

S’affirmer dans ses Relations Professionnelles

Lien : https://innov-maroc.com/formation/saffirmer-dans-ses-relations-professionnelles

DURÉE
2 jours (14h)

RÉFÉRENCE
DP23

CATÉGORIE
Estime de Soi, Confiance en Soi et Affirmation de Soi

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Ajuster son comportement à celui des autres avec plus d'assurance
- Solliciter les autres positivement
- Critiquer de façon constructive et positive

POUR QUI ?

- Cadre
- Manager
- Technicien
- Assistante
- Tout collaborateur pour qui il est nécessaire de savoir s'affirmer dans le cadre de leurs relations professionnelles

INNOV MAROC



Programme détaillé

1 / Comprendre son comportement

- Comprendre son mode de fonctionnement
- Identifier ses comportements inefficaces
- Développer l'affirmation de soi : devenir assertif

2 / Faire face aux comportements qui perturbent

- Désamorcer l'agressivité
- Agir face à la passivité
- Éviter les pièges de la manipulation

3 / Critiquer de façon constructive et positive

- Préparer sa critique
- S'expliquer avec la méthode DESC

4 / Savoir dire NON avec assertivité

- Dire non lorsque c'est nécessaire
- La bonne attitude pour dire non

INNOV MAROC

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

10 au 11 Nov. 2026	Distanciel
16 au 17 Fév. 2027	Présentiel - Casablanca
15 au 16 Avr. 2027	Présentiel - Casablanca
15 au 16 Juin 2027	Présentiel - Casablanca
12 au 13 Août 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@innov-maroc.com
Web : https//www.innov-maroc.com

INNOV MAROC — Tous droits réservés