



3, Rue du golf,  
CS 60073  
Parc Innolin  
33700 MERIGNAC

06 61 93 53 10

# PROGRAMME DE FORMATION PROCESS COMMUNICATION MODELE

Intitulé du projet

**Programme de Formation Process Communication Modèle :**

**Mieux se connaître et améliorer sa communication interpersonnelle.**

## SOMMAIRE

Objectifs du programme de formation .....	3
Public, pré-requis, durée, durée d'accès .....	3
Contenu pédagogique .....	4
Méthodes, moyens et modalités pédagogiques .....	5
Assistance technique et pédagogique .....	5
Evaluation de la formation et des compétences <u>pendant la formation*</u> .....	6
Evaluation de la formation et des compétences à <u>la fin de la formation</u> .....	6
Tarif de la formation .....	6
Accessibilité des personnes en situation de handicap : .....	7
Le modèle de la Process communication ou PCM® .....	7
Déroulé du programme de formation .....	8

## Objectifs du programme de formation

A l'issue de la formation, le stagiaire sera capable d' :

- Utiliser la compréhension de son mode de fonctionnement et celui des autres, pour développer une plus grande flexibilité relationnelle.

### Intégrer et constater ses points forts et développer sa capacité à communiquer :

- Identifier ses caractéristiques Types de sa personnalité et noter que les 5 autres Types sont présents,
- Reconnaître ses atouts et ses motivations et savoir les utiliser.

### Apprendre à reconnaître ses interlocuteurs :

- Elargir sa capacité à identifier le type de personnalité de ses interlocuteurs pour faciliter les échanges.

### Individualiser sa communication :

- Adapter ses comportements, son mode de communication pour gérer la relation interpersonnelle.
- Accroître ses compétences de communication interpersonnelle : choisir la perception, la partie de personnalité et le canal de communication adéquat.
- Développer ses aptitudes managériales : personnaliser la communication à son interlocuteur.
- Elargir ses compétences managériales : identifier et utiliser le style de management des membres de l'équipe.

## Public, pré-requis, durée, durée d'accès

**Public :** Managers, chef de projets, consultants, formateurs, coaches, fonctions RH (recrutements, bilans de compétence, orientation de carrière), etc.

**Pré requis :** Aucun.

**Durée :** 2 Jours soit 14 heures. La formation peut être planifiée en 4 demi-journées.

**Délais d'accès :** La durée estimée entre la demande du bénéficiaire et le début de la prestation est de 3 semaines.

### Modalités pédagogiques :

La formation peut se faire en présentiel ou distanciel.

### Conditions techniques pour la formation à distance :

Un Ordinateur / Une Connexion Internet haut débit / Navigateur Web : Google Chrome /

Un micro-casque ou un micro d'ordinateur + écouteurs / Une Webcam (optionnel).

## Contenu pédagogique

### Comprendre les concepts de base de la Process Communication® (PCM) :

- Découvrir les fondamentaux de la PCM : "La manière de dire les choses a autant et parfois plus d'importance que ce qui est dit".
- Comprendre la structure de personnalité et les différentes manières d'entrer en relation avec les autres.

### Identifier les caractéristiques des six types de personnalité :

- Repérer les caractéristiques des six types de personnalité et leurs modes de communication.
- Découvrir son Inventaire de personnalité (IDP).

### Assimiler 4 styles de management :

- Valider son niveau de confort dans chaque style.
- Pratiquer le style individualisé.

### Développer votre communication :

- Identifier les éléments d'observation, d'écoute pour détecter le type de communication et la perception de chacun.
- Utiliser le bon canal et percevoir les bénéfices d'une communication adaptée.

### Conclusion et synthèse.

## Méthodes, moyens et modalités pédagogiques

### Les modalités pédagogiques.

#### En présentiel :

Elle est basée sur une alternance entre la théorie et la pratique à travers la présentation des concepts, des exercices et jeux de rôles, des études de cas apportés par les participants, des entraînements sur des situations type présentées en vidéo.

