



Progresser dans ses pratiques professionnelles de manager grâce à des échanges constructifs stimulants et bienveillants entre pairs.

## DÉVELOPPER UNE COMMUNICATION EFFICACE

### DURÉE

1 jour

### ORGANISME

GRIEPS

### PUBLIC

Managers

### Présentation de la méthode de Co-développement

- La présentation des 6 étapes de progression dans l'analyse de la situation managériale
- La répartition des rôles : consultants, clients, animateur
- L'identification du problème du manager : une étape clé dans l'élaboration de pistes de solutions

### PROGRAMME

#### Développer une communication efficace

- La connaissance et la compréhension des autres avec les « états du moi » (AT)
- La structuration du temps et les jeux psychologiques (triangle dramatique de karpman)
- Les positions de vie
- Reconnaître et gérer ses émotions : Les émotions de base, la gestion des besoins reliée aux émotions
- Prendre la parole en public
- L'adaptation de la prise de parole : en fonction de la cible et des objectifs visés
- La communication assertive
- Les différents savoir-faire : l'écoute, la reformulation, la synthèse
- Les fondamentaux de la communication et de la relation à mobiliser : connaissance et gestion de soi, position de vie, écoute active, communication non-violente...
- La communication en situation de crise (spécificité de la rumeur)