

Stage pratique de 3 jour(s)
Réf : PCE

Participants

Toute personne souhaitant améliorer son agilité relationnelle.

Pré-requis

Aucune connaissance particulière.

Prix 2020 : 1990€ HT

Dates des sessions

AIX

18 mai 2020, 17 aoû. 2020
16 nov. 2020

ANGERS

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

BORDEAUX

11 mai 2020, 24 aoû. 2020
16 nov. 2020

BRUXELLES

06 avr. 2020, 05 oct. 2020
07 déc. 2020

DIJON

25 mai 2020, 07 sep. 2020
23 nov. 2020

GENEVE

04 mai 2020, 07 sep. 2020
07 déc. 2020

GRENOBLE

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

LILLE

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

LIMOGES

11 mai 2020, 24 aoû. 2020
16 nov. 2020

LUXEMBOURG

04 mai 2020, 07 sep. 2020
07 déc. 2020

LYON

27 jan. 2020, 25 mai 2020
07 sep. 2020, 23 nov. 2020

MONTPELLIER

25 mai 2020, 07 sep. 2020
23 nov. 2020

NANCY

11 mai 2020, 24 aoû. 2020
16 nov. 2020

NANTES

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

NIORT

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

ORLEANS

02 mar. 2020, 06 juil. 2020
07 sep. 2020, 07 déc. 2020

PARIS

03 fév. 2020, 02 mar. 2020
06 avr. 2020, 04 mai 2020
02 juin 2020, 06 juil. 2020
17 aoû. 2020, 07 sep. 2020
05 oct. 2020, 02 nov. 2020
07 déc. 2020

Process Com®, initiation améliorer votre relationnel

Si le fait de bien communiquer dépend du contenu des messages, il est d'abord et surtout affaire de processus. L'outil Process Com® vous permettra de mieux comprendre votre mode de fonctionnement et vos réactions sous stress, de mettre à profit vos ressources internes et ainsi d'améliorer la qualité de votre relationnel au travail et en général. Cette formation alterne apports théoriques et mises en situations pratiques multiples pour vous permettre de progresser dans votre communication et ceci, quel que soit le type d'interlocuteur.

OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

Identifier la structure de sa personnalité et son mode de fonctionnement
Développer une communication adaptée aux six types de personnalités
Reconnaître les réactions spécifiques en situation de stress
Appliquer les styles de management en fonction des six types
Développer une communication assertive et constructive

1) Mieux se connaître et comprendre son mode de fonctionnement

2) Apprendre à entrer en relation face à différents interlocuteurs

3) Savoir motiver et créer les conditions du leadership

4) Détecter et sortir des situations de stress

5) Rétablir une relation fluide et des interactions de qualité

6) Mettre en place un plan de progrès personnel en utilisant Process Com®

Méthodes pédagogiques

Pédagogie active basée sur des échanges, le débriefing de son inventaire de personnalité par un intervenant accrédité par Kahler communication, des exercices pratiques, des mises en situation et une évaluation tout au long de la formation.

Travaux pratiques

Utilisation de la vidéo (exemples de comportements des six types de personnalités). Alternance théorie et études de cas. Le dernier jour de la formation est essentiellement consacré à la pratique.

1) Mieux se connaître et comprendre son mode de fonctionnement

- Comprendre les fondamentaux et les applications du modèle Process Com® dans la relation aux autres.
- Repérer les caractéristiques des six types de personnalités et leurs processus de communication.
- Comprendre les notions de base et de phase en Process Com®.
- Comprendre le principe de la structure de la personnalité : combinaison des six types de personnalités.
- Découverte et analyse de sa propre structure grâce à l'inventaire de personnalité.
- Comprendre l'influence de sa structure de personnalité sur ses comportements.

Travaux pratiques

Découverte de son inventaire de personnalité pour comprendre sa dynamique relationnelle. Exercices sur la reconnaissance des différents langages.

2) Apprendre à entrer en relation face à différents interlocuteurs

- Développer son écoute et ses qualités d'observation pour adapter sa posture et sa communication.
- Utiliser les cinq indicateurs comportementaux : mots, tons, expressions du visage, postures, gestes.
- Connaître les bases de la communication et les différents niveaux : contenu, processus, sens.
- Connaître et pratiquer les différents canaux de communication.
- S'appuyer sur les différents indicateurs pour identifier le canal de communication le plus adapté.
- Sélectionner le bon canal de communication en fonction du type de personnalité de son interlocuteur.

