



EN LIGNE SUR AMAZON · KINDLE · BROCHÉ

S'affirmer au travail

S'affirmer sans s'imposer, seule ou en équipe

AUTEUR Eleanor Sorel

COLLECTION Femmes au travail

Guides pratiques pour la vie professionnelle des femmes

IDÉES CLÉS DU LIVRE

- Le protocole en quatre étapes pour affirmer un désaccord sans casser la relation
- Comment appliquer la communication non violente à un mail difficile, un point d'équipe tendu, un feedback
- Des scripts pour gérer les conflits au travail sans y laisser ta soirée
- Un chapitre assertivité en situation de tension avec un manager ou un pair
- Les cinq erreurs qui font passer l'affirmation pour de l'agressivité, et comment les éviter

POUR QUI

Pour toi si tu penses beaucoup et dis peu, si tu écris de longs mails au lieu de trancher en réunion, si tu confonds encore affirmer et attaquer. Pour toi si tu rentres le soir avec dix phrases non dites qui te reviennent au moment de te coucher. Un livre à offrir à une amie qui n'ose pas dire ce qu'elle pense, à une collègue en tension avec son manager, ou à toute femme qui veut s'affirmer sans agressivité. Il fait partie de la collection « Femmes au travail », un parcours où chaque tome traite une situation précise ; à lire seul, ou avec les tomes sur le respect, la gestion des conflits ou la prise de parole. Parle une fois, clairement, et tu n'auras plus à te justifier trois fois. C'est ce livre qui te donne les mots.

OÙ LE TROUVER

Sur Amazon, en Kindle (inclus dans Kindle Unlimited) et en broché : « S'affirmer au travail », Eleanor Sorel.

Toutes nos parutions dans La Lettre FormadiLib, le premier lundi de chaque mois.