

Gestion des émotions et des agressions verbales

Durée de la session : 7 heures

Domaine de formation : ELU0405 – Formation généraliste « communication »

Prérequis : Aucun prérequis

Public : Elus

Dans un contexte de plus en plus tendu, les élus font face à des situations d'agressivité et d'émotions fortes, parfois difficiles à gérer. Cette formation vous aide à mieux comprendre les mécanismes émotionnels, à désamorcer les tensions et à adopter une posture relationnelle apaisante. Grâce à des outils concrets et des mises en situation, vous saurez agir avec calme, recul et efficacité. Une démarche précieuse pour protéger votre équilibre personnel tout en maintenant un dialogue constructif avec les citoyens.

Les objectifs pédagogiques :

Cette formation a pour objectifs de permettre aux participants de :

- Comprendre les mécanismes qui engendrent des situations d'agressivité,
- Appréhender les techniques d'anticipation, d'identification et de traitement des situations,
- Adapter sa communication en situation d'agressivité,
- Mieux gérer ses émotions afin d'être plus productif face aux situations d'agressivité,
- S'approprier une boîte à outils fonctionnelle permettant de faire face aux situations complexes

Le programme :

Identifier les situations du quotidien : des faits à la communication

- De la réalité au comportement (atelier)
- Discerner le rationnel de l'émotionnel
- La communication et la déperdition de l'information (atelier)

La gestion des émotions

- Définition et mécanisme de l'émotion
- La roue des émotions pour les exprimer (atelier)
- La relation entre « émotion » et « besoin »
- La gestion du stress - (atelier)

Les outils : Maîtriser les clés de la communication positive ou non violente

- La communication par l'analyse transactionnelle (atelier anticipé amont de la formation)
- Les préférences cérébrales (atelier anticipé amont de la formation)
- Les typologies d'agression (les 5 blessures)
- La communication « pacifiante » (atelier)

La loi du 21 mars 2024 – protection des maires et des élus municipaux

La phase Post Évènement

- Le debriefing suite à des situations complexes ou agressives (atelier)
- Méthodologie et pratique du feedback

Les points forts de la formation :

- 8 ateliers pratiques repartis entre savoir faire et savoir être.
- Des outils et des exercices que vous pouvez reproduire ou adapter de manière simple et quotidienne.
- * Construire et structurer une prise de parole en public par le mind mapping.
- * Exercices de méditation, d'articulation, de cohérence cardiaque

Modalités pédagogiques :

- La formation est dispensée en présentiel ou en distanciel synchrone, en intra ou en inter-collectivités.
- Elle alterne apports théoriques, mises en situation, analyses de situations, échanges et exercices pratiques pour favoriser la mise en application.

Moyens pédagogiques :

- Salle équipée d'un vidéoprojecteur ou plateforme de visioconférence, paperboard ou outils numériques, et accès à un extranet pédagogique. Les ressources pédagogiques (supports et documents) sont mises à disposition via cet extranet.
- Un appui technique peut être mobilisé si nécessaire en distanciel.

Ressources pédagogiques :

- Les participants ont accès à un ensemble de ressources pédagogiques numériques : supports projetés, documents d'analyse, études de cas, exercices et fiches méthodologiques.
- Ces ressources sont mises à disposition via l'extranet dédié avant, pendant ou après la formation, selon les besoins.

Modalités d'évaluation:

- Questionnaire sur les attentes
- La validation des acquis du bénéficiaire s'effectue par un quiz de connaissance, une mise en situation, un travail à réaliser ou une présentation finale, un questionnaire comparatif avec le test de positionnement, la production d'un livrable.
- Evaluation de la satisfaction à chaud et évaluation à froid à 6 mois

Les résultats attendus :

- À l'issue de la formation, une attestation de fin de formation vous sera remise
- Elle précisera les objectifs visés, les dates, la durée, ainsi que les résultats de l'évaluation des acquis.



Formateur : Monsieur Luc DORLET

- Luc DORLET est coach et formateur, spécialisé dans la communication dans les relations professionnelles. Il accompagne dirigeants, managers et collaborateurs, au sein d'organisations publiques comme privées, sur les sujets de communication, dynamique comportementale, management et développement du leadership.
- Son expérience couvre l'animation de formations, le coaching individuel et collectif, ainsi que l'accompagnement managérial. Il est certifié coach mental professionnel et formé à la formation de formateurs et au management d'équipe

Financement et coût : (Tarif exonéré de TVA – Art. 261.4-4.a du CGI)

■ Tarif – formation intra en présentiel ou en visioconférence – Deux options de financement :

- Par la collectivité (tarif groupe) : moins de 2 000 hab. : 1990 € TTC, de 2 000 à 5 000 hab. : 2 200 € TTC, plus de 5 000 hab : 2 400 € TTC
- Par le DIF ELU 400 € TTC (financement pris en charge par la Caisse des Dépôts).
- Les deux modes de financement DIF ELU et collectivité peuvent être combinés pour diminuer le coût à la charge de la collectivité.

