



PROCESS COM® Mieux se connaître pour mieux communiquer_11 & 12 avril 2023_Rennes

Process Com® : cet outil mis en place par le psychologue Taïbi Kahler pour que les astronautes de la NASA puissent communiquer efficacement et sans heurts lors de leurs missions, a depuis fait ses preuves sur terre !

Outil qui vous apprendra à vous connaître et à reconnaître le bon canal de communication de l'autre, il est un excellent moyen d'apporter de la bienveillance au sein d'une équipe, il met en avant les atouts de chacun et est un très bon facilitateur pour la cohésion de groupe.

Cette formation PROCESS COM® :Mieux se connaître pour mieux communiquer, animée par un Formateur certifié PCM® vous accompagnera dans la bonne compréhension des principes de la Process Com® et de ses 2 piliers majeurs:

1/Il existe 6 types de personnalité. Chacun a :

Des points forts et faibles.

Une manière de communiquer qui lui est propre.

Des besoins psychologiques qui doivent être satisfaits pour qu'il fonctionne correctement.

Un mécanisme de stress et des stratégies de gestion de celui-ci qui lui sont spécifiques.

Tout un ensemble de caractéristiques comme un style de leadership et un environnement préférentiels.

2/En communication, le « Comment » est plus important que le « Quoi ». La façon de parler a plus d'impact que le contenu du discours.

L'utilisation de ces deux éléments offre des solutions concrètes pour améliorer ses relations, développer son leadership, mieux gérer le stress...

Durée: 14.00 heures (2.00 jours)

Profils des stagiaires

- Tout public sans prérequis
- Personne en situation de handicap, nous contacter afin d'étudier les possibilités d'adaptation des conditions d'accueil et de suivi

Prérequis

- Avoir un ordinateur avec accès internet haut débit
- Questionnaire de personnalité à compléter avant le démarrage

Objectifs pédagogiques

- Mieux se connaître :
- Identifier le type de personnalité et son évolution dans le temps
- Repérer ses conditions de réussites et savoir les utiliser
- Identifier les situations sources de stress et apprendre à les gérer.



- Mieux communiquer :
- Repérer leurs sources de motivation de ses interlocuteurs
- Adapter sa communication à un groupe.

Contenu de la formation

- Module 1 :
 - Présentation des différents participants
 - Découverte du modèle Process Com®
 - Notion de base et les 6 types de personnalité
- Module 2 :
 - Notion de phase, et de comportements sous-stress
 - Identification des différents niveaux de stress
 - Compréhension de la séquence de stress et des 3 degrés de mécommunication
- Module 3 :
 - Apprendre à reconnaître le profil de son interlocuteur
 - Mise en situation, ajustement en fonction du profil
 - Stratégie de communication
- Module 4 :
 - Exercices de mise en situation tirés de leurs propres réalités
 - Moment d'échanges pour analyser certains contextes et définir les éventuels plans d'action pour s'ajuster
 - Définir son plan de progrès personnel

Organisation de la formation

Equipe pédagogique

Aymerick BONNOT, Coach de Direction

Après plusieurs années de compétences en management et RH, Aymerick est créateur et dirigeant d'un cabinet en conseil RH depuis 2008. Formateur certifié PCM®, ses domaines d'intervention sont en Formations Process Com, Audit RH pour Codir et organisations, Recrutement de top managers, Coaching individuel de prise de poste, et Cohésion d'équipe.

Moyens pédagogiques et techniques

- Accueil des stagiaires dans une salle dédiée à la formation.
- Documents supports de formation projetés.
- Exposés théoriques
- Etude de cas concrets
- Quiz en salle
- Mise à disposition en ligne de documents supports à la suite de la formation.
- vidéos, powerpoint
- Approche pédagogique active, apprentissage du modèle, réflexions personnelles, exercices, cas pratiques.
- Continuité pédagogique : Assurée en inter-séances via mail et messagerie instantanée : échanges et envois de supports, expériences...

Dispositif de suivi de l'exécution de l'évaluation des résultats de la formation

- Feuilles de présence.
- Questions orales ou écrites (QCM).
- Mises en situation.
- Formulaires d'évaluation de la formation.
- Certificat de réalisation de l'action de formation.

OTB

1C - 1D avenue de Bellefontaine CS 71777

35517 CESSON-SEVIGNE Cedex

Email: aude@otb.bzh

Tel: 06 30 33 15 00

