vous soyez vraiment à l'écoute. En effet, la plupart du temps les personnes font semblant d'écouter car, en réalité, elles préparent leur réponse.



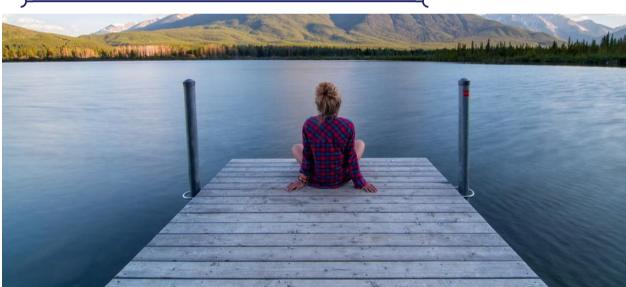
Certifiée spécialisée en développement personnel - 06 87 60 65 25



SUPPRIMEZ LES CONFLITS



RESPONSABILISEZ VOS SALARIÉS



AUGMENTEZ LA COHÉSION D'ÉQUIPE



CRISE PARALYSANTE ENTRE SALARIÉS PATRICK & JULIEN

CAS CLIENT





Nous avons été sollicités par une entreprise de Travaux Publics pour régler un conflit entre 2 salariés qui refusaient toute nouvelle collaboration.

Nous les avons d'abord accompagnés individuellement. L'un s'était montré insultant, l'autre était dans la rancoeur. Le premier a compris qu'il portait une énorme colère en lui et qu'il était dans le combat. Le second, qu'il ne se respectait pas en laissant faire et qu'il devait se poser des limites ainsi qu'aux autres.

Après avoir compris ce que ce conflit disait sur chacun d'eux et les messages qu'ils s'envoyaient, ils ont accepté de se rencontrer en notre présence. L'un a pu s'excuser et l'autre écouter, accueillir et pardonner sans être perdant.

Le travail a pu reprendre progressivement dans le respect mutuel.

Tensions apaisées : dialogue et collaboration au coeur de la réussite des projets de l'entreprise.

© Pixabay, Canva, Freepik, Unsplash

06 87 60 65 25