Dans les locaux de GYROSCOPES, 3 rue du golf à Mérignac ou dans les locaux du client qui devra être équipé d'une salle de réunion, un vidéo projecteur et d'un Paper-Board.

#### En distanciel :

Un lien Zoom vous sera envoyé 48 h avant la session de formation, ainsi que les supports en format numériques. Pour cela vous devrez être équipé d'un ordinateur, d'un accès Internet Haut Débit, d'un Micro-Casque, d'une Webcam.

Elle est basée sur une alternance entre la théorie et la pratique, c'est-à-dire, classe virtuel et travaux à remettre au formateur par mail.

Cette pédagogie est basée sur un tutorat personnalisé.

### L'inventaire de personnalité.

Avant la formation, chaque participant répond à un questionnaire dont le traitement confidentiel par informatique permet d'établir l'inventaire de personnalité du participant. Ce support permet à chacun de se situer et de s'approprier les concepts, en référence à sa propre personnalité.

Le stagiaire devra se munir d'un ordinateur, d'une connexion Internet Haute débit et du Navigateur Web : Google Chrome.

### La documentation.

- Un manuel de formation, décrivant les concepts de la Process Communication<sup>®</sup>, est complété par des exercices à faire chez soi.
- Le « Profil PCM<sup>®</sup> » du participant élaboré à partir de son inventaire de personnalité.
- Une carte mémo de synthèse reprenant l'ensemble des concepts développés.

## Assistance technique et pédagogique

Votre formatrice Céline Lucie MASMIQUEL est formatrice certifiée et agréée Process Communication Modèle<sup>®</sup>. Elle sera joignable par mail : [cm@gyroscopes.fr](mailto:cm@gyroscopes.fr) et par téléphone 06 61 93 53 10 tout au long de la formation.

## Evaluation de la formation et des compétences pendant la formation\*

Pendant la formation, le débrief de fin et de début de session permet de valider ou de revoir les points fondamentaux de chaque thème par des exercices pratiques, des jeux de rôles et des QCM.

## Evaluation de la formation et des compétences à la fin de la formation

Un questionnaire d'évaluation des connaissances vous sera transmis.

**L'évaluation des compétences porte sur les points suivants. Elle est réalisée avec un examen écrit sur les thèmes suivants :**

- Intégrer les fondamentaux du modèle.
- Repérer les points forts, capacités et potentiels de chacun.
- Identifier les différentes perceptions.
- Maîtriser les canaux de communication en fonction de l'interlocuteur.

### Suivi de la formation

Une attestation de formation est remise à chaque participant à la fin de la formation. Elle comporte le titre de la formation, des dates, le nom du formateur et une évaluation quantitative des compétences acquises.

Un questionnaire de satisfaction sera transmis à la fin de la formation.

**L'évaluation de la formation porte sur cinq critères. Elle est réalisée à la fin de la formation avec un questionnaire de satisfaction :**

- Réponse aux attentes (accueil, écoute, services, divers).
- Respect du programme et des objectifs annoncés.
- Animation de la formation (attitude du formateur, explications, démonstrations, exercices).
- Documentation remise (qualité et utilité des supports de stage).
- Utilité de la formation (applications des acquis dans votre domaine d'activité).

## Tarif de la formation

Particulier : 757 € TTC



Entreprise : à partir de 976 € HT

## Accessibilité des personnes en situation de handicap :

Nos formations sont ouvertes à tous. Cependant en cas de doute, nous vous invitons à prendre contact directement avec nous au 06 61 93 53 10 [cm@gyroscopes.fr](mailto:cm@gyroscopes.fr), pour que nous puissions en discuter et au besoin adapter notre pédagogie et nos activités en fonction des situations de handicap qui pourraient se présenter. Dans le cas où nous ne serions pas en mesure de vous accueillir, nous sommes en relation avec des experts (comme l'Agefiph) vers lesquels nous pourrions vous orienter.

