

Améliorer sa performance personnelle et professionnelle avec le modèle Process Communication (PCM)

Développer sa connaissance de soi pour optimiser son efficacité

Objectifs :	Découvrir son profil de personnalité selon le modèle Process Communication (PCM) Prendre conscience des différences de fonctionnement entre les types de personnalité Comprendre les différents modes de communication Savoir repérer la montée du stress chez soi et ses interlocuteurs
Public concerné :	Cette action s'adresse à toute personne souhaitant comprendre les processus de communication et les causes de la montée du stress chez elle et les autres..
Prérequis :	Pas de prérequis
Contenu :	Voir au verso.
Durée :	2 jours en continu (14 heures).
Pédagogie :	La formation alterne entre les apports théoriques du formateur soutenus par des exemples, des mises en situation et des séances de réflexion et travail en groupe.
Outils pédagogiques :	Salle de cours équipée, vidéoprojecteur, écran. Documents de stage.
Dotations du stagiaire :	Package Process Com.
Lieu :	CACHAN (94), DARDILLY (69), PONT-DU-CHÂTEAU (63), Ou tout autre lieu sur demande.

Une attestation de stage est délivrée à l'issue de cette formation.

CONTENU DU STAGE

1 - Etablissement du profil de personnalité de chacun selon la Process Communication (PCM) en amont de la session

2 - Les bases du modèle Process Communication (PCM)

- Les différents types de personnalité
- Les leviers de motivation de chaque type de personnalité

3 - Les degrés de stress