

CERTIFICAT EN GESTION POSITIVE DES CONFLITS INTERPERSONNELS

Cette formation est reconnue par le Ministère de la Fédération Wallonie-Bruxelles.



Le processus de formation mis en place dans le cadre de la certification permet de recevoir et d'assimiler progressivement des savoirs, des savoirs-faire et des savoirs-être en gestion positive des conflits interpersonnels au travers de 9 modules de formation, à la fréquence d'une formation par mois. En fin de parcours, le/la participant.e dispose d'outils cohérents et complets.

POUR QUI ?

Toute personne souhaitant réinvestir les acquis de la formation dans un projet personnel, associatif ou professionnel.

CONCRÈTEMENT

- 9 modules de formation, en week-end. Un syllabus est remis lors de chaque session
- Groupe de 18 personnes maximum (La composition n'est pas modifiée par l'Université de Paix durant l'exercice.)
- Accompagnement individuel par un retour sur les travaux demandés
- Entretien individuel en fin de formation

CONTENU

9 sessions - 18 journées de formation - 110 heures

MÉTHODOLOGIE

La méthodologie est active et participative : alternance d'apports théoriques et expérimentation des outils en groupe et sous-groupe.

L'implication de chacun.e dans le groupe permet un apprentissage supplémentaire par le partage des réflexions et des expériences personnelles durant les formations.

HORAIRE & LIEU

L'ensemble des sessions se déroule les samedis et dimanches de 9h30 à 16h30 à l'Université de Paix, sauf la 6^e session (au mois de mars 2021) qui se déroulera à l'Auberge de Jeunesse « Félicien Rops » (Namur) du vendredi 17h30 au dimanche 16h00.

COORDINATION

La coordination du Certificat en gestion positive des conflits interpersonnels est assurée par Julien Lecomte. **Le coordinateur est présent à la totalité des sessions.**

CONTENU DÉTAILLÉ

1 > COMPRENDRE ET EXPÉRIMENTER NOS ATTITUDES EN CONFLIT

Une demi-journée d'accueil permettra à chacun.e de se présenter et de préciser l'objectif de sa démarche. Les règles de vie, les objectifs et le rôle de la coordination seront communiqués. Cette première formation est l'occasion d'une prise de conscience, étape préalable et nécessaire à une démarche active de gestion des conflits.

Objectifs :

- Définir le concept de « conflit » à partir de différentes représentations.
- Inventorier des attitudes possibles en situation de conflit et en évaluer la pertinence en fonction des situations.
- Explorer des situations conflictuelles et se définir des objets de conflit.

Formateur : Frédéric Billiard

Dates : WE 10 & 11 octobre 2020

2 > AGIR SUR NOS CROYANCES LIMITANTES

Nos croyances influencent notre estime de nous-mêmes et peuvent nous bloquer dans nos relations au quotidien et dans notre épanouissement personnel. Les croyances que nous posons sur nous-mêmes, sur nos capacités et compétences, sur les autres et sur notre environnement ont un impact prépondérant sur nos comportements, et donc sur notre capacité d'entrer en relation. Dans la communication, la transformation de jugements en faits constitue une base de la plupart des techniques de gestion positive des conflits.

Objectifs :

- Distinguer les faits, des jugements, des sentiments.
- Traduire les jugements en faits.
- Pratiquer le recadrage de point de vue.
- Prendre conscience de l'influence des croyances dans la communication et sur l'estime de soi. Identifier et transformer nos croyances limitantes.
- Pratiquer des activités pour développer l'estime de soi.

Formateur : Frédéric Duponcheel

Dates : WE 14 & 15 novembre 2020

Ce Certificat peut être organisé aussi à la demande.

3 > ACCUEILLIR LES ÉMOTIONS ET PRATIQUER L'ÉCOUTE

Outil de prévention du conflit par excellence, l'écoute permet de favoriser l'expression et l'affirmation de soi. Les participant.e.s mettront en pratique des techniques favorisant la gestion des émotions.

