

## 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**.

## Axes d'entraînement

### 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.

## Animation

- 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.

2 jours - 14h  
de présentiel

1290€ HT  
Collations et déjeuners offerts

⊕ Renforcement distanciel  
sur demande

## Pour qui

Managers, chefs de projet, encadrants de proximité.

## Mises en application terrain et résultats

- ✓ Individualisation  
8 participants maximum
- ✓ Concret  
Solutions et prises de décisions
- ✓ Entraînement et mise en œuvre  
Acquis applicables en situation de travail

## Parmi les consultants



Vanessa Mannavarayan



Jacky Canal

## 1. EN AMONT

15 minutes d'échange téléphonique pour définir mes objectifs.

J'ai pu mettre des mots sur des situations que je souhaite améliorer.

## 2. PRÉSENTIEL

Ludique, visuel, digital, j'apprends comme je travaille.

Tout pour la mise en action, le groupe me permet de trouver des solutions

J'ai été surprise et je me suis surprise

## 3. A DISTANCE

Un condensé vidéo de nos échanges et des points saillants de la formation pour les voir et revoir et faciliter la mise en pratique.

Le consultant reste disponible pour m'aider dans la mise en pratique

## Sessions Paris 2019

17-18 janvier  
18-19 février  
18-19 mars  
11-12 avril  
16-17 mai  
13-14 juin

24-25 juin  
11-12 juillet  
29-30 août  
9-10 septembre  
19-20 septembre  
3-4 octobre

17-18 octobre  
14-15 novembre  
25-26 novembre  
5-6 décembre  
19-20 décembre



Facile d'accès  
(métro, SNCF, RER)  
• La Madeleine  
• Gare Saint-Lazare  
• Auber

4, rue de Castellane - 75008 Paris

Tél. 01 70 38 21 10

Réserver votre session en ligne :

<https://www.devop.pro/formation/assertivite-pour-managers.html>

# Formulaire d'inscription

Pour toute question, sessions en intra ou sur-mesure, **contactez-nous au +33 (0)1 70 38 21 10.**

Numéro d'organisme de formation : 11 75 44096 75.

**A retourner par e-mail : [contact@devOp.pro](mailto:contact@devOp.pro)**

## Formation :

Intitulé : \_\_\_\_\_  
Date : du \_\_\_\_ - \_\_\_\_ -20 \_\_\_\_ au \_\_\_\_ - \_\_\_\_ -20 \_\_\_\_  
Prix € HT : \_\_\_\_\_ + TVA (taux en vigueur)      Nombre d'heures : \_\_\_\_\_  
Prix € TTC : \_\_\_\_\_ (Incluant forfait déjeuner)

## Participant :

M.  Mme    Prénom : \_\_\_\_\_      Nom : \_\_\_\_\_  
Société : \_\_\_\_\_      Fonction : \_\_\_\_\_  
Adresse postale : \_\_\_\_\_      Téléphone : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_      Mobile : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_      E-mail : \_\_\_\_\_

## Responsable des formations :

M.  Mme    Prénom : \_\_\_\_\_      Nom : \_\_\_\_\_  
Fonction : \_\_\_\_\_      Téléphone : \_\_\_\_\_  
Raison sociale : \_\_\_\_\_      E-mail : \_\_\_\_\_  
Adresse postale : \_\_\_\_\_      Effectif : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_      Code APE : \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_      Numéro SIRET : \_\_\_\_\_  
Numéro identifiant TVA intracommunautaire : \_\_\_\_\_

## Convention de formation :

Nom du signataire : \_\_\_\_\_      Mail : \_\_\_\_\_  
Fonction : \_\_\_\_\_

## Facturation :

Etablissement à facturer, si différent : \_\_\_\_\_  
 Le règlement sera effectué par un OPCA : \_\_\_\_\_  
    Nom de l'OPCA : \_\_\_\_\_      Adresse postale : \_\_\_\_\_  
    Nom du contact dédié : \_\_\_\_\_  
    Téléphone contact dédié : \_\_\_\_\_  
    E-mail : \_\_\_\_\_

## Règlement :

par virement       par chèque à l'ordre de devOp

**devOp**

4 rue de Castellane  
75008 Paris

**Tel : + 33 (0)1 70 38 21 10**

Fax : +33 (0)1 83 62 82 17

**[www.devop.pro](http://www.devop.pro)**

N° Formation 11 75 44096 75  
RCS Paris B 484 233 408  
TVA intra FR 09484233408  
SIRET 484 233408 00042  
APE 7022Z



**Cachet de l'entreprise, date et signature**

En signant ce document, je reconnais avoir pris connaissance des conditions générales des ventes au verso.