

## **Améliorer sa communication, s'affirmer dans ses relations professionnelles.**

### **Objectifs :**

- S'affirmer dans ses relations professionnelles.
- Prendre le leadership faire face aux oppositions, prévenir les conflits.
- Assumer / se positionner dans un collectif

### **Participants et pré-requis :**

Manager débutant avec ou sans première expérience et souhaitant développer et valider sa pratique du management.

Formation ouverte aux personnes en situation de handicap.  
Nous contacter pour toute demande d'adaptation.

### **Méthode pédagogique :**

Formation en présentiel avec un formateur.

Notre formatrice, comédienne et diplômée de l'ENSATT, est spécialiste dans le développement des capacités comportementales et relationnelles.

- Improvisations et jeux.
- Apport théorique.
- Mise en situation.
- Présentation des supports visuels sur les notions, outils et méthodes clés à déployer.

### **Evaluation :**

Mise en situation sur une ou plusieurs compétences observables permettant de vérifier la réalité de l'intégration et la réalité de mise en œuvre des compétences requises.

### **Durée :**

2 jours, soit 14 heures.

Délais d'accès : de 7 jours à 3 mois selon le mode de financement.

### **Programme :**

#### **1. Etre leader : les attitudes clés**

- être précis dans ses intentions
- insuffler énergie et conviction
- être force de proposition
- fédérer le groupe à ses propositions
- développer des stratégies de transmission

#### **2. Connaître les fonctions et les rôles dans un groupe et se situer dans sa dominante.**

- rôles positifs et rôles parasites au sein d'un groupe
- représenter, mettre en scène les 4 attitudes
- mettre en image et en scène les 4 attitudes :  
« Attaque, fuite, manipulation, affirmation de soi »

#### **3. Travailler sur le langage non verbal et l'imaginaire**

#### **4. Maîtriser ses états et ses émotions**

#### **5. Développer une attitude assertive**

- se mettre à la place de l'autre
- s'affirmer physiquement et vocalement quelle que soit la réaction de l'autre
- repousser ses limites, se dépasser, oser une autre stature.
- s'affirmer dans son originalité

#### **6. Gestion des conflits**

- développer son écoute et son esprit d'initiative,
- détecter, comprendre la situation de conflit
- échanger sans rompre la communication
- résoudre si possible le conflit ou au moins faire avancer positivement la situation
- acquérir une attitude affirmée Utilisation de l'outil DESC

#### **7. Se positionner et identifier synthétiquement ses voies de réussite et ses points de vigilance**

#### **Pour aller plus loin....**

Ce module fait partie de la formation :

**Animer une équipe les fondamentaux (21 jours)**

*Devis sur demande*