

FORMATION : PCM niveau 1

Les objectifs de la formation

- Donner à chacun une compréhension de son fonctionnement, de ses leviers de motivation et de ses sources de stress ainsi que ceux de ses collègues.
- Etre en capacité à la fin de la formation de :
 - Gérer les comportements sous stress
 - Prévenir les situations de conflit
 - Interagir avec le canal de communication approprié à votre

A qui s'adresse cette formation?

- Toute personne désirant améliorer sa communication interpersonnelle et développer son leadership.
- Cette formation ne nécessite pas de compétences ou d'expériences spécifiques.
- Avant le début de la formation, chaque stagiaire répondra au questionnaire PCM dont le traitement confidentiel permettra d'établir son Profil PCM.

Les plus de la formation

- Une formation en 2 modules qui permet un renforcement au afin d'ancrer les acquis et d'approfondir les connaissances.
- Une base solide permettant d'évoluer vers le PCM niveau 2

Durée : 4 jours séparés en 2 modules de 2 jours

Disponible en Inter et Intra

Inter / personne : 1600, 00 Euros HT

Forfait Intra : Devis sur demande contact@ecalys.fr ou
au 07 49 93 41 24

PROGRAMME

Module 1 : Découvrir PCM

- **Les concepts de base de la communication**

- Distinguer que la manière de dire quelque chose est plus importante que ce que l'on dit.
- Les six Types de Personnalité et leur façon spécifique de communiquer.
- Présentation à chaque participant de sa Structure de Personnalité.

- **L'analyse des comportements verbaux et non- verbaux**

- Découverte des 6 Perceptions et des Canaux de Communication appropriés.
- Prendre l'Ascenseur PCM et pratiquer les Parties de Personnalités.

- **La motivation et le bien-être**

- Besoins Psychologiques : ce qui motive et ce qui est satisfaisant.
- Comment satisfaire les Besoins Psychologiques de chacun.
- La Matrice d'identification de nos environnements préférés.

Nombreuses mises en situations et entraînements

Définition du plan d'action personnel à la fin du module 1

- **A l'intersession :**

- Mise en oeuvre du plan d'action

PROGRAMME

• **Module 2 : Gérer la relation**

Comprendre et gérer les comportements sous stress

- Le stress et ses différentes manifestations.
- Découvrir et analyser les Degrés de Stress en fonction du Types de Personnalité de son interlocuteur.
- Les conséquences du stress sur notre efficacité, notre communication et notre Style de Management.

Gérer les situations de mécommunication

- Les effets du stress dans la communication qui génère du stress chez les autres.
- Les Masques et les Séquences de Stress de la Phase.
- Les stratégies d'interaction pour retrouver une communication positive.

Développer une communication positive

- Les différents modes de perception de chaque Type de Personnalité.
- Reconnaître les signes, attitudes et comportements révélateurs du Type de Personnalité de la personne avec laquelle on communique et utiliser le bon Canal de Communication.

Nombreuses mises en situations et entraînements
Définition du plan d'action personnel

- QCM à la fin du 4ème jour

Evaluation de la formation