



Fiche conflit

PREPARATION

1. Clarifier sa position
2. Envisager la position de l'autre
3. Réfléchir à des situations mutuellement acceptables

	Chez Moi	Chez L'autre	Nous
Réfléchir aux faits	x	x	
Identifier les émotions	x	x	
Identifier les besoins	x	x	Besoins communs
Réfléchir aux solutions	x	x	Solutions communes



L'ENTRETIEN

Moi	L'autre	Nous
1. J'exprime la raison de la rencontre, en exprimant mes émotions sans insister sur notre vision des faits		
	2. Nous écoutons les émotions et les besoins de l'autre sans nous défendre sans nous justifier sans contre-attaquer	
3. Nous lui montrons que nous comprenons ses besoins		
4. Nous exprimons nos besoins et soulignons les points communs		
		5. Nous réfléchissons aux solutions qui peuvent satisfaire les besoins des 2 parties
		6. Nous négocions ces solutions