

S'affirmer et faire passer ses messages avec force

PRÉSENTIEL

Accroître sa confiance en face à face, prendre sa juste place et augmenter son impact sur un auditoire.

● **Code Raf :** IGTP1286

● **Niveau :** 3 - Perfectionnement

● **Durée :** 2 jours

● **Tarif :** à partir de 1300.00€

● **Prérequis :** avoir suivi la formation Manager et mobiliser avec efficacité (IGTP1285/IGTP1285DI)

● Présentation

Le manager doit développer des compétences relationnelles et une réelle maîtrise de soi pour gagner en efficacité dans ses relations avec ses collaborateurs et ses collègues .En apprenant à développer une communication structurée positive et efficace avec ses collaborateurs le manager augmentera son aisance relationnelle et sa crédibilité auprès de ses collaborateurs

- Combiner prise de conscience de ses mécanismes de non affirmation de soi et intégrer les comportements assertifs :
- Repérer son comportement réflexe et apprendre à le maîtriser
- Intégrer la communication assertive, « se battre pour »
- Savoir se faire respecter dans ses besoins et garder son sang-froid face à la violence verbale
- Construire une argumentation qui parle au cœur, s'entraîner à la faire vivre avec force

● Programme

Jour 1 :

- Repérer son comportement reflexe et apprendre à le maîtriser
- Intégrer la communication assertive «se battre pour »

Jour 2 :

- Construire une argumentation qui parle au cœur s'entraîner à la faire vivre avec force
- Savoir se faire respecter dans ses besoins et garder son sang-froid face à la violence verbale

● Méthodes mobilisées

Exercices, mises en situation

Théories et méthodes

Entretiens

Carte MonCap avec mise à disposition de fiches de synthèse

● Public cible

Managers de tous niveaux

● Modalités

— Questionnaire d'appréciation systématique après la formation, et 2 à 3 mois plus tard

02 **Evaluation**

— L'atteinte des objectifs de la formation est évaluée par :

- évaluations formatives durant la formation
- autoévaluation de l'atteinte des objectifs et de la mise en oeuvre des acquis après 2 à 3 mois

03 **Modalités d'inscription**

- Pour les collaborateurs SNCF, inscription auprès de votre Cofo
- Pour les entreprises externes, contactez anne.ponchel@udi-sncf.com

Délais d'accès : Inscription possible **jusqu'à 15 jours avant la formation**

Version active du 2022/07/29

Pour une question sur le contenu de la formation :
developpement@monudi.com

Pour une question administrative sur la formation :
production@monudi.com