Travaux pratiques

Détecter et utiliser les différents canaux de communication pour mieux comprendre son interlocuteur et être mieux compris. Entretien filmé ou non avec divers types de personnalités.

3) Savoir motiver et créer les conditions du leadership

- Explorer les besoins psychologiques (leviers de motivation) de chacun des six types de personnalités en Process Com®.
- S'appropriier les différents styles de management et savoir s'adapter à son interlocuteur.
- Savoir définir et reconnaître les besoins positifs et négatifs de ses interlocuteurs.
- Savoir satisfaire les besoins exprimés et détectés en utilisant le bon canal et le bon langage.

Travaux pratiques

Mises en situation sur un entretien de motivation d'un collaborateur. Adapter une communication motivante en répondant aux besoins exprimés et/ou détectés. Analyse en sous-groupes et restitutions en plénière.

REIMS

04 mai 2020, 07 sep. 2020
07 déc. 2020

RENNES

18 mai 2020, 17 aoû. 2020
16 nov. 2020

ROUEN

04 mai 2020, 07 sep. 2020
07 déc. 2020

SOPHIA-ANTIPOLIS

04 mai 2020, 17 aoû. 2020
02 nov. 2020

STRASBOURG

18 mai 2020, 17 aoû. 2020
16 nov. 2020

TOULON

18 mai 2020, 17 aoû. 2020
16 nov. 2020

TOULOUSE

11 mai 2020, 24 aoû. 2020
16 nov. 2020

TOURS

11 mai 2020, 24 aoû. 2020
16 nov. 2020

Modalités d'évaluation

L'évaluation des acquis se fait tout au long de la session au travers des multiples exercices à réaliser (50 à 70% du temps).

Compétences du formateur

Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque cours qu'ils enseignent. Ils ont au minimum cinq à dix années d'expérience dans leur domaine et occupent ou ont occupé des postes à responsabilité en entreprise.

Moyens pédagogiques et techniques

- Les moyens pédagogiques et les méthodes d'enseignement utilisés sont principalement : aides audiovisuelles, documentation et support de cours, exercices pratiques d'application et corrigés des exercices pour les stages pratiques, études de cas ou présentation de cas réels pour les séminaires de formation.
- A l'issue de chaque stage ou séminaire, ORSYS fournit aux participants un questionnaire

4) Détecter et sortir des situations de stress

- Distinguer les manifestations du stress.
- Comprendre le lien entre stress et performance.
- Découvrir et intégrer les trois degrés de stress en Process Com®.
- Connaître les comportements prévisibles des six types de personnalités sous stress.
- Intégrer les notions de masques, de drivers.
- Adapter sa réponse en fonction du degré de stress et du type de personnalité.
- Identifier les situations qui, pour soi, sont sources de stress.

Travaux pratiques

Analyse des différents types de personnalités et de leur comportement sous stress à partir d'extraits de films. Étude d'un cas de management en sous-groupes.

5) Rétablir une relation fluide et des interactions de qualité

- Savoir émettre une critique, dire non en tenant compte du type de personnalité de ses interlocuteurs.
- Rétablir la communication en utilisant différents leviers d'action : canal, langage, besoin.
- Pouvoir apporter un feedback, annoncer une bonne ou une mauvaise nouvelle.
- Se faire entendre de son interlocuteur.

Travaux pratiques

Mises en situation : Savoir communiquer en situations tendues (feedback critique, recadrage, annonce d'une mauvaise nouvelle lors d'une réunion d'équipe et tout autre contexte amené par les participants). Training autour des différents types de personnalités.

6) Mettre en place un plan de progrès personnel en utilisant Process Com®

- Faire le lien entre qualités premières et points de fragilité.
- En déduire le "challenge" principal lié à sa structure de personnalité.
- Décider d'actions à mettre en œuvre au quotidien pour développer sa croissance et son agilité relationnelle.
- Construire un plan d'action adapté pour développer son agilité relationnelle.

Travaux pratiques

Réflexion individuelle : construire son plan d'action personnel. S'engager sur ses points de progrès. Échanges en groupe sur les apports du modèle Process Com® et les changements qu'ils peuvent générer dans ses relations avec les autres.

d'évaluation du cours qui est ensuite analysé par nos équipes pédagogiques.

- Une feuille d'émargement par demi-journée de présence est fournie en fin de formation ainsi qu'une attestation de fin de formation si le stagiaire a bien assisté à la totalité de la session.