

Renforcer et optimiser ma communication

Process Communication Model®
l'indispensable du quotidien



L'outil pour une
différence au quotidien

cocoon
coaching . conseil . formation

Qu'est ce que la Process Communication Model® ?

Le Process Communication Model® (PCM) est un modèle de communication interpersonnelle unique en son genre, développé par le Dr. Taibi Kahler dans les années 1970. A noter, il a été accompagné et financé par la NASA qui continue à ce jour à utiliser le modèle dans ses processus de recrutement.



Utilisé par des millions de personnes à travers le monde, ce modèle permet de comprendre les dynamiques de personnalité et de communication au sein des individus et des équipes. Grâce à une **approche centrée sur l'observation des comportements et des besoins psychologiques**, le PCM offre des outils puissants pour améliorer la qualité des interactions humaines, tant dans la vie professionnelle que personnelle.

Au cœur du PCM, on trouve l'idée que chaque individu possède une combinaison unique de six types de personnalité : l'Empathique, l'Analyseur, le Persévérant, le l'Imagineur et le Promoteur et l'Energiseur.



Chacun de ces types se distingue par un ensemble spécifique de caractéristiques, **d'environnements préférés, de forces, de motivations, de langages de communication et de comportements sous stress.**

En comprenant ces typologies et en apprenant à identifier les profils de personnalité des autres, les utilisateurs du PCM peuvent **développer une communication plus efficace et authentique, renforcer les relations interpersonnelles, et prévenir les conflits au sein des équipes.**

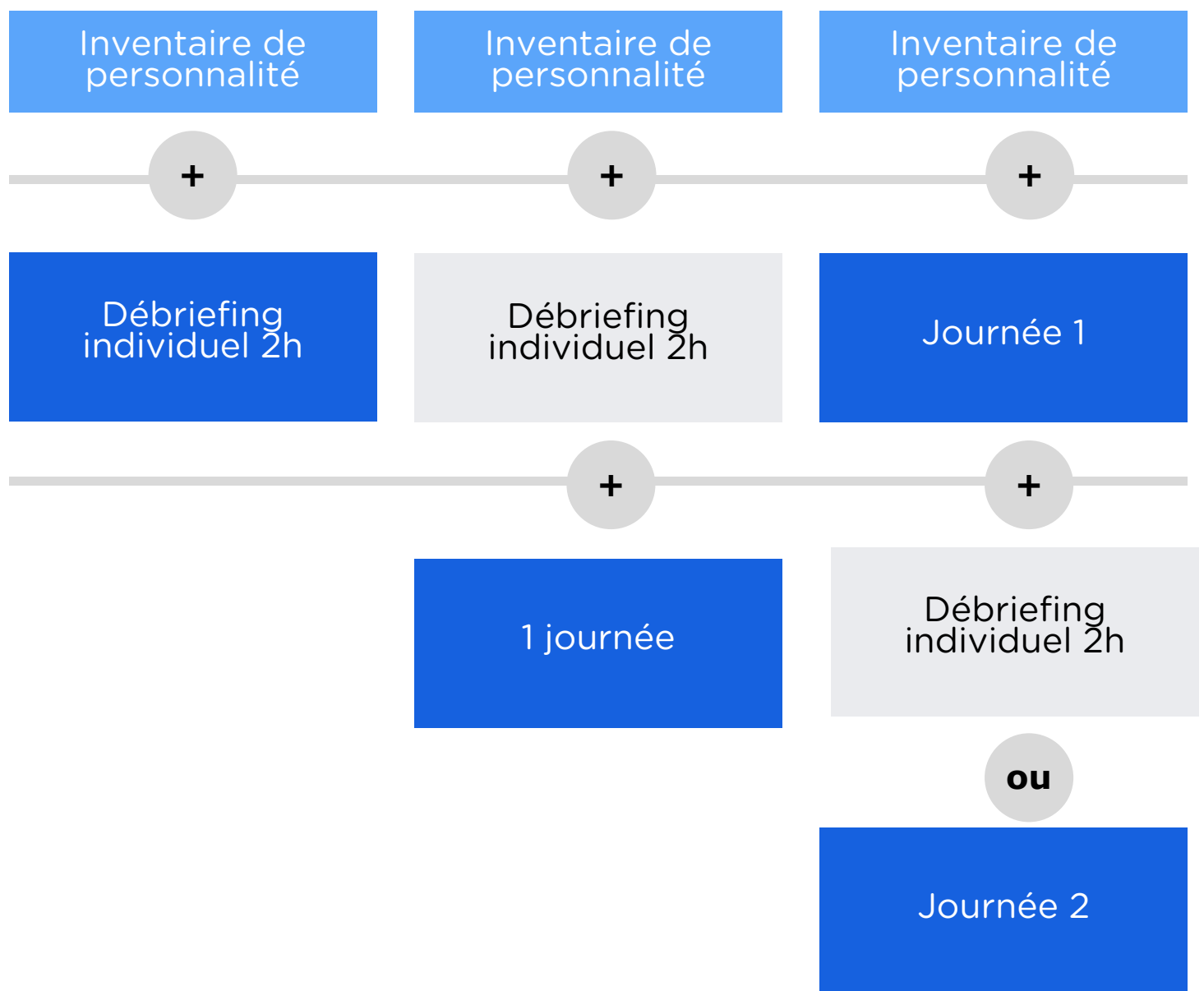
PCM propose des stratégies concrètes pour **gérer ces situations et rétablir des communications constructives.** Cela permet non seulement de désamorcer des conflits potentiels, mais aussi de nourrir un climat de travail plus collaboratif et harmonieux.

