Certificat Universitaire émotions et conflits : apprendre à les gérer

FORMATION CONTINUE

Les émotions sont de « bonnes servantes mais de mauvaises maîtresses » ! En effet, elles sont de précieux indicateurs de notre état interne et des guides pour adapter nos réactions face aux situations qui nous mettent en danger, nous menacent, nous attristent ou au contraire nous réjouissent. Il peut nous arriver toutefois de nous sentir totalement débordés, voire dominés, par nos émotions et de ne pas savoir quoi faire, ni comment faire avec elles. Nous pouvons alors avoir tendance à les nier ou les contrôler, ce qui peut avoir des impacts négatifs sur nos relations.

Ce certificat universitaire propose d'explorer les liens entre émotions, relations et conflits, et de s'initier à différentes manières de gérer les émotions pour mieux préserver les relations.

Formation
Professionnelle Continue

100%
de taux de satisfaction depuis 2019

Formation
courte

CERTIFICAT UNIVERSITAIRE

ÉMOTIONS ET CONFLITS : APPRENDRE À LES GÉRER

OBJECTIFS ET CONTENU PÉDAGOGIQUE

Objectif de la formation

- Acquérir les bases d'outils qui ont fait leurs preuves dans le domaine de la gestion des conflits et des émotions.

Contenu de la formation

- La dynamique du conflit
- Apprivoiser ses émotions
- Gérer les conflits par la Communication Non Violente
- Gérer les conflits par la négociation raisonnée
- Gérer les conflits par l'approche systémique

RYTHME ET MODALITÉS PÉDAGOGIQUES

Modalités d'évaluation

- Assiduité
- Travail écrit sur une thématique abordée en formation validé par une note supérieure ou égale à 10/20

Modalités pédagogiques

- Formation en présentiel
- Cours en commun avec les apprenants du diplôme d'État de Médiateur Familial 1ère année. Apports théoriques et mises en situations.

Équipe pédagogique

- Médiatrice familiale, Avocate, Conseillère Conjugale et Familiale, Thérapeute

Nombre d'heures total de la formation

- 35 heures en centre

CONDITIONS D'ADMISSION

Public

Toute personne souhaitant s'initier à la gestion des conflits dans des situations relationnelles diverses (personnelles ou professionnelles).

Conditions spécifiques et pré-requis

- Avoir un intérêt pour la gestion des émotions et des conflits dans les relations personnelles

et/ou professionnelles.
- Être disponible en présentiel 5 journées.

Niveau d’entrée

- Sans niveau spécifique

Modalités d’admission

- Admission sans disposition particulière
- Candidatures ouvertes du 7 octobre 2026 au 30 novembre 2026

INFORMATIONS PRATIQUES

Contact formation

- ISF, 04 26 84 52 10
- isf@univ-catholyon.fr

Coût et financement

- Frais pédagogiques : Devis détaillé sur demande
- Frais annexes : 15 € de responsabilité civile
- Formation non éligible au CPF
- Voir les financements possibles

Dates de formation

Du 05/01/2027 au 27/04/2027

Détail dates :

- 5 janvier 2027 ; Émotions et conflits, dynamique et effets sur les relations, Aude CRAMER et Frédérique MOULINIER FUENTES
- 26 janvier 2027 ; Gérer les conflits par la Négociation Raisonnée, Alyette BRAU
- 9 février 2027 ; Gérer les conflits par la Communication Non Violente, Erika LECLERC-MARCEAU
- 9 mars 2027 ; Gérer les conflits par la PNL, Corinne COTTIER
- 27 avril 2027 ; Gérer les conflits par l’approche systémique, Lise BELLET

Lieu de la formation

- ISF, UCLy Campus Saint Paul, 10 place des Archives, 69002 LYON

Accessibilité

- Les campus Carnot et Saint-Paul sont accessibles aux personnes à mobilité réduite : amphis, salles de TD, salles informatiques, cafétéria, bibliothèque universitaire, secrétariats, toilettes.... Vous êtes en situation de handicap ? un accompagnement personnalisé et adapté peut être demandé à la mission handicap

Mentions légales

Nom de l'organisme de formation : UCLy
Raison Sociale de l'organisme de formation : AFPICL
N° d'activité de l'organisme de formation : 82690692669
Numéro SIRET de l'organisme de formation : 32693006200145

Les + de la formation

Des intervenants de plusieurs disciplines et des professionnels de terrain

Un petit groupe de participants permettant les échanges

Une intégration des savoirs par des mises en situation

Contactez-nous

04 72 32 50 12

Lundi - Vendredi, 9h - 18h

Campus Saint-Paul
10, place des Archives - 69002 LYON
Métro Perrache (ligne A)
Tramways T2 et T1

Campus Carnot
23, place Carnot - 69002 LYON
Métro Perrache (ligne A)
Tramways T2 et T1

Campus Alpes Europe
25 rue de la Cité - 74000 ANNECY