

FORMATION : RENFORCER SA COMMUNICATION INTERPERSONNELLE AVEC LA PROCESS COM®



PUBLIC CIBLE

Tout public



PRÉREQUIS

Inventaire de personnalité
Process Com



DURÉE

21 heures
3 jours Présentiels



OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

- 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.



TARIF

A partir de
6030€

OBJECTIF DE LA FORMATION

Mieux comprendre son fonctionnement et celui des autres pour développer une approche bienveillante et constructive vis-à-vis de soi et de ses interlocuteurs.

MOYENS ET MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

- 21 heures de formation en présentiel intra-groupe
- QCM et cas pratique
- trois jours présentiels non consécutifs

MODALITÉS D'INSCRIPTION ET DÉLAIS D'ACCÈS

- Etude de la demande de formation et inscription à l'adresse contact@kereisformation.com
- Démarrage possible à tout moment de l'année

MODALITÉS D'ÉVALUATION

- Exercices en groupe, ateliers pratiques et collectifs.

TYPE DE VALIDATION

- Attestation de formation

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES HANDICAPÉES

- La formation est accessible aux personnes en situation de handicap.

Une étude des conditions d'accès et des moyens de compensation sera réalisée en amont de l'inscription afin d'identifier plus précisément les conditions de réalisation et de faisabilité de la formation.

Prendre contact en amont avec notre référent Handicap
à contact@kereisformation.com

PROGRAMME

COMPRENDRE LES FONDAMENTAUX DU MODELE

- EXERCICE PRATIQUE de conscience de soi.
 1. Historique du modèle Process Communication
 2. La structure de personnalité
 3. Les 6 types de personnalité
 4. Le concept de Phase
 5. Les stagiaires découvrent leur profil ici qui leur sont remis en mains propres.
 6. Les perceptions
 7. Les styles d'interaction en management
 8. Les parties de personnalité
 9. Les canaux de communication
- Identifier son profil de personnalité et analyser l'impact de son fonctionnement sur la relation avec les autres.
- Comprendre la manière de fonctionner des autres profils pour développer une approche bienveillante.
- **MISE EN SITUATION** : prendre conscience de ses capacités d'observation et de diagnostic. Entraînement à repérer le vocabulaire de la base d'une personne. + Exercice de l'ascenseur

ADAPTER SA COMMUNICATION SELON LE PROFIL PROCESS COM® DE SES INTERLOCUTEURS

- Développer sa flexibilité en activant toutes les parties de sa personnalité.
- Reconnaître et adopter le "langage" de l'autre pour mieux le comprendre et mieux se faire comprendre.
- Nourrir ses besoins psychologiques et ceux de son entourage pour mobiliser chacun et développer une relation efficiente.
- Repérer ses propres besoins essentiels pour apprendre à se ressourcer et à développer sa disponibilité aux autres et sa résistance au stress.

PROGRAMME

ANTICIPER ET GÉRER LES SITUATIONS DE STRESS AVEC LA PROCESS COM®

- Repérer les premiers signaux de stress pour agir avant que la situation ne s'aggrave.
- Identifier les sources de stress pour soi et pour son interlocuteur.
- Adapter sa communication et son comportement pour restaurer une communication efficace.
- **MISE EN SITUATION et Jeux de rôles** : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress.

DÉFINIR UNE STRATÉGIE DE COMMUNICATION EFFICACE AVEC SON ENTOURAGE PROFESSIONNEL

- Identifier de manière factuelle le profil de personnalité de ses collègues.
- Revisiter la manière de communiquer avec eux dans les situations professionnelles courantes.
- Anticiper les situations de stress récurrentes et définir une stratégie de communication efficace pour en sortir.
- **MISE EN SITUATION et simulations** sur la base de cas réels des participants.

CONCLUSION

Chacun repart avec une meilleure connaissance de soi, conscience de soi et confiance en soi ! Sans oublier l'acceptation de l'autre dans sa perception du monde, de son stress, de ses propres besoins...

Et concrètement :

- Définition et engagement à un plan d'actions sur son développement personnel (pour lever certaines croyances, nourrir ses besoins, muscler son estime de soi, sa tolérance avec les autres, reprendre sa responsabilité et son pouvoir sur sa motivation...)
- Définition et engagement à un plan d'actions sur son développement professionnel (en termes de management, d'organisation, dans sa communication, dans sa prise de parole...)

Vos interlocuteurs

VOTRE RÉFÉRENT PÉDAGOGIQUE ET FORMATEUR



Richard ESPINASSE

Formateur, coach et acteur

« Richard commence à enseigner la prise de parole en 2016 après avoir été repéré sur scène.

Sa pulsion de vie très forte et son enthousiasme débordant l'amènent naturellement vers le développement personnel et la recherche du bonheur.

En 2018, il devient Coach certifié à l'Institut des Neurosciences Appliquées et intègre l'école en tant que formateur Prise de Parole pour les futurs Coaches (en plus de son activité d'indépendant).

Après + de 1000 personnes formées à la prise de parole en indépendant, en 2020, pendant le 1er confinement, il se forme au Process Communication Model et fait un bond énorme dans la connaissance et la conscience de lui, des autres et de la vie!

Il partage aujourd'hui dans ses conférences, formations et entraînements individuels à la fois ses apprentissages constants et expériences, tout en distillant une philosophie de vie tournée vers l'humour de soi, la foi en la vie, le partage, la recherche de l'efficacité ainsi que l'enthousiasme d'être vivant !. »

VOS CONTACTS

Pôle administratif:

Marine LEGRAND & Anne-Claire GIRIN
contact@kereisformation.com
01 80 52 35 21

Pôle technique :

Emmanuelle BERTRAND & Hortensia N'GORA
tuteur@kereisformation.com

Pôle pédagogique:

Sophie CORINI, Bruno FERRE
tuteur@kereisformation.com



Kereis Services, société en nom collectif
3 rue Victor Schoelcher 44800 SAINT-HERBLAIN
822 620 225 00018

www.kereisformation.com

