

# PARCOURS SAVOIR-ÊTRE EN ENTREPRISE

## MODULE : ASSERTIVITÉ

### OBJECTIFS



Pour aider les collaborateurs à se reconnecter à leurs forces et à leurs talents. Pour leur permettre de parler d'eux-mêmes avec plus de confiance et d'assertivité.

Pour ceux qui ont besoin d'exprimer leurs positionnement et leurs identité en intégrant leur environnement.

### MÉTHODOLOGIE & MOYENS

Le coaching repose sur des méthodes d'analyse, de diagnostic, de questionnement et d'entraînement, issues des sciences humaines et sociales.

C'est une forme rigoureuse de dialogue qui requiert des capacités d'écoute active et la faculté de stimuler la réflexion. **Le coaché élabore ses propres solutions grâce à cette stimulation extérieure neutre, bienveillante et impartiale.**

Les approches utilisées par l'intervenant sont multiples et font appel à la créativité du client, questionnement spécifique, approche

systémique, confrontation, feed-back, méta-communication, techniques projectives, jeux de rôle, simulations... et décodages issus de la Méthode Écoute ton Corps© pour laquelle nous sommes formés.

L'intervention du coach amène le coaché à :

- Devenir conscient des comportements non assertifs
- apprendre une nouvelle posture
- développer l'écoute et la communication

### POUR UN AUTO-DIAGNOSTIC

- Identifier et utiliser ses talents et ses atouts, ses principales forces
- Identifier ses types d'intelligences et de mémorisation dominants
- Tirer des enseignements de ses expériences passées pour ses compétences transversales
- Se reconnecter à son élément et à ses centres d'intérêts
- Identifier ses besoins fondamentaux et apprendre à y répondre
- Oser sortir de sa zone de confort
- Se découvrir à travers le regard des autres et accepter ce constat
- Identifier les différentes formes de communication verbale
- Mettre en place différents systèmes de communication



Les séances individuelles ou d'équipe durent 2 heures.



Les séances sont espacées de 1 à 2 semaines ; c'est modulable selon les besoins.



Le module est idéalement conçu pour être travaillé en équipe.

Il permet l'échange interactif entre les collaborateurs ou les managers et favorise les notions d'appartenance et d'individualité au sein d'un groupe

# PARCOURS PROFESSIONNEL

## module : assertivité

### PÉDAGOGIE EFFICACE

Le programme allie réflexion et mise en application, à travers du contenu inspirant, des exercices et des outils opérationnels.

Les collaborateurs suivent leur programme à leur rythme, dans le respect de leurs contraintes opérationnelles.

Des outils pratiques :

- Un processus d'apprentissage à votre mesure
- Un transfert rapide de votre entraînement
- Un coût avantageux
- Des ateliers dynamiques
- Des intervenants formés à différentes pratiques

### BÉNÉFICES

- \* Des collaborateurs outillés pour parler d'eux-mêmes avec plus de confiance
- \* Des collaborateurs capables de dialoguer et de faire passer clairement les messages
- \* Des collaborateurs positionnés en toute circonstance

### LE PUBLIC VISÉ

PRÉ-REQUIS : aucun

- \* À ceux qui ont besoin de faire le point sur eux-mêmes et qui aimeraient exprimer tout leur potentiel.
- \* À tous ceux qui ont envie de bouger et qui souhaitent prendre la bonne décision.

1

#### ÉCHANGES

Écoute bienveillante  
Confidentialité  
Accompagnement  
Neutralité

2

#### EXPÉRIMENTATION

Introspection  
Confiance Prises de conscience  
Méthodologie

3

#### PLANS D'ACTIONS

Émergence active  
Expérimentation  
Auto-évaluation



Intervenants  
formés et certifiés



TARIF DU MODULE  
400 € HT



Les parcours  
professionnels  
comportent 6  
modules interactifs.  
Il est conseillé de  
les faire dans leur  
intégralité.

LE CARTABLE SUR LE ZINC©

Sophie David-Auvray

06 30 79 29 80

[lecartablesurlezinc@gmail.com](mailto:lecartablesurlezinc@gmail.com)

Christophe Vandamme

06 13 11 28 94

[christophevandamme@neuf.fr](mailto:christophevandamme@neuf.fr)

SIRET 824 432 884 000 24

298 rue d'Argenton

Doué la Fontaine

49700 DOUÉ EN ANJOU

IBAN :

FR76 1380 7008 6231 3195 1169 095

BIC/SWIFT : CCBPFRPPNAN

Reproduction interdite