



**Comprehensive
Empowerment**

Stimuler les résultats avec l'assertivité & l'empathie

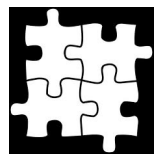
Que ce soit en négociation, en gestion des conflits, en vente tactique, en communication responsable - collaborateur ou dans les interactions avec le monde extérieur en général, la capacité à montrer de l'empathie et à s'affirmer est essentielle à la réussite. Ces compétences sont comme les deux faces de la même pièce, indissociables, pour stimuler les résultats.

Qu'est-ce que ce Workshop m'apporte ?

- 🎧 Recevoir plus d'attention des autres
- 🎧 Refuser les interruptions indésirables
- 🎧 Dire non aux demandes toxiques
- 🎧 Ne plus me faire piéger par des manipulations égoïstes
- 🎧 Prendre part activement aux discussions
- 🎧 Faire preuve d'esprit critique
- 🎧 Dégager plus de temps pour mes activités privées
- 🎧 Changer d'avis sans me sentir mal à l'aise
- 🎧 Augmenter mes opportunités d'avancement



Comprendre



Intégrer



Pratiquer

Keep intuition and instinct - Add structure and strategy!

Comprehensive Empowerment - Avenue du Domaine 181/11 Domeinlaan, Bruxelles 1190 Brussel
T-F +32 2 346 64 17 - M +32 475 44 14 63 - info@comempower.com - www.comempower.com



Comprehensive Empowerment

Agenda

Méthodologie

JOUR I

- Auto-diagnostic de notre niveau d'assertivité
- La notion de message critique
- Quatre réactions aux messages critiques

- Favoriser la coopération
- Ecoute active et empathie

- Faire une demande
- Donner son avis critique

- Faire un compliment
- Recevoir un compliment

- Faire une critique constructive
- Recevoir constructivement une critique

- Annoncer une bonne nouvelle
- Annoncer une mauvaise nouvelle

- Exprimer un désaccord
- Mettre ses limites
- Dire non constructivement

- Se protéger des manipulations toxiques



Discussions en sous-groupes



Jeux de rôle / Exercices



Outils, modèles, méthodes



Vidéos illustratives



Jeux de rôle / Exercices

Keep intuition and instinct - Add structure and strategy!