



L'ASSERTIVITE POUR DES RELATIONS PROFESSIONNELLES REUSSIES S'affirmer positivement dans le respect de soi et des autres

Toutes les relations professionnelles passent par des moments de tension et de conflits. Il est essentiel pour les professionnel·le.s soumis·es à ces pressions de savoir les reconnaître et les traiter efficacement. S'affirmer positivement dans ses relations est une clé de réussite pour soi et les autres. Cette formation permet de faire face aux situations conflictuelles générées par des attitudes passives, agressives et manipulatrices.

Public cible :

Tout·e professionnel·le du secteur éducatif, social et médicosocial

Prérequis :

Aucun prérequis n'est exigé pour suivre cette formation.

Objectifs :

- Faire valoir ses points de vue (et ceux de son organisme), les valeurs au nom desquelles le stagiaire est engagé·e, ses besoins pour mener à bien ces engagements
- Prendre conscience de ses propres attitudes et de leur impact dans la relation
- Utiliser l'assertivité comme attitude personnelle et professionnelle
- Améliorer la qualité de sa communication et de son écoute : s'exprimer sans heurter ni dévaloriser l'autre
- Limiter l'agressivité, la passivité ou la manipulation dans ses relations professionnelles quotidiennes

Programme de la formation :

1^{ère} journée

Se positionner dans ses relations professionnelles

- Développer ses « Positions de Vie préférentielles »
- L'art d'être manager dans une équipe
- L'art de travailler avec sa hiérarchie
- Les principes fondamentaux de l'assertivité : une bonne communication, les caractéristiques

2^{ème} journée

- Apprendre à reconnaître 3 types de comportements généralement observés :
 - Passif
 - Agressif
 - Manipulateur
- Savoir y répondre
- Apprendre à faire face aux trois types de comportements
- Mise en situation pour chaque type de comportement

3^{ème} journée

Vivre l'assertivité dans ses relations

- Exprimer des critiques constructives
- Oser poser ses limites : savoir dire aussi bien non que oui de façon appropriée
- Formuler des demandes

Méthodes pédagogiques :

- Apports théoriques et méthodologiques
- Analyse de pratique à partir des situations vécues au travail
- Réflexion interactive permanente en groupe
- Mises en situation
- Support pédagogique

Modalités d'évaluation des acquis d'apprentissage :

- La validation des acquis se fait tout au long de la formation au travers d'exercices d'application et d'études de cas
- Mises en situation

Durée de la formation :

3 Jours - 21 heures

Dates :

2,3 ET 4 juin 2025

Tarif :

810 € NET / stagiaire

Formateur :

Stéphane MILIOTO, psychopraticien

Les + de cette formation :

Cette formation est recommandée pour développer l'affirmation de soi, sans crainte ni agressivité et ajuster son comportement à celui des autres avec plus d'assurance.

L'animateur reste à l'écoute des stagiaires après la formation, pour les difficultés éventuelles de mise en pratique des notions apprises.