■ Tarif – inscription individuelle en présentiel ou en visioconférence – Deux options de financement :

- 560 € TTC si prise en charge sur le budget de la collectivité
- 400 € TTC facturés à la Caisse des Dépôts (DIF Élu)
 - Inscription individuelle avec mobilisation du DIF Élu : Les élus peuvent s'inscrire directement via la plateforme officielle Mon Compte Formation. Cliquez sur le lien ci-dessous pour accéder à la session et déposer votre demande de financement.
https://www.moncompteformation.gouv.fr/espace-prive/html/#/formation/recherche/88982928900012_ELU0604-DL01/88982928900012_ELU0604-DL01cv

Nombre de participants :

- **Formation financée en tout ou partie par le DIF Élu** : conformément à l'arrêté du 12 juillet 2023 relatif au droit individuel à la formation des élus locaux, le nombre maximal de participants financés dans ce cadre est fixé à 15 par session.
- **Formation financée directement par la collectivité** (budget formation des élus) : le nombre de participants est déterminé en concertation avec la collectivité afin de garantir la qualité pédagogique, l'interactivité des échanges et l'atteinte des objectifs. Lorsque l'effectif envisagé dépasse 15 participants, des ajustements de durée, de format ou de modalités pédagogiques peuvent être proposés.
- **Pour les inscriptions individuelles en visioconférence : l'ouverture de cette session est garantie dès la première inscription.**

Modalités et délai d'inscription :

Les inscriptions à cette formation peuvent être réalisées :

- **Par une collectivité dans le cadre d'une formation groupe organisée en intra ou en intercollectivités.** Lorsque cette session est programmée, l'inscription est possible jusqu'à la veille de la formation, sous réserve de places disponibles et de la validation administrative du financement.
 - Lorsque cette formation est organisée à la demande d'une collectivité ou d'un établissement public de coopération intercommunale (EPCI), la date et les modalités d'organisation sont définies d'un commun accord après validation du devis et de la convention de formation.
- **À titre individuel, notamment dans le cadre du dispositif DIF Élu ou d'un financement par une collectivité.**
 - Pour les inscriptions individuelles réalisées via la plateforme Mon Compte Formation, l'entrée en formation intervient après expiration du délai légal de rétractation de 11 jours ouvrés prévu par les conditions générales d'utilisation de la plateforme.
 - Pour les inscriptions individuelles en visioconférence : **après la finalisation de votre inscription, la date est fixée d'un commun accord, selon vos disponibilités et celles du formateur référent.** Trois plages horaires sont proposées : 9h–12h30, 14h–17h30 ou 18h–21h30.

Accessibilité et référent handicap :

- Dans le cadre de l'accueil des personnes en situation de handicap sur nos formations, nous vous remercions de nous signaler si vous avez un besoin de compensation pour accéder à la formation. A partir de l'expression de vos attentes, nous mettrons en place un accueil et un accompagnement spécifique pour favoriser l'accès à la formation que vous souhaitez suivre.
- Le référent handicap de FDEL échangera avec vous sur votre besoin de compensation.

Pour nous contacter :

S.A.S. FDEL (Formation Des Elus Locaux)

Siège social : 49, Avenue du Général de Gaulle 79200 PARTHENAY

Téléphone fixe : 05 49 71 17 03

Téléphone mobile : 06 71 61 73 49

Adresse électronique : gilbertfr@formationdeseluslocaux.fr

Numéro de SIRET : 88982928900012

Conditions générales de vente sur le site : <https://www.formationdeseluslocaux.fr>



Notre organisme de formation est agréé par le ministère de la Cohésion des territoires et des relations avec les collectivités locales depuis le 23 mars 2021 pour dispenser des formations aux élus locaux

Déclaration d'activité en tant que prestataire de formation enregistrée sous le numéro 75790137279 auprès de la préfète de région Nouvelle-Aquitaine

Mise à jour jeudi 5 mars 2026