



Formación asertividad

O más bien, como nos gusta pensar en él, 'El arte de decir no'.

En esta formación tratamos los problemas de asertividad desde los mas básicos hasta los mas avanzados.

Ofreceremos técnicas claves para **lidar contra el bullying, las confrontaciones y las personas difíciles**.

Analizamos las preocupaciones de “no gustar”, “ofender a los demás”, “establecer límites efectivos” y “poder decir que no cuando es necesario”.

Aprende a decir "No" sin tener que cambiar quién eres, ni sentirte culpable.

Entrenamiento sobre asertividad

El arte de decir NO

Ahí tienes, acaba de decir que **SI** a algo que sabes que deberías haber dicho que **NO**.

- ◆ ¿Cómo me sucedió otra vez?
- ◆ ¿Cómo consigo que me vuelva a pasar?

Podría ser que tu empresa tenga una cultura en la que ser "*amable*" sea aplaudido y alentado, pero hace que las personas tengan dificultades cuando necesitan ser **un poco más duras o más asertivas** con los clientes.

Podría ser que, si tienes un centro de atención telefónica, podrían necesitar capacitación en asertividad para que tu personal sea más claro y asertivo con los clientes sin enajenarlos y hacerles pasar un mal rato.

Incluso puede ser que haya focos de intimidación o lo que parece ser intimidación y necesitan capacitación en asertividad para que algunas de tus personas puedan lidiar con los agresores de manera más efectiva.

En un lugar de trabajo profesional y saludable, tenemos que poder **establecer límites claros** en torno a las demandas y presiones laborales.



También puedes optar por comprar un curso para un grupo de personas: Haz clic aquí para enviar personas a nuestros [cursos de habilidades de asertividad en 1 día y 2 días](#)

Formación de asertividad a la medida

Un programa de formación en asertividad a la medida puede ayudar a los participantes a **descubrir qué es lo que funciona mejor para ellos**, sin recurrir a comportamientos difíciles.

Trabajando en grupos pequeños, con dos facilitadores experimentados participaran en el juego de roles y otros procesos experienciales para que cada individuo vea exactamente lo que es posible para sentirse mejor con ellos mismos y con su situación.

Cualquiera sea el problema o los problemas de asertividad, podemos crear un programa de formación en asertividad a la medida para tu empresa, diseñado para ayudar a los participantes a gestionar adecuadamente la carga de trabajo, la presión del tiempo y la presión de las personas.

Adaptado específicamente a cada grupo, "**El arte de decir no**" es una formación de asertividad diseñada para lograr las soluciones a las diversas situaciones de asertividad común que nos pueden tocar.

Si deseas hablar con un mentor antes de reservar, llámenos al **+34 922 380 921 / +34 608 829 000** o si prefieres puedes escribirnos a hola@nanagonzalez.com