Objectifs :

- Reconnaître les émotions et les nommer.
- Décoder les sentiments d'un pair, afin de communiquer de manière plus adéquate.
- S'approprier des moyens concrets d'écoute des émotions.
- Intégrer des techniques de gestion des émotions.
- Pratiquer l'écoute active.

Formatrice : Guénaëlle Culot

Dates : WE 12 & 13 décembre 2020

4 > INTRODUCTION À LA COMMUNICATION NONVIOLENTE

La Communication Nonviolente est un outil qui attire notre attention sur les sentiments, besoins et demandes de chaque personne et la garde de toute critique. Elle permet la poursuite du dialogue même lorsque nous échangeons des opinions divergentes ou que nous sommes en conflit.

Objectifs :

- Découvrir les principes de base de la « Communication Nonviolente » (processus de Marshall Rosenberg).
- Apprendre à identifier ce qui dans la communication entraîne un enrichissement des relations et ce qui, au contraire, provoque des tensions, de la résistance voire même de la violence.

Formatrice : Catherine Schollaert

Dates : WE 16 & 17 janvier 2021

5 > POUVOIR S’AFFIRMER

Face à une situation insatisfaisante, nous pouvons hésiter à exprimer notre point de vue jusqu’à parfois nous « écraser », ou au contraire le défendre coûte que coûte au risque de « monter dans les tours ». Dans un cas comme dans l’autre, cela se fait au détriment de soi ou de l’autre. L’idée de ce module est de trouver des moyens de communiquer de manière à ce que chacun.e s’y retrouve.

Pour cela, nous serons amené.e.s à explorer les croyances qui sous-tendent notre positionnement face à de telles situations.

Par l’entremise d’apports théoriques et réflexifs, d’exercices individuels ou en petits groupes, chaque participant.e sera amené.e à explorer les différentes facettes de l’assertivité.

Objectifs :

- Prendre conscience de nos différents comportements et de nos moyens de communication en situation conflictuelle.
- Clarifier la notion d’assertivité.
- Découvrir et expérimenter des outils permettant une communication assertive :
 - S’exercer à faire une demande en s’affirmant.
 - Apprendre à critiquer et à recevoir la critique (ou des éloges).
 - Apprendre à refuser sans agressivité.

Formatrice : Nathalie Ballade

Dates : WE 6 & 7 février 2021

6 > LE POUVOIR ET MOI

Toute société est confrontée à la question du pouvoir. Chacun.e d’entre nous établit un rapport particulier au pouvoir. Il nous inspire méfiance, peur, soumission, révolte...

Il arrive aussi que le goût du pouvoir nous drogue, nous attire, nous révolte...

Objectif :

- Proposer à chacun.e, à partir d’expérimentations concrètes, de réfléchir et de prendre la mesure de ses attitudes face à différents pouvoirs.

Formateur : François Bazier

Dates : Du vendredi 5 mars (17h30) au dimanche 7 mars 2021 (16h00)

« Session
résidentielle
à l’Auberge de
Jeunesse
« Félicien
Rops »
(Namur) »

7 > PRATIQUE DE NÉGOCIATION

Que ce soit dans une dynamique confrontative ou coopérative, résoudre un conflit et/ou prendre une décision requiert certaines conditions :

- Une conscience claire de l'objectif ou du projet réel, de l'importance de la relation, du temps disponible, du rapport de force existant, du mandat...
- Une capacité d'écoute et de discernement des faits et des sentiments, une capacité d'affirmation de soi.

Objectifs :

- Cerner ses forces et faiblesses dans des situations quotidiennes de négociation.
- Offrir à chacun.e la possibilité concrète d'augmenter ses capacités de négociation.

Formateur : François Bazier

Dates : WE 3 & 4 avril 2021

8 > ÊTRE TIERS DANS UN CONFLIT (SUR BASE DE TECHNIQUES DE LA MÉDIATION)

Dans notre quotidien, nous sommes confronté.e.s à des situations dans lesquelles nous intervenons en tant que tiers dans un conflit. Sur base d'outils et de techniques de la médiation, il s'agit d'expérimenter des postures et des attitudes adaptées à ce type de situation. La médiation est un mode particulier de gestion des conflits.

