

Formation

Assertivité pour managers

★★★★★ 4.7 (8 avis)

Durée : 2 jours (14h heures)

Tarif inter : 1435 € HT

Collations et déjeuner offerts

Intra et sur-mesure : nous consulter

Public

Managers, chefs de projet, encadrants de proximité.

Prérequis

Aucun

Programme de la formation

1. Renforcer la confiance en soi

Evaluer votre niveau d'assertivité, Identifier vos points forts et ceux qui peuvent être améliorés, Porter un regard exigeant mais bienveillant sur vous-même.

2. Identifier votre profil assertif en contexte professionnel

Comprendre votre mode de fonctionnement, Identifier vos comportements inefficaces.

3. Prendre appui sur votre intelligence émotionnelle

Comprendre l'importance des émotions dans vos relations professionnelles, Faire de vos émotions des alliées dans votre posture managériale, Vous approprier les techniques de maîtrise de soi.

4. Vous affirmer dans vos relations professionnelles

Comprendre l'impact de vos comportements sur autrui, Savoir dire non avec assertivité, Développer votre flexibilité, Formuler une critique constructive, Remplacer la passivité, la fuite ou l'agressivité par un comportement assertif.

5. Rendre votre communication managériale plus efficace

Adapter votre communication à votre interlocuteur, Pratiquer l'écoute active pour comprendre votre interlocuteur, Savoir convaincre, parler en public avec aisance.

6. Savoir réagir face aux situations difficiles

Anticiper, gérer et prévenir les conflits, Réagir avec sérénité face aux personnalités difficiles, Formuler et recevoir une critique sans agressivité.

Objectifs

- Adopter une attitude assertive pour établir une communication plus efficace,
- Ajuster votre comportement à celui des autres avec plus d'assurance,
- Savoir faire face avec maîtrise aux personnalités difficiles,
- Établir des relations professionnelles constructives.

Modalités pédagogiques

- Présentation de techniques pratiques permettant des résultats visibles,
- Entraînements sur les situations proposées par les participants,
- Travail en petit groupe et conseils personnalisés,
- Élaboration d'un plan d'actions personnel.

Modalités d'évaluation

- Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen d'auto-évaluation, de QCM, mises en situation, travaux pratiques...
- Évaluation dès la fin de la formation, pour mesurer votre satisfaction et votre perception de l'évolution de vos compétences par rapport aux objectifs de la formation.
Avec votre accord, votre note globale et vos verbatims seront publiés sur notre site.
- Suivi des présences et remise d'une attestation individuelle de formation.

Prochaines sessions inter

Paris

22-23 mai 2025

16-17 juin 2025

7-8 juillet 2025

28-29 août 2025

11-12 septembre 2025

13-14 octobre 2025

17-18 novembre 2025

8-9 décembre 2025

Autres localités

A voir sur notre site : <https://www.devop.pro/formations/assertivite-pour-managers>