

19/07/10

Savoir s'affirmer : la clé du succès professionnel. Développer son assertivité en entreprise

Etre un développeur, chef de projet, ou directeur informatique compétent ne suffit pas pour faire réussir les projets, on le sait. 80 % dysfonctionnements dans les entreprises sont liés aux relations humaines, selon l'ouvrage « Être soi dans ses relations », qui paraît aux **Editions d'Organisation (Eyrolles)**. Les échecs, les retards, la baisse de productivité, d'efficacité mais aussi le mal être, le stress, la démotivation, sont reliés à des problématiques relationnelles.

Sylvie Grivel, l'auteur, propose la solution : savoir s'affirmer. Ou pour parler « technique », développer son 'assertivité'. S'affirmer, ce n'est pas être une « grande gueule », ou bien « vider son sac » pour se défouler, comme on le fait tous parfois ! « L'assertivité est un mode relationnel qui permet de développer des relations constructives dans le respect de soi et des autres et de créer les conditions favorables à l'expression avec pour finalité la performance des organisations et le mieux être des collaborateurs », rappelle l'auteur.

Cette façon d'être se traduit concrètement par les attitudes suivantes, explique Sylvie Grivel :

- Exprimer des critiques constructives
- Oser poser ses limites : savoir dire non
- Formuler des demandes
- Savoir dire oui
- émettre des signes de reconnaissance : savoir féliciter, encourager, remercier

L'intérêt du livre repose sur les exemples concrets et les exercices qui aident à créer les conditions pour concilier performance et bien être dans les organisations. Sylvie GRIVEL est formatrice en communication et coach certifié, elle a fait appel au pape français du coaching,

Évaluation du site

Le site Internet du magazine Solutions Logiciels diffuse l'actualité professionnelle de l'informatique et d'Internet sous forme de brèves.

Cible
Professionnelle

Dynamisme* :1
* pages nouvelles en moyenne sur une semaine

Vincent Lenhardt, pour écrire la préface. Un tel parrainage est un cachet d'authenticité pour un livre qui est aussi un manuel pratique.



« Être soi dans ses relations », Développer son assertivité en entreprise Editions d'Organisation
- **Eyrolles**

180 pages. Prix : 23 **euros**