

L'ASSERTIVITA' FA BENE ALL'UFFICIO

8 Luglio 2019



Comunicare e sapere comunicare: le relazioni personali e professionali passano per un buon dialogo tra le parti ed è auspicabile che sia sempre costruttivo e propositivo.

Per questo motivo, l'assertività in ufficio è fondamentale per vivere bene e creare un clima favorevole.

Perchè è positiva sul luogo di lavoro?

Un atteggiamento "assertivo" è quello di chi esprime le proprie idee, comunica il proprio pensiero senza ledere l'altro o mancargli di rispetto, usando modi adeguati, garbati ed educati.

In ambito lavorativo, la comunicazione tra i colleghi favorisce le relazioni interpersonali e aiuta a raggiungere più facilmente gli obiettivi di gruppo: lo scambio stimola le idee, crea un ambiente produttivo e i conflitti o le tensioni si riducono al minimo. Dal confronto, nascono progetti, iniziative dove ciascuno si sente coinvolto, è spinto a fare, organizzare, proporre, perchè sa che può sentirsi libero di esprimere il proprio punto di vista.

Quando si ha a che fare con colleghi più "aggressivi", che si impongono e impongono le proprie idee senza dare spazio agli altri, in quel momento bisogna mettere in pratica questo tipo di atteggiamento. Rispondere con un comportamento remissivo, subire passivamente le decisioni degli altri è sbagliato: in un'ottica di crescita, il confronto è fondamentale.

Essere assertivi in ufficio, incide favorevolmente anche sull'approccio al lavoro, oltre che sul rapporto con i colleghi.

Una persona assertiva è determinata e sicura e questo la agevola nel raggiungimento degli obiettivi: anche quelli più impegnativi, si otterranno con più facilità se si parte con grande determinazione.

L'assertività è collegata alla gestione del tempo, perchè avere tutto sotto controllo rende migliore l'organizzazione degli appuntamenti aziendali, delle scadenze, del proprio lavoro in generale: una persona decisa e precisa tiene in mano la situazione. A beneficiarne sarà tutto l'ufficio, l'armonia e la produttività.

Infine, questo atteggiamento è utile anche per il cosiddetto team building, in ottica di organizzazione del lavoro in gruppo, di "fare squadra": la persona assertiva ha buone capacità di negoziazione e riesce a collaborare con i colleghi, gestendo al meglio anche situazioni complesse.

L'assertività, infine, è anche saper dire "no", senza il timore di deludere gli altri e soprattutto chi si comporta in questo modo, conosce il confine tra il far valere la propria opinione con onestà e rispetto e il diventare aggressivi.

[HUMANGEST](#)