

## Objectifs

Comprendre l'intérêt des différentes parties prenantes, en maîtrisant ses ardeurs, comportements et attitudes  
Développer la maîtrise de soi face à des personnalités difficiles Intégrer l'assertivité dans ses comportements pour obtenir des résultats «gagnants-gagnants».

## Participants

Dirigeants et responsables

## Prérequis

Avoir une mission d'encadrement.

## Pédagogie

La pédagogie est basée sur le principe de la dynamique de groupe avec alternance d'apports théoriques, de phases de réflexion collectives et individuelles, d'exercices, d'études de cas et de mises en situations observées. Formation / Action participative et interactive : les participants sont acteurs de leur formation notamment lors des mises en situation car ils s'appuient sur leurs connaissances, les expériences et mettront en oeuvre les nouveaux outils présentés au cours de la session.

## Profil de l'intervenant

Consultant-formateur expert sur cette thématique. Suivi des compétences techniques et pédagogiques assurée par nos services.

## Moyens techniques

Encadrement complet des stagiaires durant la formation. Espace d'accueil, configuration technique des salles et matériel pédagogique dédié pour les formations en centre. Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique à échéance de la formation.

## Méthodes d'évaluation des acquis

Exercices individuels et collectifs durant la formation. Evaluation des acquis et attestation de fin de stage adressés avec la facture.

## Programme

### Contexte, enjeux et objectifs

Comprendre les valeurs, cultures et éthiques de notre organisation

Comprendre les enjeux de chaque partie prenante

Identifier le climat dans lequel gravitent les personnalités non assertives

### Introduction à l'assertivité

Identifier les qualités d'une personne assertive

Comprendre ses dysfonctionnements et son niveau de toxicité, le cas échéant

Décider de se prendre en main

### Créer les conditions favorables à la communication

Adopter son comportement aux situations difficiles

Maîtriser les interactions favorables / défavorables

Développer des relations assertives

## L'assertivité, levier d'une communication réussie



3 jours - 21 heures

Code formation : Log-141

[www.adhara.fr](http://www.adhara.fr)

### **Développer son style assertif**

Apprendre à penser, réagir différemment

Oser dire non

Exprimer son identité en harmonie avec les autres

Détecter, analyser et réévaluer son comportement dans les dérapages

### **Construire son plan d'action**

Saisir les opportunités de prendre du temps pour soi

Cibler de manière précise le problème

Se fixer de petits objectifs

Regarder la vie devant soi