

Renforcer la connaissance de soi et sa communication professionnelle

Approche assertivité

Pour qui : Cadres dirigeants, managers

Prérequis :

Avoir suivi le module « Mieux se connaître et optimiser le management de son équipe - niveau 1 »

Durée : deux jours (14 heures en présentiel)

Tarifs : devis sur demande

Lieux et dates : à déterminer en fonction de vos besoins
Personnes en situation de handicap, nous contacter

Objectifs de formation

- S'entraîner à adapter sa communication professionnelle selon les contextes et les interlocuteurs
- Renforcer la connaissance de soi en identifiant ses réactions émotionnelles
- Se positionner sereinement
- Traiter les désaccords et tensions de manière constructive
- Dire les choses avec diplomatie tout en faisant des demandes claires

Points forts et approche pédagogique

La pédagogie interactive permet de personnaliser les échanges

Les nombreuses ateliers participatifs tout au long de la formation permettent d'expérimenter et ancrer les bonnes pratiques

Les entraînements sur les situations concrètes des participants permettent de trouver des solutions immédiates

Des séquences vidéo permettent d'illustrer

Les plans d'actions personnalisés permettent d'assurer la continuité des apprentissages après la formation

Remise à chaque participant d'une documentation opérationnelle

Évaluation de la formation

Evaluation de la satisfaction

- Questionnaire d'évaluation à chaud de la formation
- Débriefing de la session à froid avec l'organisateur (rendez-vous téléphonique)

Evaluation des acquis

- Quizz et questionnaires
- Cas pratiques

Programme

- 1. Les principes fondamentaux pour générer la confiance et renforcer la coopération en équipe**
- 2. Approfondir la connaissance de soi et des autres**
Aller plus loin dans la compréhension des fonctions et attitudes
- 3. S'entraîner à s'adapter efficacement à tous profils d'interlocuteurs selon les contextes**
Atelier de mise en pratique
- 4. Se positionner sereinement en situations difficiles**
 - Les stratégies de survie
 - Identifier ses perceptions, émotions et leurs interactions avec les conflits
 - Identifier ses besoins pour bien fonctionner
 - Décoder et accepter ceux des autres
 - Faire des demandes claires
- 5. S'entraîner à mener des entretiens assertifs (exigence/bienveillance)**
Ateliers de mise en pratique

Programme détaillé sur demande

Prestataire enregistré sous le numéro : 23760371276 auprès du préfet de la région Haute-Normandie (DREETS)
 TVA intracommunautaire FR94444036313 00013.
 Datadocké.
 Certifié Qualiopi au titre des actions de formation
