

Assertivité

Compétences sociales



Compétences sociales

Vous souhaitez améliorer vos compétences en matière de communication ? Etre assertif a de nombreux avantages, dès lors, pourquoi ne sommes-nous pas toujours assertifs ?

Objectif

Durant cette journée de formation, vous serez amené à comprendre la communication (en commençant votre propre communication). Vous apprendrez des techniques de communication assertive et vous élaborerez un plan d'action personnel. Cette formation s'associe à la formation « La gestion du stress ».

Programme

- Comprendre ce qu'est communiquer et pourquoi communiquer est parfois difficile
- Connaître et reconnaître différents styles de communication et s'y adapter
- Tenir compte des types de personnalité
- Comprendre ce qu'est l'assertivité et quels sont ses avantages
- Pourquoi ne sommes-nous pas toujours assertifs ?
- Techniques de communication assertive

Infos pratiques

Groupe cible : toutes les personnes qui souhaitent s'affirmer davantage ou, au contraire, qui s'entendent dire qu'elles sont trop directes ou agressives envers les autres.

Nombre d'heures : 8 heures



TRAI3.004 CASSRT FR 1907



Vous désirez un complément d'informations ?

Contactez nos experts via sales.brussels@securitas.be

Notre société combine l'humain, la technologie et l'expertise pour développer des solutions de sécurité adaptées à toutes les situations.

www.securitas.be