## Le modèle de la Process communication ou PCM®

### Les origines de la Process Communication®.

Le modèle a été conçu dans les années 70 par un psychologue américain Taibi Kahler, en collaboration avec la NASA. Les objectifs étaient de constituer des équipes complémentaires, soudées et d'anticiper les réactions de stress des astronautes.

### Les principes de base de la Process Communication® :

- Même si chacun est unique, nous partageons les caractéristiques de six grands types de personnalité clairement identifiés. Nous possédons un type de personnalité fondamentale, « La Base », acquis pour la vie et un type de personnalité « de Phase » qui peut évoluer au cours de notre vie. Nous montrons notre Phase dans la vie courante mais en cas de contrariété, la personnalité de Base réapparaît.
- La manière de dire les choses a autant d'importance et parfois plus d'importance que ce qui est dit.

## Déroulé du programme de formation

### Mieux se connaître et communiquer Programme du stage de 2 jours 14 Heures

#### JOUR 1 MATIN

Thème	Durée
Accueil et présentation des objectifs ainsi que le plan des deux jours	15'
Tour de table	30'
<b>Introduction du modèle</b> Exercice d'interview Les fondamentaux	15'
<b>Les perceptions</b> Exercice d'identification des perceptions Manuel pages 8, 9	30'
Pause	
<b>Les 6 types de personnalité</b> Vidéos Statistiques démographiques Traits de caractères dominants Référence aux Points Forts de chaque type	90'
<b>La structure</b> de personnalité dans le modèle PCM Expérience de l'ascenseur Remise de L'Inventaire De Personnalité	30'
Pause repas !	

#### JOUR 1 APRÈS MIDI

Thème	Durée
<b>Style de Management</b> La personne avec laquelle j'ai le plus de difficultés p 25 Exercice sur les Styles de Management et Points forts de Personnalité page 20 à 26	45' 15'
<b>Les parties de personnalité p 27</b> Exposé Types et parties de Personnalité p 33 Exercice p 34 et p 36 Exercice du conducteur page 53	90'
Pause	
Révisions + Questions	30'
Résumé Focus sur les points techniques importants de la journée Débriefing Remise du travail d'intersession	30'

Travail d'Intersession :

Les parties de personnalité :

Expérience 11 « Ecoute avec les oreilles et surtout écoute avec les yeux »

Expérience 12 « Sans les mains »

Expérience 13 « Coupe le son, je ne vois pas ce que tu dis »

Expérience 15 « Que dis-je c'est un cap, c'est une péninsule »

## JOUR 2 MATIN

Thème	Durée
Accueil – Débriefing et Questions sur Journée 1 et travail d'intersession	30'
Introduction de canal de communication Manuel p 37 Conducteur 4 portes quelle est ma préférée ? Signification des scores : ordre préférentiels décroissant La règle de la communication : offre et l'acceptation de l'offre	30'
Exposé <b>les 5 canaux de communication</b>	45'
Pause	
Exercice : votre canal préféré Manuel p 44 Exercice page 46 : Interactions et canaux Exercice page 47 : Pratique des canaux	45'
Jeu Process Communication Modèle <i>Le truc du formateur : Y a-t-il une demande claire ou y a-t-il un sous-entendu ? s'il y a un sous-entendu c'est de la mécommunication</i>	45'
	15'
Pause repas !	

## JOUR 2 APRÈS MIDI

Thème	Durée
<b>Les environnements préférés</b> Manuel p 49 Exercices pages 52-54 Expérience 10 Faut que je demande à ma base si ma phase est d'accord	30'
Entraînements Expérience 1 « Je suis formidable » Expérience 17 « Change de chaîne le film ne me plait pas » Expérience 18 « L'interview piloté » Expérience 19 « Faites le point sur vos canaux ouverts et fermés »	75'
Pause	
Expérience 21 « Comment Proce Com'écouter ! »	20'
Simulateur, une simulation complète	20'
Plan d'action du manager	30'
Débriefing	20'
Clôture	20'