

La communication assertive – Parler juste et vrai (Claire GRIFFANTI)

Objectifs

Objectif Opérationnel

Acquérir une capacité d'affirmation tout en respectant l'autre, en sachant formuler une demande de manière efficace et en gardant des relations positives avec vos interlocuteurs.

Formateur.trice

Claire GRIFFANTI

Sophrologue et coach

Note

Tarifs

Coût de la formation - Tarif : 575€

Organisation

Construction du groupe :
18 personnes

Du 2 au 3 octobre 2024 - Mulhouse

14h / 2 jours

Contenu

Quand je ne suis pas d'accord, je le fais savoir ; peu m'importe la réaction des autres.

Quand j'ai quelque chose à demander, je vais droit au but.

Selon vous, il n'y a pas vraiment de méthode ni de principes pour s'affirmer : il faut suivre son intuition.

Selon vous, il faut recadrer un collaborateur dès qu'il a fait une erreur, quitte à le faire devant d'autres personnes.

On n'est pas là pour faire du sentiment : on est là pour travailler.

Si vous répondez « OUI » à toutes ces questions...alors passez votre chemin ! Sinon des pistes de

réflexion et d'aide vous sont proposées au cours de cette formation qui vise à :

- S'affirmer dans le respect de l'autre ; viser l'intérêt mutuel.
- Se rapprocher de l'objectif fixé tout en gardant des relations positives avec notre interlocuteur.
- Savoir formuler une demande efficacement.
- Savoir dire « non » à une demande sans dire non à la personne.
- Mener un entretien de recadrage.