

PCM Découverte

Comprendre sa personnalité et apprendre à interagir efficacement via la Process Com©



V3. 17.02.26

Formation

PCM découverte

Comprendre sa personnalité et apprendre à interagir efficacement via la Process Com©

+33(0)6.58.70.04.93

contact@inspire-coach.com

Lieu / configuration

Inter-entreprise : présentiel ou à distance /
Intra-entreprise : vos locaux ou à distance

Durée

Durée : 21 heures sur 3 jours

Groupe

Jusqu'à 12 personnes

Tarif

Tarif inter : 2160 €H.T / personne

Tarif intra : sur devis

Délai d'accès

Défini avec l'entreprise avant la contractualisation, ou indiqué sur le catalogue pour l'entreprise.

OBJECTIF GÉNÉRAL

- Apprendre à mieux se connaître
- Apprendre à mieux connaître l'autre
- Développer & entretenir des relations harmonieuses & constructives

TYPE PUBLIC

- Dirigeant -Manager

PRÉREQUIS

- Aucun

CONTENU

THÉORIE & PRATIQUE

Jour 1 : Comprendre sa personnalité et celle des autres

1. Les perceptions
 - Présentation du concept
 - Identification des perceptions
 - Exercices d'identification des perceptions
2. Les types de personnalités
 - Présentation des types de personnalités
 - Comprendre sa personnalité
 - Comprendre les autres
 - Exercice : Se connecter
3. La structure de personnalité
 - Exercice : Visiter ses étages
4. Les environnements préférés

CONTENU (Suite)

Jour 2 : Apprendre à communiquer et gérer ses besoins

1. Apprendre à communiquer
 - Les parties de personnalité
 - Les canaux de communication
 - Exercice : Communiquer à chaque étage
2. Les besoins psychologiques
 - Apprendre à satisfaire ses besoins psychologiques
 - Inviter l'autre à satisfaire leurs besoins psychologiques
 - Exercice : Offrir canal et perception

Jour 3 : Comprendre et identifier la mécommunication

1. La mécommunication et les séquences de stress
 - Voir les masques sous stress
2. Rétablir la communication
 - Gérer les masques sous stress

PÉDAGOGIE

OUTILS ET MOYENS Méthodes pédagogiques

Présentation, mises en situation, cas pratiques

Moyens humains

Formateur Inspire Coach Institute ou partenaire référencé.

Journée type

- Formation pédagogique et andragogique
- Présentation des concepts
- Mise en situation

MÉTHODE D'ÉVALUATION

Auto-évaluation en fin de session pour l'obtention d'une attestation de formation.

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

Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

