

# Analyse transactionnelle pour managers améliorer votre communication

Cours Pratique de 3 jours - 21h  
Réf : ATR - Prix 2024 : 1 990€ HT

L'Analyse Transactionnelle (AT) est un outil clé pour améliorer son management. Ce stage vous permettra d'acquérir une grille de lecture approfondie des comportements. Vous serez en mesure d'appliquer le modèle de l'AT pour développer la performance de votre équipe, mieux communiquer et éviter les conflits.

## OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

À l'issue de la formation l'apprenant sera en mesure de :

Découvrir les outils de l'AT pour mieux se connaître

Utiliser l'AT pour mieux communiquer avec ses collaborateurs

Développer la performance de l'équipe dans une dynamique gagnant-gagnant

Éviter les tensions menant au conflit

## TRAVAUX PRATIQUES

Autodiagnostic, jeux de rôles suivis de débriefings collectifs, cas pratiques.

## LE PROGRAMME

dernière mise à jour : 06/2018

### 1) Se connaître pour mieux manager

- Le concept de scénario de vie.
- Les dominantes de la personnalité : le modèle des "états du moi".
- Les moyens de développer les "états du moi" positifs du manager.
- Les messages contraignants qui nous gouvernent.

*Exercice : Autodiagnostic : égogramme, messages contraignants.*

*Exercice : découverte des "états du moi" positifs du manager.*

### 2) Construire des relations positives pour stimuler son équipe

- Les transactions au service d'une meilleure communication.
- Les positions de vie : le "pouvoir pour" au lieu du "pouvoir sur".
- Les 3 P : Permission, Protection et Puissance pour favoriser l'initiative.
- L'impact des signes de reconnaissance sur la structuration du temps relationnel.

*Jeu de rôle : Jeux de rôle : analyse des transactions au cours des rituels managériaux clés sous l'angle des 3 P. Autodiagnostic : les positions de vie.*

### 3) Analyser et régler les dysfonctionnements de l'équipe

- Le repérage des traits de caractère de ses collaborateurs.
- Les comportements du manager comme leviers d'action.
- Les méconnaissances : les reconnaître et les lever.
- Les outils de la Théorie Organisationnelle pour gérer le manque de cohésion de l'équipe.

*Jeu de rôle : Jeux de rôle : analyse des traits de caractère difficiles lors d'une réunion et antidotes. Étude de cas : repérage des méconnaissances et proposition de solutions.*

### 4) Désamorcer les tensions menant au conflit

- Le conflit et les "états du moi".

## PARTICIPANTS

Managers, chefs de projet et toute personne en situation de management souhaitant découvrir et utiliser l'Analyse Transactionnelle.

## PRÉREQUIS

Expérience souhaitable en management d'équipe.

## COMPÉTENCES DU FORMATEUR

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

## MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression pédagogique du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation, travaux pratiques...

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

## MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- À l'issue de chaque stage ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.
- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.

## MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

L'inscription doit être finalisée 24 heures avant le début de la formation.

## ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

Vous avez un besoin spécifique d'accessibilité ? Contactez Mme FOSSE, référente handicap, à l'adresse suivante psh-accueil@orsys.fr pour étudier au mieux votre demande et sa faisabilité.

- L'impact des méconnaissances sur les tensions.
- Les jeux psychologiques : définition et causes.
- Le cas particulier du triangle dramatique.
- Les méthodes pour sortir des jeux psychologiques.

*Echanges* : Cas pratique : comprendre le triangle dramatique et en sortir. Échange d'expériences.

#### 5) Se donner les moyens de réussir

- Le changement : une attitude responsable.
- Les critères de l'autonomie.
- Le "contrat" : des objectifs réalistes et acceptables pour soi et les autres.

*Exercice* : Établissement d'un contrat de changement.

## LES DATES

---

### CLASSE À DISTANCE

2025 : 29 janv., 14 mai, 15 sept.,  
24 nov.

### PARIS

2025 : 22 janv., 23 avr., 08 sept.,  
17 nov.