

# E-learning : développer votre assertivité : mieux communiquer ensemble

La formation en ligne 'Développer son assertivité' vous permettra d'intégrer à la fois une meilleure compréhension des clés et défis de la communication et la mise en place de postures et de stratégies concrètes.

## GROUPE-CIBLE

Si vous vous reconnaissez dans ce qui suit :

- « Je n'arrive pas à dire non »
- « Je ne parviens pas à me faire entendre »
- « J'ai du mal à argumenter »
- « Je perds mes moyens en situation de conflit »
- « Je m'oublie »

## OBJECTIFS

Ce parcours d'apprentissage en ligne vous donnera les clés pour :

- mieux comprendre les principes de base de la communication ;
- identifier les ingrédients clés qui font réussir ou au contraire capoter une communication ;
- mettre en place des attitudes et stratégies concrètes pour améliorer votre communication au quotidien.

## CONTENU

Le programme comprend un volet autonome et un volet coaching :

- le **volet autonome** consiste en un accès d'une année au module composé de courtes vidéos, d'exercices et de documents-ressources que vous pouvez aborder à votre guise selon votre agenda (soit un module par jour, soit un moment par semaine).

Les contenus s'articulent autour de 6 chapitres :

1. Les principes de base de la communication
2. Chacun son mode d'emploi
3. L'influence du stress
4. Les 4 postures de communication
5. Les principes clés de l'assertivité
6. Le feedback correctif

- Le **volet coaching** consiste en l'accompagnement d'une coach qui répond à vos questions via e-mail ou via un forum en ligne. Elle est à votre disposition tout au long de l'année durant laquelle vous avez accès au module.

## Prérequis

Aucune connaissance préalable n'est requise.

## Durée de la formation

Votre implication : le programme vous demandera au total environ 3 à 4 heures de votre temps.

## Comment s'inscrire ?

Vous vous inscrivez à ce module, via [learnappy.be/plus](https://learnappy.be/plus) (ou en scannant le QR code ci-dessous).

En tant qu'entreprise de l'électrotechnique (SCP 149.01) qui souhaite inscrire un ouvrier ou assimilé\*, vous bénéficiez de la gratuité grâce à l'intervention de Volta. Dans ce cas, l'inscription sera prise en charge par Volta. Si ce n'est pas le cas, l'inscription sera facturée directement à votre entreprise.

Une prime spécifique s'applique à l'e-learning. Si vous avez un ou plusieurs ouvriers ou assimilés\* qui suivent le module, n'oubliez pas de soumettre votre demande de prime via [My Volta](https://my.volta.be).

## Planning & lieux

Vous pouvez vous inscrire à tout moment aux modules Learnappy via ce [lien](#).

## Frais d'inscription

Groupe-cible	Frais d'inscription
Ouvriers ou assimilés* SCP 149.01	0 €
Employés, autres ou non SCP 149.01	97 €

## Plus d'informations ?

Contactez-nous via e-mail : [academy@volta-org.be](mailto:academy@volta-org.be) ou contactez notre partenaire [BePlus](#).

Cette formation fait partie de Learnappy, projet intersectoriel qui rassemble Volta, Alimento, Co-Valent, mtech+, IFPM, Irec, CEFRET, Woodwize, FeBi, Mission wallone des Secteurs Verts.



\* Sous assimilé, il faut comprendre :

- bénéficier d'une mesure d'emploi (PFI, FPIE) dans une entreprise de l'électrotechnique SCP 149.01,
- intérimaire dans le cadre de la collaboration avec Travi des entreprises de l'électrotechnique SCP 149.01,
- avoir un contrat 'jeunes' avec une entreprise de l'électrotechnique SCP 149.01 (contrat d'alternance, CAI, convention de stage, jobstudent, ...).