

Développer son assertivité et son leadership

● Formation à distance, ● Formation en présentiel



PUBLIC
Toute personne voulant s'affirmer professionnellement



TARIF HT sans Certif.
Individuel ou Intra 2600 €
En groupe ou Inter 850 €

TARIF HT avec Certif.



DURÉE
14 heures



PRÉREQUIS
Aucun



3 à 12



ACCESSIBILITÉ PSH
Nous consulter pour étude de faisabilité



DÉLAIS D'ACCÈS
Intra ou individuel : 15 jours
Inter : 15 jours dès quota mini atteint

CALENDRIER

Entrée permanente en intra entreprise

Lieu : En entreprise, en centre (Ain, Allier, Haute Savoie) ou en distanciel

L'assertivité est considérée comme l'art de faire passer un message difficile sans passivité et sans agressivité. S'exprimer et exposer son point de vue ou défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres, voilà une compétence essentielle pour faire valoir son leadership. Au cours de cette formation de deux jours, nous vous proposons d'enquêter sur vos propres habitudes de communication pour en tirer les enseignements et adapter votre stratégie. Par la mise en situation, vous pourrez acquérir des automatismes qui renforceront votre discours en toute situation.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation, vous aurez la capacité :

- D'identifier vos points forts et vos faiblesses
- De vous affirmer en utilisant les outils de communication
- D'appuyer votre leadership sur votre assertivité

NOS POINTS FORTS

Formation axée sur la transposition en situation de travail pour plus d'efficacité.
Tous nos apprentissages sont dispensés en présentiel et à distance en simultané au besoin.
Formation Inter ou Intra.

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Pas d'examen, mais des feedbacks tout au long de la formation Retours d'expérience.

MODALITÉS D'ACCOMPAGNEMENT

Pédagogie interactive — mise en situation — cas pratiques — étude de cas — travaux intersession pour la mise en pratique. REX (Retour d'Expérience) à chaque début de session — alternance théorie/mise en pratique.

Plan d'action individuel – Autodiagnostic.

Partage d'expérience en groupe.

Bienveillance et partage sont les maîtres mots de cette formation.

Un livret pédagogique accompagne notre stage.

SUIVI DE L'EXECUTION DE L'ACTION

Feuilles de présence signées par le stagiaire et le formateur par séance de formation. Evaluation initiale et finale. Certificat de réalisation, enquête de satisfaction en fin de formation.

PROFILS DES FORMATEURS

Ce sont des formateurs en management & efficacité professionnelle ayant une expérience dans leur domaine d'intervention de trois ans au minimum. Optimum Formation veille à ce que les membres de son équipe assurent une veille continue des outils et méthodes pédagogiques. Nos formateurs se veulent pragmatiques, afin de permettre à chacun d'appliquer les contenus enseignés concrètement sur le terrain.

Développer son assertivité et son leadership

Contenu de la formation

IDENTIFIER SON STYLE RELATIONNEL

- Qu'est-ce que l'assertivité
- Connaitre son style relationnel
- Adapter sa communication à son interlocuteur.

DECOUVRIR ET UTILISER LES OUTILS DE L'ASSERTIVITE

- Développer ses capacités d'écoute
- Mettre l'empathie au service de sa communication
- Connaitre les techniques de la communication efficace

S'AFFIRMER EN TOUTE SITUATION

- Formuler et recevoir une critique
- Oser demander
- S'affirmer pour convaincre
- Oser dire non, quand c'est nécessaire

REAGIR EFFICACEMENT

- Faire face aux comportements agressifs
- Tenir ses positions sans perdre de vue ses objectifs
- Identifier et désamorcer les tentatives de manipulation

MISE EN APPLICATION

- Jeux de rôle et mise en situation pour une meilleure prise de conscience
- Réflexion sur les échéances à venir et application des préceptes acquis