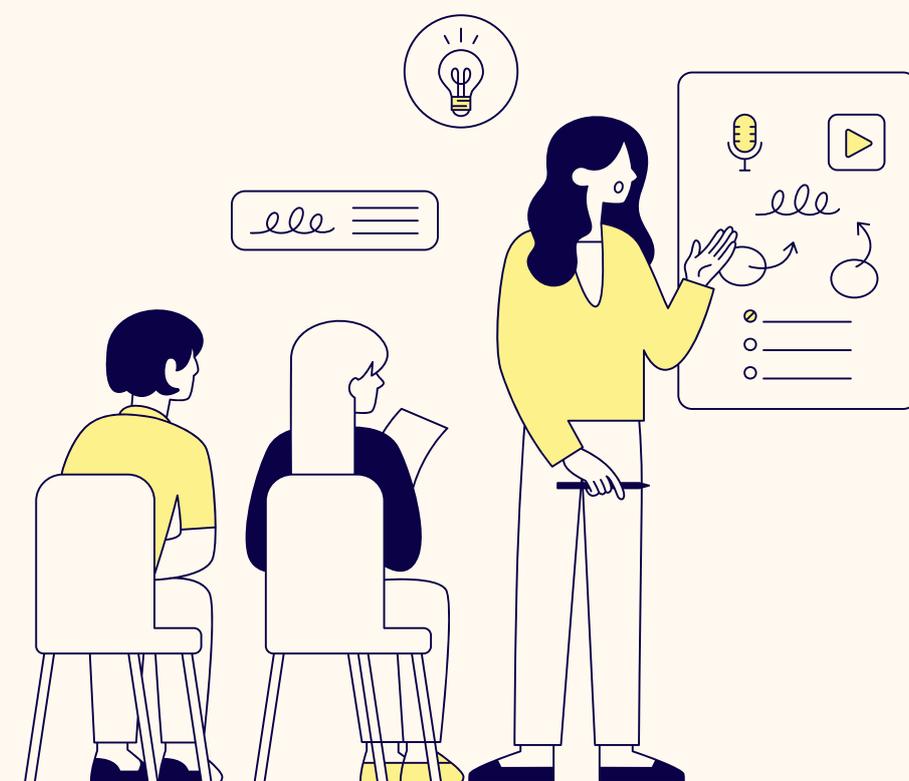


Mieux se connaître et communiquer avec la Process Com[®] Possibilité 100% distanciel



Soft skills



Publics :

Toute personne désirant améliorer sa communication avec son environnement professionnel, collègues, collaborateurs, clients.

Prérequis :

Aucun pré-requis n'est exigé pour ce stage

Durée :

3 Jours

Objectifs de formation :

- Développer une meilleure connaissance de soi et de son propre fonctionnement face aux autres
- Optimiser sa flexibilité relationnelle pour générer des relations constructives
- Atteindre ses objectifs de communication en s'adaptant aux différents types de personnalité
- Désamorcer les risques de malentendu ou d'incompréhension

Méthodes pédagogiques

Apports théoriques

Travail de réflexion personnelle à partir de son inventaire de personnalité

Visionnage de films pédagogiques

Modalités d'évaluation

- Mises en situation, entraînements ou exercices donnant lieu à un feedback du formateur
- Autodiagnostic
- Autoévaluation par le participant

Supports et documentation

Chaque participant est invité à répondre à un questionnaire en ligne en amont de la formation. Celui-ci permet d'établir son « Inventaire de Personnalité », qui lui sera restitué pendant la formation. Cet inventaire demeure sa propriété exclusive, et n'est communiqué qu'au formateur.

Ce stage est animé par un intervenant certifié Process Com

Participants en situation de handicap

Nous invitons les participants en situation de handicap à contacter notre référent handicap afin que nous envisagions ensemble les meilleures solutions pour adapter notre formation à leurs besoins.

Programme

CONTENU DÉTAILLÉ DU MODULE

Découvrir le modèle Process Com®

- Les fondements du modèle
- Les 6 types de personnalité : points forts, style de communication préférentiel, sources de motivation,
- fonctionnements sous stress
- La structure de personnalité : l'immeuble

Se connaître et comprendre l'autre pour instaurer une communication de qualité

Découvrir son propre type de personnalité et ses caractéristiques (Restitution et analyse de son inventaire de personnalité)

S'entraîner au repérage des types de personnalité

Adapter son mode de communication aux différents types de personnalité

- Les canaux de communication
- Les zones de perception
- Le principe de « l'ascenseur »

Mieux gérer sa communication en situation tendue

- Identifier les premiers signaux de la « mécommunication » : les messages contraignants, ou « drivers »
- Analyser les comportements en situation tendue et leur incidence en matière de communication
- Prévenir l'arrivée de ses propres comportements de mécommunication
- Rétablir une communication constructive avec ses interlocuteurs.