

# Développer vos intelligences, émotionnelle et relationnelle

**SIWA**  
au cœur des relations

## Développer son assertivité et gagner en légitimité

(Code IER02.3)



<b>Durée</b>	2 jours + 1 jour (21h)
<b>Participants</b>	8 à 12
<b>Public concerné</b>	Managers et collaborateurs fondamentaux
<b>Lieu</b>	Paris - Lyon
<b>Tarifs</b>	650 € HT/jour
<b>Inter</b>	1 950 € HT/jour
<b>Intra</b>	(30j à réception de facture)
<b>Évaluation</b>	Formative & Sommative (Remise d'attestation de fin de stage)
<b>Prérequis</b>	Aucun prérequis

### OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

- ▶ Montrer l'importance du cadre de l'entreprise pour sécuriser chacun au sein de l'équipe et les conséquences quand il n'est pas respecté
- ▶ Accompagner vers la prise de conscience de son rapport à la colère pour développer la capacité à poser des limites claires.
- ▶ Intégration de la reconnaissance dans la posture d'autorité
- ▶ Découvrir les caractéristiques d'une personne qui assume son autorité avec sensibilité à l'autre pour l'intégrer.

### COMPETENCES VISEES

- ▶ Développer une posture d'affirmation bienveillante et tenir son cadre
- ▶ Se situer en tant qu'autorité et savoir se réajuster
- ▶ Développer les compétences de l'intelligence émotionnelle et relationnelles (IE/IR).

### NOS PLUS PEDAGOGIQUES

- ▶ Pédagogie de l'ici et maintenant, fondée sur les intelligences, émotionnelle et relationnelle
- ▶ Authenticité des formateurs et authenticité de leurs témoignages
- ▶ Expertise relationnelle et émotionnelle des formateurs
- ▶ Respect et acceptation de la différence de chacun

### ANIMATEUR/TRICE

Un(e) expert(e) en intelligence émotionnelle et relationnelle, spécialiste de la communication authentique, avec expérience en entreprise.



Diplômée de l'école CRAM-EIF, Montréal  
The Real Happiness Program USA  
Master en PNL à Paris

« La richesse d'un collectif dépend de la capacité à bien se connaître et accepter les différences de chacun »

Vicky Arnbak, Coach et formatrice

### PROGRAMME

#### ▶ Comprendre le rôle d'une autorité

- S'interroger sur l'importance du cadre de travail et cadre relationnel
- Explorer les forces et limites de son style d'autorité
- Faire l'expérience de l'impact de son cadre personnel de référence (valeurs, règles de vie, ouverture d'esprits, forces, difficultés, limites...).

#### ▶ Savoir être une autorité bienveillante

- Explorer les différents styles d'autorité
- Approfondir sa relation à la colère et savoir l'exprimer de façon responsable pour faire respecter le cadre

#### ▶ S'affirmer dans mon style d'autorité

- Décrypter les attitudes limitantes (peurs et croyances)
- Développer à être une autorité congruente
- Expérimenter à faire des demandes claires et poser les limites claires

#### ▶ Expérimenter la communication assertive

- Cas pratiques apportés par chaque stagiaire
- Mises en situation avec coaching de l'intervenant

\* Notre expertise de l'IE/IR est fondée sur la communication authentique créée par la psychopédagogue canadienne Colette Portelance

\*\*Accès aux personnes handicapées à tous nos lieux de formation