



Objectifs

- Découvrir et acquérir un concept de communication avancé et performant
- Mieux comprendre son fonctionnement et celui des autres pour développer une approche constructive
- Adapter sa communication au profil de ses interlocuteurs pour renforcer l'efficacité de la relation
- Anticiper et gérer les comportements sous stress pour restaurer une communication efficace dans les situations tendues



Programme

Mieux se connaître et comprendre son fonctionnement

- Appréhender les origines et concepts du modèle Process Com®
- Découvrir les caractéristiques des six types de personnalité et leur processus de communication
- Identifier sa perception, ses sources de motivation et son style d'interaction

Apprendre à entrer en relation face à différents types d'interlocuteurs

- Développer son écoute et ses qualités d'observation en interaction
- Repérer le type de personnalité de ses interlocuteurs : la matrice d'identification
- Utiliser le bon canal de communication pour être entendu de chacun

S'exercer à une communication agile dans le respect de l'autre

- Savoir définir et reconnaître les besoins positifs et négatifs de ses interlocuteurs
- S'approprier les différents styles d'interaction en fonction des types.
- Communiquer en fonction du canal/perception/besoin de son interlocuteur.

Déjouer les pièges de la mécommunication en situation de stress

- Evaluer les comportements prévisibles des six types de personnalité sous stress
- Identifier les situations qui, pour soi, sont sources de stress
- Gérer la pression et sortir de la spirale de stress en activant les leviers d'actions de la PCM

Les petits + de cette formation

- Alternance entre présentation du modèle, illustrations vidéo et réflexions communes partagées.
- Mise en pratique et entraînement dans un principe de réalité professionnelle.
- Une approche personnalisée : chaque participant reçoit son inventaire de personnalité Process Com® et l'exploite avec l'animateur.

Cibles : Dirigeants, Managers, Collaborateurs, Chefs de projet

Prérequis : Avoir rempli son questionnaire Process Com® en ligne sur la plateforme dédiée

Durée de la formation : 2 jours

Prix de la formation :

Inter par stagiaire : 1200€ HT

Intra forfait : Sur demande

Date de formation 2025/2026

Inter : Plusieurs dates de formation seront communiquées aux participants dès qu'un groupe de 6-8 personnes sera complet, afin de pouvoir déterminer une date qui pourra convenir à tout le monde

Intra : à déterminer avec le client



Modalité d'évaluation

- Des exercices d'entraînement à la communication Process Com® supervisés durant les 2 jours
- Évaluation des compétences via une grille d'évaluation qui sera remplie par chaque participant à la fin de la formation