

Améliorer sa communication avec la Process Communication Model®

Les entreprises cherchent à améliorer la cohésion et l'efficacité de leurs équipes tout en réduisant les tensions. Issu de 50 ans de recherche en psychologie, Process Communication Model® (PCM) est un outil pour mieux se connaître, mieux comprendre l'autre et ainsi faciliter la communication quotidienne.

Cette formation permet aux équipes d'améliorer la coopération, réduire les conflits et renforcer leurs relations professionnelles.



Programme

1. Maîtriser les champs d'application de PCM

- Définir ce qu'est Process Communication Model®
 - Dr Taibi Kahler, la NASA à l'origine du modèle
 - Les positions de vie
 - Les 2 piliers de PCM
- Identifier les domaines d'application
 - Les principaux cas d'usage
 - Les entreprises qui utilisent PCM au quotidien

Premier contact PCM avec des exercices pratiques

2. Reconnaître les caractéristiques d'un Profil PCM

- Définir la structure de personnalité d'une personne
 - Les notions de perception, base et phase, points forts
 - La présentation des 6 types

Auto-évaluation et remise des profils PCM individuels aux stagiaires

3. Adapter sa communication

- Maîtriser les différents mécanismes de la communication
 - Les parties de personnalité
 - Les canaux de communication
- Pratiquer la communication selon les profils
 - Cohérence entre non-verbal, paraverbal et verbal
 - Adapter sa communication aux 6 types

Mise en situation à travers des jeux théâtraux

4. Définir les leviers de motivation et maîtriser leurs enjeux

- Identifier les conditions d'efficacité d'une personne
 - La Matrice d'identification™
 - Les environnements préférés
- Repérer et entretenir sa motivation
 - Les besoins psychologiques
 - Plan d'action individualisé

Expérimentation des besoins psychologiques



Objectifs

- Comprendre ce qu'est la Process Communication Model®
- Mieux se connaître en identifiant son profil
- Identifier rapidement le profil de ses interlocuteurs pour adapter sa communication
- Utiliser PCM lors des situations de conflits ou de tension

2 jours – 14 heures

Présentiel ou distanciel

5. Gérer les conflits dès les premiers signes

- Repérer les manifestations de la Mé-communication
 - 1er degré de stress : les drivers
 - 2ème degré de stress : les mécanismes d'échec
- Rétablir la communication
 - Techniques pour réduire les tensions

Mise en situation à travers des jeux interactifs inspirés du théâtre



Pour qui ?

Cette formation s'adresse à toute personne souhaitant adapter sa communication à son interlocuteur.



Prérequis

Aucun prérequis nécessaire



Les plus

Des intervenants certifiés
Une formation ludique, interactive et personnalisée
Les participants repartent avec leur profil et le plan d'actions individuel

Nos modalités pédagogiques

Notre signature pédagogique **I.M.P.A.C.T.** sous-tend toutes nos modalités pédagogiques:

- **I****NSPIRATION** : susciter l'envie d'apprendre par l'identification des enjeux, des besoins, par la projection sur les bénéfices possibles
- **M****OUVEMENT** : stimuler l'apprentissage par l'expérimentation (mises en situation, jeux d'expérimentation, cas pratiques,...)
- **P****ERSONNALISATION** : prendre en compte les individualités et les spécificités de contextes professionnels avec des modalités pédagogiques variées
- **A****UTONOMIE** : favoriser des travaux de sous-groupe autonomes, des entretiens réflexifs entre participants, la prise de conscience du « pouvoir agir » individuel
- **C****O-RESPONSABILITE** : engager, tout au long de la formation, les participants dans la co-construction des apprentissages
- **T****RANSFORMATION** : challenger la définition d'objectifs de progrès, les prises de conscience des possibilités, des défis post formation

Nos modalités d'évaluation

Avant

Chaque participant est invité à :

- Réaliser son auto - évaluation de connaissances / expériences sur les différents thèmes de la formation
- Définir ses propres objectifs de progrès en lien avec ses pratiques professionnelles

Pendant

Notre approche de l'évaluation formative : une évaluation continue de la progression

A travers notre pédagogie active et pragmatique, nous mettons en œuvre une évaluation continue, intégrée au déroulement de la formation.

En cours de séquence : nos séquences sont structurées en temps forts qui nous permettent de mesurer les évolutions

- Au démarrage, par une activité de sensibilisation, nous faisons émerger le positionnement initial des participants
- Au cœur de la séquence, nous vérifions la compréhension et l'acquisition des contenus abordés au travers d'activités variées : exercices pratiques, mises en situation et quizz...
- En fin de séquence, les participants évaluent leur progression sur le thème en lien avec leur fiche d'auto-évaluation

Cette approche dynamique nous offre une vision précise de la progression de chaque apprenant et nous permet d'ajuster notre démarche pour répondre aux besoins spécifiques de chacun.

En fin de formation :

Le formateur réalise une évaluation des acquis à travers plusieurs activités proposées aux participants :

- Réaliser une synthèse des messages clés de la formation
- Evaluer leur progression en lien avec leurs objectifs de progrès
- Proposer des défis personnels d'expérimentation en lien avec leurs objectifs de progrès
- L'évaluation de la satisfaction des participants s'effectue par le biais d'un questionnaire en ligne

Après

Les participants expérimentent les défis proposés en fin de formation

Des ressources complémentaires seront proposées pour consolider les connaissances et approfondir les notions abordées