



13 rue Pont des Monards 17100 SAINTES
 06 30 80 91 40 laurence.bodin@optymus.fr www.optymus.fr
 Déclaration d'activité enregistrée sous le n° 54170135317
 auprès de la Préfète de Région Nouvelle-Aquitaine
 Contact administratif, pédagogique + handicap :
 Laurence BODIN

AFFIRMATION DE SOI ASSERTIVITE

OBJECTIFS

Objectif professionnel :

SAVOIR S'AFFIRMER, SAVOIR DIRE NON

Objectifs opérationnels et évaluable :

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable de :

- ☞ Savoir dire non,
- ☞ Faire adhérer ses collaborateurs aux projets

Public et prérequis

Personnel d'encadrement exerçant une responsabilité managériale où se préparant à le devenir. Pas de prérequis

Moyens pédagogiques, techniques et encadrement

- ✓ Animation en présentiel par : Laurence BODIN
- ✓ Apports théoriques, échanges d'expériences, exercices pratiques, entraînements, mises en situation
- ✓ Vidéo projecteur – paperboard –

Suivi et évaluation des résultats

- ✓ Test sur l'assertivité en début de journée (quelle attitude naturelle)
- ✓ Analyse des écarts durant la journée et prise de conscience de la nécessité d'ajuster son comportement – plan d'actions d'amélioration en fin de journée
- ✓ Document d'évaluation de satisfaction
- ✓ Tour de table en fin de session
- ✓ Attestation de présence
- ✓ Auto positionnement des stagiaires sur les objectifs en fin de prestation

Date, durée et lieu

- ✓ Date à fixer avec le donneur d'ordre (rythme à définir avec le donneur d'ordre)
- ✓ Nombre d'heures de formation : 7h
- ✓ Lieu : à définir avec le DO

CONTENU

LE MÉTIER DE MANAGER NE S'IMPROVISE PAS. LE MANAGER PILOTE DE SON EQUIPE DOIT S'AFFIRMER POUR FAIRE ADHERER SES COLLABORATEURS AUX PROJETS QU'IL PORTE. DANS LE MEME TEMPS IL DOIT SOIGNER LA RELATION ET ETRE DANS UNE DEMARCHE GAGNANT / GAGNANT.

❖ INTRODUCTION

- ☞ Etat des lieux des problématiques ou préoccupations du manager dans ses pratiques
- ☞ Test sur l'Assertivité (quelle est l'attitude naturelle adoptée ?)

❖ C'EST QUOI ETRE ASSERTIF ?

- ☞ « Ni hérisson, ni polisson, ni paillason »
- ☞ Echanges autour des résultats du test – lien avec les pratiques de chaque participant avec leurs équipes

❖ LES JEUX DE POUVOIR RELATIONNEL ?

- ☞ Le triangle dramatique de Karpman
- ☞ « ni victime, ni persécuteur, ni sauveur »
- ☞ Jeux de rôle

❖ APPLICATIONS - EXPERIMENTATIONS

- ☞ Recueil de situations managériales des participants
- ☞ Expérimentation virtuelle – bonnes pratiques – exercices de simulation

❖ MISE EN MOUVEMENT

- ☞ Quelles actions chaque participant va mettre en place à son retour dans l'Entreprise ? Quels petits pas ?

TARIFS SUR DEVIS – Nous consulter

En amont de la contractualisation, un entretien permet d'analyser vos besoins en formation

Pour les personnes en situation de handicap, nous étudierons avec nos partenaires les possibilités d'aménagement et d'adaptation de nos formations