

Gestion des conflits et de la violence

M^{me} Carole Monnot, psychologue à l'H-JU

Objectifs

- Identifier les éléments qui concourent à la naissance du conflit.
 - Appréhender différents moyens visant la résolution du conflit.
 - Prendre conscience de son mode de communication envers l'autre et vice versa.
 - Intégrer des outils de communication visant la reconnaissance de nos besoins et de ceux des autres.
 - Intégrer la communication non-violente pour éviter l'escalade.
-

Contenu

- Gérer les émotions que je vis face à une situation difficile.
 - Détecter les situations à risque pour mieux les anticiper.
 - La distance émotionnelle pour mieux se protéger.
 - Mise en situation au travers de jeux de rôles ;
-

Horaires

De 9h à 16h30

Public-cible

Tout public

Nombre

14 personnes

4 décembre 2024

Hôpital du Jura – site de Delémont
Salle du Faubourg