



BY ABILWAYS

FORMATIONS COURTES

PERFECTIONNEMENT



Ref. : 8953036

Durée :
2 jours - 14 heures

Tarif :
Salarié - Entreprise : 1395
€ HT

Code Dokelio : 025337

ASSERTIVITÉ ET LEADERSHIP

Affirmer sa personnalité au quotidien pour être plus performant

L'assertivité désigne une attitude à la fois d'affirmation de soi et de respect d'autrui. Se comporter en leader consiste à écouter, à s'exprimer et à défendre ses positions sans empiéter sur celles des autres. Cela revient à adopter une attitude de fermeté sur ce qui n'est pas négociable et de souplesse sur ce qui l'est, de façon à développer des relations à la fois plus efficaces et plus harmonieuses.

OBJECTIFS

Identifier les techniques d'affirmation de soi
Mettre en œuvre les techniques d'affirmation de soi
Appuyer son leadership sur son assertivité

EVALUATION

Les compétences visées par cette formation font l'objet d'une évaluation.

POUR QUI ?

Managers et responsables d'équipe
Toute personne souhaitant gagner en assertivité et en leadership

PRÉREQUIS

Vouloir acquérir les techniques d'affirmation de soi permettant d'appuyer ses positions au quotidien

COMPÉTENCES ACQUISES

S'affirmer efficacement et convaincre ses interlocuteurs en situation professionnelle

PARCOURS PÉDAGOGIQUE

E-quiz amont
Modules vidéos
Présentiel
E-quiz aval

PROGRAMME

Assertivité et leadership

Mieux se connaître pour mieux s'affirmer dans son environnement professionnel

Comprendre les schémas comportementaux

- Analyser une situation relationnelle
- Prendre conscience de son prisme personnel

Partage d'expériences : analyse de situations relationnelles délicates pour les participants

Identifier ses tendances comportementales sous stress

- Découvrir les quatre classes de comportement du modèle de l'assertivité
- Autodiagnostic : ses réactions au stress

Mettre en œuvre les techniques d'affirmation de soi

Construire un comportement affirmé

- Exprimer son message de la manière la plus acceptable possible pour son interlocuteur
- Dire non avec diplomatie et détermination

Mise en situation : affirmation de soi au sein d'une équipe, auprès de sa hiérarchie, parmi ses pairs, en réunion et en face-à-face

S'affirmer en situation difficile

- Faire face à un interlocuteur agressif ou manipulateur



Organisme qualifié par l'ISQ-OPQF



Membre de la FFP

ISM - 35, rue du Louvre - 75002 PARIS
Tél. : +33 (0)1 43 72 64 00 - e-mail : serviceclient@ism.fr
Siret 712 010 362 000 28



- Comprendre les jeux psychologiques dans les relations

Mise en situation : dans le contexte de situations professionnelles difficiles

Gagner en leadership grâce à l'assertivité

Susciter l'adhésion

- Adapter son positionnement à ses interlocuteurs
- Réguler ses échanges grâce à l'écoute active
- Utiliser les leviers de l'adhésion

Adopter une posture de leader

- Développer ses capacités d'influence
- Convaincre individuellement et collectivement
- Mettre en place un climat de confiance

Mise en situation : la conviction lors d'un entretien ou en réunion

Plan d'action personnel : formalisation des actions à mettre en œuvre pour affirmer sa personnalité

Vidéo : Quand n'êtes-vous pas assertif ?

Vidéo : Et si vous disiez non ?

Vidéo : Ecoute, empathie, en quoi ces qualités sont-elles importantes ?

INTERVENANTS

Hubert GAZET

Ingénieur-Conseil en management

Hubert Gazet Consultants

MOYENS HUMAINS, TECHNIQUES ET PÉDAGOGIQUES

Équipe pédagogique :

Un consultant expert de la thématique et une équipe pédagogique en support du stagiaire pour toute question en lien avec son parcours de formation.

Techniques pédagogiques :

Alternance de théorie, de démonstrations par l'exemple et de mise en pratique grâce à de nombreux exercices individuels ou collectifs. Exercices, études de cas et cas pratiques rythment cette formation.

Ressources pédagogiques :

Un support de formation présentant l'essentiel des points vus durant la formation et proposant des éléments d'approfondissement est téléchargeable sur notre plateforme.

LIEUX ET DATES

À distance

14 et 15 oct. 2021

13 et 14 déc. 2021

21 et 22 févr. 2022

25 et 26 août 2022

08 et 09 déc. 2022

06 et 07 févr. 2023

Paris

25 et 26 nov. 2021

13 et 14 déc. 2021

07 et 08 avr. 2022

16 et 17 juin 2022

15 et 16 sept. 2022

10 et 11 oct. 2022

21 et 22 nov. 2022

Nantes

15 et 16 nov. 2021

Strasbourg

15 et 16 nov. 2021

