Code : MAN-02-01

FICHE PROGRAMME

Communiquer avec justesse et assertivité dans les relations professionnelles

Durée : 2 jours
(adaptable de 1 à 3 jours selon les enjeux, les publics concernés et le niveau d'approfondissement souhaité)

Format : Inter ou Intra
Présentiel, distance, hybridée

Pourquoi cette formation est stratégique ?

La qualité des relations professionnelles repose en grande partie sur la capacité à communiquer de manière claire, adaptée et respectueuse.
Or les managers sont régulièrement confrontés à des situations qui exigent de trouver le juste positionnement : exprimer une attente ; formuler une demande ; faire un retour ; recadrer un comportement ; annoncer une décision ; gérer un désaccord ; faire face à une réaction émotionnelle.

Dans ces situations, certains managers peinent à affirmer leur position tandis que d'autres peuvent adopter une communication trop directive ou insuffisamment adaptée à leurs interlocuteurs.
Pourtant, une communication efficace ne consiste ni à éviter les difficultés ni à imposer son point de vue.

Elle repose sur la capacité à exprimer clairement ses messages tout en maintenant une relation de qualité.

Cette formation permet aux participants de développer une communication professionnelle plus fluide, plus affirmée et plus constructive au service de la coopération et de l'efficacité collective.

Pour qui ?

- Encadrants de proximité
- Responsables d'équipe
- Responsables de service
- Cadres intermédiaires
- Toute personne amenée à exercer des responsabilités relationnelles ou managériales

Prérequis

Exercer ou être amené à exercer des responsabilités d'encadrement, de coordination ou d'animation d'équipe.
Aucun autre prérequis spécifique n'est nécessaire.

Les points forts de la formation

- Une approche centrée sur les situations réelles rencontrées par les managers
- Une articulation entre communication, posture et qualité relationnelle
- Des outils immédiatement mobilisables dans les échanges du quotidien
- De nombreux entraînements favorisant l'appropriation des pratiques
- Une approche favorisant à la fois l'affirmation de soi et le respect de l'autre
- Une pédagogie active fondée sur les mises en situation et les échanges de pratiques

Objectifs pédagogiques

À l'issue de la formation, les participants seront en capacité de :

- Identifier leur style de communication et ses effets ;
- Adapter leur communication aux situations rencontrées ;
- Développer une posture assertive dans leurs relations professionnelles ;
- Exprimer clairement leurs attentes et leurs besoins ;
- Formuler des demandes et des messages difficiles avec tact et fermeté ;
- Mieux gérer les désaccords et les incompréhensions ;
- Renforcer la qualité des relations professionnelles au sein de leur équipe.

Modalités

- Formation en présentiel ou distanciel
- Sessions intra ou inter-organisations ;
- Alternance d'apports, d'ateliers, d'études de cas et d'analyses de pratiques
- Adaptation possible aux enjeux spécifiques de votre organisme.

Éligibilité

Formation éligible aux financements OPCO selon les dispositifs en vigueur.

Accessibilité

Formation accessible aux personnes en situation de handicap.
Pour toute demande d'adaptation ou de compensation, contactez notre référent handicap.



Programme de la formation

Comprendre les mécanismes de la communication professionnelle

- Les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Les facteurs favorisant ou limitant la compréhension mutuelle
- Les impacts de la communication sur les relations de travail
- Les principaux pièges relationnels

Développer une communication claire et adaptée

- Structurer ses messages
- Clarifier ses intentions et ses attentes
- Adapter sa communication à ses interlocuteurs
- Renforcer l'impact de ses échanges

Développer son assertivité dans les situations professionnelles

- Trouver le juste équilibre entre affirmation de soi et respect de l'autre
- Oser exprimer un désaccord ou une demande
- Dire non lorsque cela est nécessaire
- Formuler un recadrage ou une remarque constructive

Faire face aux situations relationnelles délicates

- Gérer les incompréhensions
- Prévenir les tensions inutiles
- Maintenir un dialogue constructif
- Préserver la qualité de la relation malgré les désaccords

Développer une communication au service de la coopération

- Favoriser la confiance
- Encourager les échanges constructifs
- Développer une culture du dialogue
- Renforcer les dynamiques collectives

Communiquer avec justesse et assertivité dans les relations professionnelles

Méthodes pédagogiques

- Apports illustrés et contextualisés
- Auto-diagnostics
- Études de cas
- Exercices de communication
- Jeux de rôle et mises en situation
- Analyse de situations professionnelles apportées par les participants

Modalités d'évaluation

- Auto-positionnement en début et fin de formation
- Exercices d'application tout au long de la formation
- Évaluations formatives
- Élaboration d'un plan d'action individuel favorisant le transfert des acquis dans la pratique professionnelle

Tarif

Inter-organisations : nous consulter.

Intra-organisation : proposition établie sur mesure selon les enjeux de la collectivité et les objectifs poursuivis.

S'inscrire

Contactez-nous via notre adresse mail ou par téléphone

contact@acrossuniversterritorial.com

06 33 11 57 99

Across Univers Territorial

acrossuniversterritorial.com