Le.la médiateur.trice aide les parties en conflit à exprimer leur position, leurs besoins et à rechercher un accord satisfaisant les intérêts de chacun.e. Le.la médiateur.trice est neutre. Son rôle est d'établir (de rétablir) la communication entre les parties et de faciliter la recherche de solutions.

Objectifs :

- Donner à chaque participant.e l'occasion de se situer par rapport aux pré-requis du travail de médiateur.trice.
- Expérimenter la posture de tiers dans un conflit.
- S'exercer, au travers de mises en situation, à chacune des étapes du processus de médiation.

Formatrice : Almudena Vaquerizo Gilsanz

Dates : WE 8 & 9 mai 2021

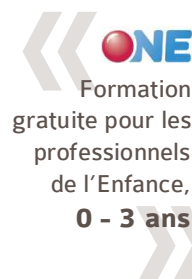
9 > TRAINING

Objectifs :

- Pratiquer les outils travaillés durant le Certificat.
- Évaluer le parcours de formation.

Formateur : Frédéric Duponcheel

Dates : WE 19 & 20 juin 2021



À savoir : cette formation ouvre le droit au congé éducation payé

CONDITIONS D'OBTENTION DU CERTIFICAT

- Participer à toutes les sessions.
- Rendre les travaux demandés durant la formation et le travail de fin de formation, au plus tard, le 30 juin 2021 ainsi que la synthèse personnelle de votre parcours de formation.
- Participer à l'entretien d'évaluation formatif en fin de Certificat.

MODALITÉS D'INSCRIPTION

Envoyer sa candidature d'inscription motivée pour le lundi 21 septembre 2020 au plus tard.

À envoyer à : Université de Paix - Julien Lecomte

✉ 4, Bd du Nord - 5000 Namur (Belgique)

@ j.lecomte@universitedepaix.be

🖨️ **formulaire en ligne :** www.universitedepaix.be

Vous recevrez une réponse à votre demande pour le jeudi 24 septembre 2020.

Nous vous demandons de nous envoyer sur papier libre ou par mail votre dossier de candidature en reprenant les renseignements suivants :

- Nom et prénom
- Date de naissance
- Adresse privée
- Numéro de téléphone, fax et courriel
- Formation initiale (études et diplômes obtenus) et formation(s) complémentaire(s)
- Votre motivation et vos attentes quant au *Certificat en gestion positive des conflits interpersonnels*
- Une description du projet dans lequel s'inscrit ce *Certificat*
- Champ(s) d'activité(s) dans le(s)quel(s) les formations pourront être réinvesties

Critères de sélection prioritaires :

- Le réinvestissement possible dans un projet personnel, associatif ou professionnel.
 - Le comité de sélection des candidatures a pour but de composer un groupe le plus hétérogène possible (âge, profession, secteur d'activités, projets,...).
- La mixité des profils constituant le groupe est donc une priorité.

FRAIS D'INSCRIPTION

Montant :

- Le coût est de 1100 euros, remise déduite
 - Le paiement s'effectue en deux fois :
 - 1^{er} versement : 600 euros pour le vendredi 2 octobre 2020
 - 2^e versement : 500 euros pour le vendredi 8 janvier 2021
 - L'inscription sera définitive après réception du 1^{er} paiement.
- Si votre participation est prise en charge par une organisation : 1440 euros, remise déduite
 - Le paiement s'effectue en deux fois :
 - 1^{er} versement : 800 euros pour le vendredi 2 octobre 2020
 - 2^e versement : 640 euros pour le vendredi 8 janvier 2021
 - L'inscription sera définitive après réception du 1^{er} paiement.

Les institutions relevant des CP 329.02 et 329.03 peuvent demander au « Fonds social socioculturel et sportif » un subside dans le cadre de « Formations clé sur porte » (www.fonds-4s.org).

Ce montant couvre :

- le coût des 9 sessions y compris l'hébergement en pension complète lors de la session 6
- les syllabi