

## LE MANAGEMENT ASSERTIF

Quelle est la définition de l'assertivité ? Le mot assertivité vient de l'anglais assertiveness ("to assert" signifiant "affirmer" ou "s'affirmer"). Cela signifie **la capacité à s'exprimer, à défendre ses droits, son opinion, sans empiéter sur ceux des autres.** « L'assertivité, c'est d'abord un état d'être, un état d'esprit, une philosophie.

### Comment définir l'assertivité au travail ?

Initialement, le comportement assertif n'est pas un concept porté sur le travail. Il s'est pendant longtemps contenté d'évoquer l'affirmation de soi dans sa vie personnelle. Or, **l'assertivité est devenue une véritable méthode développée au bureau.** Elle consiste à afficher un comportement assertif au travail, c'est-à-dire qui ne soit ni passif ni agressif. Il s'agit pour les salariés d'une entreprise de gagner en confiance en soi et de s'affirmer, tout en respectant leurs supérieurs hiérarchiques et leurs autres collaborateurs. **Le salarié a le droit de faire connaître ses besoins et ses convictions** sans que cela soit vécu comme une agression par ses collègues de travail.

### Qu'est-ce que le management assertif ?

De cette assertivité au travail découle le [management assertif](#). Pour un chef de service ou un responsable quelconque, initier un management assertif permet aux salariés d'être moins dans la retenue, mais plus dans l'affirmation productive, celle qui recherche le compromis afin que chacun soit satisfait. Le "gagnant-gagnant", l'équilibre, **la communication respectueuse, c'est la base du management par l'assertivité.** Une méthode qui peut porter ses fruits, notamment pour le bien-être au travail.

Es-tu une [#personne](#) assertive ? Peux-tu être un bon [#manager](#) ?

Poser ses besoins et ses limites, exprimer un avis à contre-courant, tout en respectant le point de vue des autres. Voici quelques comportements caractéristiques des personnes dites "assertives", selon un concept défini dans les années 1950. [Selon la coach Isabelle Sourati](#), qui a dépoussiéré la notion, ces compétences sont également indispensables pour être un bon manager.



L'assertivité est un [#concept](#) qui a été initialement introduit par le psychologue Andrew Salter vers la moitié du 20e siècle et Joseph Wolpe, psychiatre dans les années 50.

L'assertivité est un [#comportement](#) qui indique que la personne a la capacité d'exprimer et défendre ses droits sans empiéter sur ceux des autres.

Voici 6 comportements adoptés par une personne assertive :

1 Elle exprime ses sentiments



La personne assertive sait exprimer ce qu'elle ressent : elle parle de ses sentiments agréables ou désagréables.

2 Elle ose exprimer un avis impopulaire, elle s'affirme

 La personne assertive ose exprimer un avis impopulaire, différent de celui des autres. Elle ne cherche pas à plaire à tout le monde. Ce qui est important c'est que ses idées/actions soient en phase avec ce qu'elle est. La personne assertive s'affirme.

3 Elle respecte l'opinion des autres

 La personne assertive respecte l'opinion d'autrui même si très éloignée de la sienne. Elle n'impose pas son point de vue et ses vérités comme universelles. Elle ne cherche pas à tout prix à avoir raison mais d'abord à comprendre les opinions d'autrui ce qui lui confère un certain leadership.

4 Elle ose dire NON, elle sait exprimer ses besoins

 La personne assertive ose dire non, pose ses limites et sait demander de l'aide en exprimant ses besoins.

5 Elle sait prendre de la hauteur

 La personne assertive sait réévaluer son jugement, se remettre en question et se pose des questions. Elle sait s'interroger et sait que le doute peut être salvateur dans certaines situations. Elle n'est pas bornée.

6 Elle reconnaît ses échecs

 Ce sont les expériences, les épreuves, le vécu qui permettent à la personne assertive de se développer et de gagner en assurance et en affirmation de soi. La personne assertive reconnaît ses échecs et s'en sert pour constamment apprendre.

L'assertivité est un ensemble de compétences indispensable pour être un bon [#leader](#) [#leaderinspirant](#) et un/e [#manager](#).

[#softskills](#)

[#confianceensoi](#)

[#leadership](#)

[#management](#)

[#managers](#)

## LA PERSONNE ASSERTIVE

OSE  
EXPRIMER  
SON RESENTI

OSE  
EXPRIMER UN  
AVIS  
IMPOPULAIRE

RESPECTE  
L'OPINION DE  
L'AUTRE



IS@TALENT

OSE DIRE NON  
EXPRIME SES  
BESOINS

RÉÉVALUE  
SON JUGEMENT  
PRENDS DE LA  
HAUTEUR

RECONNAÎT  
SES ÉCHECS