

Dans un environnement en constante mutation, la performance collective repose sur la qualité des interactions humaines. Cette formation vous permet de maîtriser la Process Communication Model®, un outil de référence pour décoder la personnalité, fluidifier les échanges et prévenir les tensions. En comprenant votre propre fonctionnement et celui de vos collaborateurs, vous transformez votre communication en un levier d'engagement et d'agilité pour vos projets de transformation.

Objectifs

À l'issue de cet accompagnement, les participants seront capables de :

- Identifier et comprendre les 6 types de personnalité du modèle Process Com.
- Utiliser leur inventaire de personnalité pour valoriser leurs forces et identifier leurs axes d'amélioration.
- Adapter leur canal de communication pour répondre aux besoins psychologiques de leurs interlocuteurs.
- Repérer les premiers signaux de stress (Drivers) chez soi et chez les autres pour restaurer une communication efficace.
- Développer une stratégie de gestion du stress personnalisée par la satisfaction de ses propres besoins.

Contenu pédagogique

Jour 1 : Fondamentaux et Connaissance de soi

- Introduction à la Process Communication : Présentation du modèle et des 6 types de personnalité.
- Identification des profils : Comprendre les caractéristiques et les modes de fonctionnement de chaque type.
- Exploration de l'Inventaire de Personnalité : Analyse approfondie de son propre profil.
- Cartographie personnelle : Identification de ses forces innées et des points de vigilance pour gagner en efficacité.


Jour 2 : Dynamique Relationnelle et Gestion du Stress


- L'art de la communication efficace : Choix des canaux de communication adaptés et satisfaction des besoins psychologiques des interlocuteurs.
- Mécanismes et gestion du stress :
 - Identification des signaux d'alerte et des comportements sous stress (Les « Drivers »).
 - Anticipation et gestion du stress par la prise de conscience et la satisfaction de ses besoins.
- Diagnostic en situation : Apprendre à identifier le profil de personnalité d'un interlocuteur sous stress pour désamorcer les conflits.

L'apprentissage repose sur une approche interactive et concrète :

- **Passage de l'Inventaire de Personnalité** : Chaque participant réalise son propre profil pour une analyse personnalisée de ses forces.
- **Ateliers pratiques** : Mises en situation et exercices d'identification des profils pour une application immédiate.
- **Supports pédagogiques** : Remise de livrets de formation et de fiches mémo sur les canaux de communication et la gestion du stress.

 **Durée**
2 jours (14h)

 **Tarif/participant**
1 885 € HT

 **Inclus dans votre inscription**

- Un certificat de suivi de la formation par Management 3.0

 **Public**
Managers et Leaders souhaitant fédérés, Chefs de Projet et Product Owners, Consultants et RH

 **Prérequis**
Aucun

 **Méthodes pédagogiques**

- Cours magistral
- Discussion / Brainstorming
- Séance de questions/réponses
- Exercices pratiques
- Retours d'expérience du formateur

 **Information & Inscription**

academy.fr@inspearit.com

[01 80 06 84 33](tel:0180068433)

inspearit.fr



Ce programme est également proposé en **formule intra-entreprise.**