

# Adapter sa communication grâce à la Process Com

**DESCRIPTION :** Connaître les différents types de personnalités et identifier le sien, afin d'adapter sa communication aux autres. Améliorer et enrichir sa perception des autres en développant une approche bienveillante

**DURÉE :** 2 Jours – 14h.

**PRÉ-REQUIS :** Il est souhaitable d'avoir suivi une formation sur les fondamentaux du management.

**OBJECTIFS :**

- Connaître l'approche et les mécanismes de la Process Communication
- Mieux se connaître, et développer sa capacité à communiquer
- Apprendre à connaître le profil de ses interlocuteurs pour réagir de façon adaptée
- Détecter les situations de stress et appréhender les mécanismes
- Privilégier une communication positive

**PUBLIC :** Toute personne souhaitant développer sa communication pour accroître son efficacité relationnelle

**ACCESSIBILITÉ :**

- L'accessibilité au centre de formation ACKWARE, permet aux personnes handicapées de circuler avec la plus grande autonomie possible, d'accéder aux locaux et équipements, d'utiliser les équipements et les prestations, de se repérer et de communiquer. L'accès concerne tout type de handicap (moteur, visuel, auditif, mental...).

**ANIMATION :** PRESENTIEL OU CLASSES À DISTANCE

**CLASSES À DISTANCE :**

- A l'aide d'un logiciel comme Teams, Skype, Zoom etc...un micro et éventuellement une caméra pour l'apprenant.
- Suivez une formation en temps réel et entièrement à distance. Lors de la classe en ligne les apprenants interagissent et communiquent entre eux et avec le formateur.
- Les classes à distance sont organisées en Inter-Entreprises comme en Intra-Entreprise.

**MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :**

- Réflexions de groupe et apports théoriques du formateur
- Travail d'échange avec les participants sous la forme de brainstorming
- Auto diagnostic du stagiaire : Bilan des points forts et repérage des points faibles.
- Utilisation de cas concrets issus de l'expérience professionnelle
- Validation des acquis par des questionnaires, des tests d'évaluations, des mises en situation et des jeux pédagogiques.
- Remise d'un support pédagogique

**SUIVI ET EVALUATION**

- Evaluation de la formation par les participants et remise d'une certification ou d'une attestation de fin de formation à chaque apprenant.



**ACKWARE** VOUS ACCOMPAGNE DANS TOUS VOS PROJETS DE FORMATION ET VOUS APPORTE SON EXPERTISE POUR VOTRE TOTALE SATISFACTION



## Adapter sa communication grâce à la Process Com

### Connaître l'approche et les mécanismes de la Process Communication

- Process Com et Communication interpersonnelle
- L'importance du verbal et du non verbal dans la communication
- Connaître les six types de personnalité et leurs spécificités

### Mieux se connaître, et développer sa capacité à communiquer

- Connaître son type de personnalité
- Identifier son mode propre mode de fonctionnement
- Etude de son Inventaire de Personnalité

### Apprendre à connaître le profil de ses interlocuteurs pour réagir de façon adaptée

- Reconnaître la personnalité derrière l'interlocuteur et détecter son mode de communication préférentiel
- Mobiliser les différentes parties de sa personnalité aux spécificités de son interlocuteur
- Repérer les signes et comportements révélateurs du type de personnalité de son interlocuteur
- Identifier le langage de l'autre et l'adopter pour mieux se faire comprendre
- Utiliser le bon canal de communication

### Détecter les situations de stress et appréhender les mécanismes

- Comprendre et gérer les situations de tensions ou désaccords
- Repérer les situations source de stress et apprendre à les gérer
- La spirale du stress : réception/émission
- Le stress négatif et ses différentes manifestations

### Privilégier une communication positive

- Optimiser la motivation de chacun et faire s'exprimer pleinement son potentiel
- Identifier les manifestations positives / négatives des besoins de son interlocuteur
- Développer sa capacité d'écoute et de compréhension de l'autre
- Opter pour la communication positive
- Etablir une communication antistress