Dans le contexte professionnel, où la coopération et la cohésion d'équipe sont essentielles, le PCM devient un levier puissant pour améliorer la dynamique de groupe. En permettant aux leaders et aux membres de l'équipe de mieux comprendre les motivations, les besoins et les modes de fonctionnement de chacun, ce modèle facilite l'alignement des efforts, la prévention des malentendus, et la création d'un environnement de travail plus productif et positif.

notre intervention

des formats adaptés à chacun

Une formule modulable, adaptable à chaque besoin,
pour les individus, pour les équipes, pour les managers



socle

accomp

+ loin

Renforcer et optimiser ma communication avec Process Communication Model®

Process Communication Model®

pour mon équipe

Informations clés



Intra-entreprise



2 jours - (14 heures)



Présentiel : dans vos locaux ou les nôtres



Adaptation possible pour les personnes en situation de handicap
Nous contacter

4,91/5
Pédagogie du formateur

4,87/5
Ecoute des besoins des stagiaires

sessions 2025

Modalité d'accès et délais

Etude de votre demande
Etablissement d'un devis
Mise en place sous 2 mois

Cibles

Managers et commerciaux souhaitant améliorer leur communication et leur compréhension d'autrui.
Toute personne souhaitant améliorer sa communication inter-personnelle

Matériel nécessaire

Aucun matériel nécessaire.

Pré-requis

Aucun prérequis.
Une appétence pour la relation humaine est un plus

Pourquoi participer

Le Process Communication Model® est un outil puissant et accessible pour développer la connaissance de soi, fluidifier les relations et renforcer la coopération au sein des équipes. Pendant deux jours, cette formation vous propose une expérience immersive pour découvrir votre profil de personnalité, mieux comprendre les autres, ajuster votre communication et prévenir les tensions. Un vrai levier pour transformer vos interactions et cultiver un climat de travail plus serein et efficace.

Les objectifs de la formation

- Comprendre les concepts fondamentaux du modèle PCM : types et structure de personnalité, canaux de communication, séquences de stress
- Identifier leur propre profil de personnalité et leurs modes de communication privilégiés
- Reconnaître les profils de leurs interlocuteurs à travers les comportements observables
- Adapter leur communication pour prévenir les tensions et améliorer les interactions
- Repérer les signaux de stress chez eux-mêmes et les autres, et mettre en place des stratégies de gestion adaptées
- Analyser les besoins psychologiques des différents profils pour renforcer la coopération
- Activer des leviers concrets pour améliorer la qualité relationnelle et la cohésion au sein de l'équipe

La pédagogie

Cette pédagogie active permet de mobiliser à la fois les savoirs, les savoir-faire et les savoir-être pour une transformation concrète et durable des pratiques professionnelles.

- Démarche participative et expérientielle, favorisant l'implication active des participants
- Apports théoriques structurés et illustrés (diaporama, vidéos)
- Autodiagnostic de personnalité avec livret personnalisé
- Exercices en binômes, jeux de rôle, analyses de cas
- Échanges collectifs et débriefings pour favoriser l'appropriation
- Supports pédagogiques fournis : carnet de bord imprimé, fiches outils, grilles d'analyse

Modalité d'évaluation

- Évaluation continue tout au long des 2 jours via des mises en pratique, jeux de rôle, quizz, exercices et échanges collectifs
- Restitutions orales et écrites permettant de valider la compréhension et l'intégration des concepts (ex : reformulation, plan d'action, feedback...)
- Auto-évaluation des acquis et des apprentissages en fin de parcours
- Questionnaire de satisfaction à chaud remis à chaque participant-e.

Journée 1

- **Introduction à Process Communication Model® (PCM)**
 - Origine et principes fondamentaux du PCM.
 - Les six types de personnalités : leurs caractéristiques, besoins psychologiques, et comportements sous stress.
 - Les environnements privilégiés : renforcer bien-être et performance via un environnement de travail adapté
- **Conscientiser et découvrir ses points forts :**
 - Les enjeux de la pédagogie blanche sur les performances individuelles
 - Découverte de notre perception et de celle des collègues sur les forces de chacun
 - Les points forts dans le cadre de PCM, par types de personnalité
- **Appréhender les différentes perceptions et communication :**
 - 6 manière de percevoir le monde, 6 canaux de communication
 - Mise en pratique : reconnaître le canal de notre interlocuteur et ajuster notre communication pour fluidifier les relations
- **Identifier et nourrir mes besoins et ceux de mes collègues**
 - Appréhender les besoins psychologiques des 6 types de personnalité
 - Découvrir les différentes manières de nourrir ces besoins pour soi et pour les autres
 - Exercice : conception de son kit de survie personnel pour développer l'être bien et des relations constructives

Journée 2

- **Expérimenter les facteurs qui coupent la communication**
 - Les positions de vie et les jeux psychologiques
 - Identification de sa posture favorite
 - Maintien d'une posture qui permet de préserver la communication
- **Identifier et gérer les comportements sous stress**
 - Appréhender les 6 types de scénarios de stress
 - Reconnaître les comportements sous stress de son équipe
 - Techniques de gestion du stress pour soi-même et les autres.
 - Comprendre les sources de conflits basées sur les différences de personnalité et leurs besoins.
 - Adapter son style de communication aux différents types de personnalité.
- **Découvrir son immeuble de personnalité**
 - Découverte de son profil et débriefing
 - Ma feuille de route personnelle : les canaux, les environnements et les besoins
- **Visualiser le profil de mon équipe**
 - Le profil de mon équipe, les forces,
 - Les axes de travail individuels et collectifs

**Attestation de fin
de formation**

Remise à l'issue de la formation et du questionnaire