



Académie

L'humain au cœur de l'entreprise



Adopter la posture et les pratiques du manager assertif

Objectif global de la formation :

Développer une posture managériale assertive, favorisant des relations professionnelles efficaces, constructives et respectueuses, notamment en situation de tension ou de désaccord.

Le plus de cette formation :

- Une approche concrète et participative, qui permet au participant de s'approprier des outils directement transposables dans son quotidien professionnel, avec une dynamique interactive adaptée à ses problématiques terrain. Le participant repart avec un plan d'action personnalisé.

> Public Cible

Tout manager souhaitant développer sa posture assertive en situation professionnelle pour favoriser des relations efficaces et constructives dans la durée.

> Prérequis

Aucun prérequis

> Format et Durée

- Durée : une demi-journée (3,5h)
- Modalité : Présentiel ou en ligne
- Groupe : 8 à 10 participants

Pour toute question relative à l'accessibilité de personne en situation de handicap, merci de nous contacter afin d'étudier ensemble les modalités.

Programme de la Formation

Module 1 : Comprendre l'assertivité managériale

- Objectif : Distinguer l'assertivité des autres postures (fuite, agressivité, manipulation) et identifier ses bénéfices en management.
- Définition et piliers de l'assertivité
- La carte des postures relationnelles
- Quiz interactif : quelle est ma posture dominante ?
- Partage d'expériences

Module 2 : Développer les pratiques de la posture assertive

- Objectif : Maîtriser les outils clés de la posture assertive.
- La méthode DESC pour formuler un message assertif
- La règle des 3C : Calme, Clair, Constructif
- Savoir dire non et poser un cadre
- Exercices pratiques en binôme avec la formatrice

Module 3 : Gérer les situations sensibles avec assertivité

- Objectif : S'affirmer en situation de tension ou de désaccord.
- Identifier les déclencheurs émotionnels
- Garder une posture stable en cas de conflit
- Mises en situation à partir de cas concrets :
 - Réunion conflictuelle
 - Feed-back difficile
 - Gestion d'un collaborateur passif-agressif
- Debriefing

Module 4 : Synthèse et plan d'action personnel

- Objectif : Consolider les apprentissages et élaborer un plan de progression.
- Retour sur les points clés des séquences 1, 2 et 3
- Identifier "Mon engagement d'évolution"
- Construire un plan d'action individuel.

Programme de la Formation



Méthodes Pédagogiques

- Apports théoriques courts et structurés
- Exercices interactifs
- Mise en situation en binôme avec la formatrice
- Grille de lecture reprenant les outils vus en formation
- Quizz
- Feed-Back



Modalités d'Évaluation

- Auto-évaluation des connaissances et postures en amont et en aval de la formation
- Mises en situation et études de cas tout au long de la formation.
- Plan d'action individuel à l'issue de la dernière séquence.



Supports de Formation

- Fiches-outils pratiques (DESC, OSBD, roue émotionnelle...)
- Accès à des ressources complémentaires (références, études...)

Nos tarifs sont disponibles sur devis

Info, Inscription et Contact :

Intervention : 4 semaines après signature du devis

Comment s'inscrire ou obtenir des informations complémentaires



LUDIVINE THÉNARD

contact@ame-entreprise.com

06 95 73 22 19