

Process Com®

Objectifs :

Situer son type de personnalité et adapter ses comportements pour améliorer sa communication
 Optimiser ses relations aux autres
 Mieux gérer son énergie et anticiper ses réactions et celles de ses interlocuteurs
 Réagir de façon adaptée en toute circonstance
 Améliorer la gestion des conflits

Programme :

Mieux se connaître pour être reconnu

- ✓ Comprendre les applications du modèle Process Com®
- ✓ Se reconnaître dans son inventaire de personnalité
- ✓ Explorer les points forts et pistes d'amélioration des six types de personnalité
- ✓ Développer son écoute et ses qualités d'observation
- ✓ Repérer les caractéristiques des différents types de personnalité
- ✓ Explorer dans la dynamique du modèle les principes de base et de phase

Connaître les six types de personnalité et leurs composantes

- ✓ Les parties de personnalité et les indicateurs associés
- ✓ Les canaux de communication
- ✓ Les besoins psychologiques
- ✓ Les environnements préférés
- ✓ Les zones de contact ou de perception des informations
- ✓ Les styles de management de la relation

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 5 canaux de communication
- ✓ Les zones de perception
- ✓ Apprendre à mieux se positionner

Mieux gérer sa communication « sous stress »

- ✓ Identifier les premiers signaux de stress
- ✓ Les messages contraignants, ou « drivers »
- ✓ Analyser les comportements sous stress et leur incidence en matière de communication
- ✓ Les scénarios d'échec

Code : A006

En présentiel :

Durée : 2 jours

Prix : 990 € HT

Lieu : Paris

Liste des dates :

22 au 23 février
 11 au 12 avril
 20 au 21 juin
 22 au 23 août
 14 au 15 octobre
 16 au 17 décembre

En distanciel :

Durée : 3 sessions de 0,5 jour et 1 heure de coaching individuel

Prix : 810 € HT

Liste des dates :

Mars : 14 après-midi, 15 après-midi et 18 après-midi
 Mai : 16 après-midi, 23 après-midi et 24 après-midi
 Juillet : 04 après-midi, 05 après-midi et 08 après-midi
 Septembre : 12 après-midi, 13 après-midi et 16 après-midi
 Novembre : 15 après-midi, 18 après-midi et 22 après-midi

Public concerné :

Toute personne souhaitant mieux se connaître, travailler sur soi, améliorer sa communication, motiver et renforcer la cohésion de ses équipes

Intervenants :

Spécialiste en communication et du Process Com

Pré-requis :

Aucun

Techniques d'animation :

Alternance de théorie

<p>✓ Mettre en place sa stratégie personnalisée de gestion du stress</p> <p>S'exercer aux techniques d'influence dans le respect de l'autre</p>	<p>et de pratique. Exercices individuels et collectifs. Retour d'expériences. Echanges. Mises en situation. Entraînements. Etudes de cas.</p>
--	---