

SAVOIR S'AFFIRMER

MÉTHODES POUR DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ



FORMATIONS DISPENSÉES EN ANGLAIS

SAVOIR S'AFFIRMER

MÉTHODES POUR DÉVELOPPER SON ASSERTIVITÉ



- **2 journées de 9h30 à 17h30 en présentiel ou à distance**
- **2 à 6 personnes**
- **500€ HT par personne**



POPULATION CIBLEE

Tous ceux qui doivent s'affirmer dans un cadre professionnel, prendre position, exprimer leurs opinions avec assurance

OBJECTIFS

Permettre aux participants de développer un état d'esprit, des compétences et des outils pour communiquer avec force et assurance.

Comment ?

- En développant des compétences en communication positive
- En apprenant à mieux se connaître
- En aidant à surmonter les incompréhensions et les conflits
- En améliorant les techniques de communication interactive

CONTENU DU PROGRAMME

JOURNÉE 1

- Questionnaire sur l'assertivité : où en êtes-vous?
- Qu'est-ce que l'assertivité?
- Reconnaître des signaux linguistiques, de communication non-verbale, de personnalité : assertif, passif, agressif
- Des comportements inefficaces
- Contexte et opportunité : où, quand et comment intervenir pour prendre position.

JOURNÉE 2

- Comprendre les enjeux
- La modélisation de la communication assertive : l'analyse transactionnelle et le pouvoir du « je »
- Evaluer l'importance de la communication assertive : l'art de dire NON
- Traiter des problématiques complexes et difficiles
- Apprentissage expérientiel avec feedback 360°
- Reconnaître les top 10 des choses à faire et à ne pas faire.

APPROCHE PÉDAGOGIQUE

- Apprentissage des compétences et changement des états d'esprit
- Acquisition d'outils et de techniques pratiques à partir d'études de cas et d'exercices.
- Analyse d'exemples vidéo d'assertivité dans des contextes divers
- Préparation de jeux de rôles avec un retour des autres participants et du coach

CONDITIONS GENERALES DE VENTES

Article 1 : l'inscription sera effective à réception du règlement de 30% du prix de la formation sauf accord spécifique. Dès réception du bulletin d'inscription, une convention de formation est envoyée à l'entreprise en deux exemplaires dont un est à nous retourner signée par le client avec le cachet de l'entreprise.

Article 2 – Modalités de règlement : Le paiement sera dû à réception de la facture par l'organisme payeur. En cas de règlement total ou partiel par un OPCO (Opérateur de Compétences), l'entreprise s'engage à nous faire parvenir une copie de la demande prise en charge. Si cette prise en charge ne nous parvient pas avant la fin de la formation, la totalité des frais liés à la formation sera facturée directement à l'entreprise.

Article 3 – Dédit ou abandon : En cas de dédit à moins de 15 jours ouvrés francs avant le début de l'action de formation, ou abandon en cours de formation, l'organisme facturera 100% du montant de la prestation. Ces sommes seront facturées directement à l'entreprise ou participant signataire du bulletin d'inscription. En cas d'empêchement, l'entreprise peut remplacer un participant avec un autre jusqu'au début du stage.

Article 4 – Dans le cas où le nombre de participants inscrits à un stage sera jugé pédagogiquement insuffisant, l'organisme se réserve le droit d'annuler ce stage au plus tard une semaine avant la date prévue. Les frais déjà réglés seront remboursés intégralement.

Article 5 – Différends éventuels : Si une contestation ou un différend ne peuvent être réglés à l'amiable, le tribunal de Paris sera seul compétent pour régler le litige.

Article 6 – RGPD : Les informations recueillies vous concernant font l'objet d'un traitement destiné à préparer votre programme de formation en fonction des critères professionnels et personnels fournis, à suivre votre progression dans vos formations et vous informer de tout programme susceptible de vous intéresser. Les destinataires de ces données sont : l'équipe administrative d'AMBOS-ILIC – david.spiers@ambosformation.com; info@ambosformation.com . La durée de conservation des données est de 10 ans. Vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification, de portabilité, d'effacement de celles-ci ou une limitation du traitement. Vous pouvez vous opposer au traitement des données vous concernant et disposez du droit de retirer votre consentement à tout moment en vous adressant à : david.spiers@ambosformation.com ou info@ambosformation.com . Vous avez la possibilité d'introduire une réclamation auprès d'une autorité de contrôle. »

INSCRIPTIONS : [CLIQUEZ ICI](#)



Votre contact : CYNTHIA PARIZOT

Office manager, bilingue français/anglais,
Cynthia est disponible pour vous aider dans
toute l'organisation et la coordination des
sessions de formation

9 rue Ganneron 75018 Paris
s+33 1 40 06 03 73
info@ilic-formation.com

S.A.S au capital de 10 000 €-R.C.S. Paris 503526444 –Code NAF: 8559