



2 jours

Assertivité et Leadership Affirmer sa personnalité pour gagner le respect

Intervenante **Ronie Bouchon**
Maître Praticien Coaching PNL AT
Coach et intervenant en organisation

Cette formation concerne

Le leader est quelqu'un de reconnu comme autorité naturelle au-delà de son statut. Cette formation permet de mettre à jour ses potentiels et de les rendre visible pour construire une collaboration efficace et acceptée. Cela passe par une meilleure connaissance de Soi et de son rapport aux autres afin de favoriser un leadership basé sur la confiance et le respect de son équipe.

Objectifs de la formation

Il s'agit que chaque participant puisse acquérir les repères théoriques et pratiques nécessaires à la mise en place d'une confiance en soi même en situation conflictuelle

- Repérer ce qui diminue notre confiance en soi dans notre manière de nous voir
- Acquérir les techniques d'affirmation de soi dans le respect des autres
- Savoir changer d'attitude et mieux communiquer
- Trouver des tactiques pour ne pas se laisser déstabiliser

Contenu de la formation

Les comportements relationnels

Connaitre les différents comportements relationnels
Identifier ce qu'ils créent, provoquent ou permettent
Repérer son propre profil et ses limites
Repérer les automatismes réactionnels et mieux se connaître

L'effet du stress sur le comportement

Le stress générateur d'excès ou de réduction
La gestion du stress et de ses émotions
La capacité d'écoute et de se faire entendre

Construire sa confiance en soi

Prendre conscience du bénéfice de la confiance en soi dans la relation
Reconnaitre ses freins et les assumer
S'appuyer sur ses caractéristiques pour les dépasser
Construire sa confiance en soi
Identifier ses injonctions polluantes et travailler ses axes d'amélioration

Communiquer sereinement

Maîtriser le processus relationnel tout du long en s'y préparant
Communiquer avec son corps pour gagner en assurance
Repérer les jeux psychologiques et s'en affranchir
Savoir dire non en l'assumant et dans le respect
Influencer avec intégrité

Développer son leadership en situation difficile

Communiquer efficacement par l'écoute active et le questionnement
Gérer avec à plomb les objections sans se laisser envahir
Convaincre de sa détermination et faire passer son message
Formuler une demande qui soit entendue
Accueillir la critique sans perdre la face



Contact :
Ronie BOUCHON

Adm : 04 91 70 98 36

contact@arianesud.com

Scé Client : 06 62 83 44 92

www.arianesud.com



Assertivité et Leadership
Affirmer sa personnalité pour gagner le respect

 **Engagements de l'intervenante**

Vous apporter une capacité de réflexion sur votre pratique et vous aider à vous approprier la démarche complète en exprimant vos doutes ou vos certitudes en toute confidentialité.

Vous permettre de vous approprier pleinement les outils et méthodologies appropriées

Points forts

- ✎ Apports théoriques et méthodologique
- ✎ Interactivité et réflexivité pour une intégration maximum
- ✎ Études de cas, simulations
- ✎ Analyse des pratiques
- ✎ Plan d'action personnalisé

Intervenant

Pour ArianeSud Entreprendre
Ronie bouchon
Maître Praticien Coaching
Consultante Coach et formatrice depuis 10 ans sur l'accompagnement au changement et le coaching de cadres.

Organisation

2 jours

Financement – coût

Prix Entreprise / Entreprise Ind / Individuel
nous contacter pour modalités
DIF possible

Inscription

Inscription, convention et facture sont établies
par module

Public

Professionnel désirant revisiter sa posture et
gagner en confiance en soit au service d'une plus
grande efficacité

Lieu

Marseille Centre Ville