

S’AFFIRMER AVEC PROCESS COM



Pour mieux communiquer avec ses collaborateurs ou ses proches, il est impératif de connaître sa personnalité et celle des autres.

Basé sur un modèle scientifique reconnu, Process Com est le premier outil qui identifie 6 types de personnalité distincts.

Utilisé par des milliers de formateurs certifiés, la Process Com permet de résoudre d’innombrables problèmes de communication dans nos vies professionnelles et personnelles.

Cette formation permet de s’adapter aux autres et à soi-même de manière bienveillante. Découvrez ici le programme de cette formation.

Durée de la formation :

2 jours

L’AURA DE LA FORMATION

- La Process Com® est un modèle qui permet une lecture puissante de notre posture au quotidien.
- Animée par un formateur comédien, la formation permet au collaborateur de mettre en situation les différents profils de personnalités, notamment la sienne, et de savoir en reconnaître les subtilités psychologiques, corporelles et gestuelles.
- La formation permet de résoudre de manière concrète les cas personnels et professionnels des participants.
- La méthodologie Human Aura 17 permet d’identifier les profils de personnalité des personnes de son entourage.
- Après la formation, le participant entre dans la communauté Human Aura 17, qui lui donne accès, par email, aux nouveaux contenus et aux nouvelles approches liés à cette thématique.

OBJECTIFS

- Développer une meilleure connaissance de soi, de ses besoins psychologiques et de ses préférences pour communiquer.
- Travailler les canaux de communication que l’on maîtrise le moins.
- Mettre en place une grille de lecture pour identifier le profil de personnalité des individus qui vous entourent, pour mieux les comprendre, ainsi que des outils pour mieux interagir avec eux.
- Identifier des points-clés pour ménager son stress.
- Établir un plan d’action pour modifier sa posture dans certaines situations ciblées.

PROGRAMME

1. CONNAÎTRE SON FONCTIONNEMENT ET CELUI DES AUTRES GRÂCE À 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 sa posture pour restaurer une communication efficace.
- Jeux de rôles : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress.

2. ADAPTER SA POSTURE SELON LE PROFIL PROCESS COM DE SES INTERLOCUTEURS

- 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 sa posture pour restaurer une communication efficace.
- Jeux de rôles : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress

3. 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 sa posture pour restaurer une communication efficace.

Jeux de rôles : restaurer une communication positive avec un interlocuteur sous stress

4. DÉFINIR UNE STRATÉGIE DE COMMUNICATION EFFICACE AVEC SON ENTOURAGE PROFESSIONNEL ET PERSONNEL

- Identifier de manière factuelle le profil de personnalité de ceux qui vous entourent.
- Revisiter la manière de communiquer avec eux dans les situations professionnelles et personnelles courantes.
- Anticiper les situations de stress récurrentes et définir une stratégie de communication efficace pour en sortir.

Activités : Atelier en sous-groupes, Quiz final.

Le programme comprend également des **travaux en intersession** entre chaque module.

POUR QUI ?

- Toute personne souhaitant se connaître et s'affirmer dans des situations professionnelles et personnelles.
- Toute personne désireuse d'élargir son spectre de communication, ou son réseau.

PRÉREQUIS

Aucun prérequis nécessaire. Avant la formation, il sera demandé aux participants de remplir un questionnaire, qui permettra d'établir leur *Inventaire de Personnalité Process Com®*.

MODALITÉS ET DÉLAIS D'ACCÈS

De 1 à 4 semaines selon le planning.

Minimum 8 personnes

Maximum 12 personnes

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Le formateur évalue la progression du participant tout au long de la formation au moyen de QCM, mises en situation et travaux pratiques.

INFOS PRATIQUES

Nous intervenons partout en France.

Accessibilité : en intra ou sur mesure, inclusion des personnes en situation de handicap.

Horaires : de 9h à 17h

Tarif : sur devis pour les formations en intra et sur mesure.

Suite à la formation, nous vous délivrons une attestation de formation. Vous rentrez également dans la communauté Human Aura 17, qui vous délivre régulièrement par email des clés supplémentaires sur la thématique de cette formation.