



# PROGRAMME DE FORMATION

## SAVOIR-ÊTRE & PERFORMANCE: PCM® AVANCÉ : MIEUX GÉRER LA MOTIVATION, LES TENSIONS ET CONFLITS



Mise à jour : Mai 2024

# PROGRAMME DE FORMATION | SAVOIR-ÊTRE & PERFORMANCE

## PCM® AVANCÉ : MIEUX GÉRER LA MOTIVATION, LES TENSIONS ET CONFLITS

### Pourquoi cette formation ?

Nous sommes tous différents, uniques... et pourtant nous avons souvent tendance à offrir aux autres ce qu'on aime recevoir soi !

Après avoir découvert les 6 Types de personnalités avec Process Communication Model (Initial) vous avez appris à mieux vous connaître afin de prendre soin de vous et développer votre potentiel en vue de mieux vous connecter et coopérer au quotidien avec votre écosystème.

Avec la formation PCM avancé, nous vous proposons d'aller plus loin sur le decryptage des situations de tensions et conflits, de ces schémas récurrents que vous observez peut-être chez vous ou votre entourage et ce malgré de nombreux efforts pour en sortir.

Pendant 2 à 3 jours, venez decrypter ces comportements complexes pour mieux prendre soin de vous et de la relation avec des stratégies de prévention et résolution de conflits éprouvées par PCM

### Objectifs de la formation :

- Consolider sa communication interpersonnelle avec PCM
- Développer le potentiel avec les besoins psychologiques
- Repérer les différentes étapes de mécommunication pour mieux prévenir les tensions et conflits
- Repérer les scénarios d'échec propres à chaque Type et comment en sortir
- Stratégie de résolutions de conflit pour rétablir la communication et prendre soin de la relation

### Intervenante :

Votre formatrice est coach professionnel certifié, formatrice certifiée PCM® et avant tout... une personne aguerrie au monde de l'Entreprise sous toutes ses formes, dispose d'une expérience notable en management et direction d'entreprise ou BU. Et surtout... pour qui l'Humain est la clé de la réussite et du développement. Votre intervenante porte à coeur les valeurs de Be well & Lead well : empowerment, ambition & éthique !

# PROGRAMME DE FORMATION | SAVOIR-ÊTRE & PERFORMANCE

## MIEUX COLLABORER ET COMMUNIQUER AU QUOTIDIEN AVEC PCM®



**Durée :** 2 ou 3 jours (14h/21h)

**Dates :** à définir

**Intra/Inter :** 4-8 participants (1 intervenant) ; 8 - 20 (2 intervenants)

**Lieu :** à définir en intra



**Public et Prérequis :**

Tout public - Pré-requis : avoir suivi Process Com niv1 (sur certificat de réalisation)

Si des personnes en situation de handicap font partie des participants, nous prévenir au préalable afin de mettre en place les conditions d'accueil et de suivi adapté : [hello@farahallouche.com](mailto:hello@farahallouche.com)

### ✓ Objectifs Pédagogiques :

- Consolider sa comm' interpersonnelle avec PCM
- Développer le potentiel avec les besoins psychologiques
- Repérer la mécommunication pour mieux prévenir les tensions et conflits
- Repérer les scénarios d'échec et comment en sortir
- Stratégie de résolutions de conflit pour rétablir la communication et prendre soin de la relation

### ✓ Méthodes Pédagogiques :

- Pédagogie Participative et Active : 70% pratique / 30% théorie
- Supports PPT & fiches outils
- Echanges mutuels, exercices & mises en situation

### ✓ Evaluation des acquis :

- Questionnements
- Evaluation continue
- Attestation de Formation

### ✓ Intervenante :

- Formatrice PCM® & Coach certifiée

### Ancrage des fondamentaux (mieux se connecter)

- ✓ Types de personnalités
- ✓ Styles et canaux d'interactions

### Contribuer à la motivation, la sienne et collective

- ✓ Besoins psychologiques et leurs manifestations + et -
- ✓ Plan d'action personnel et professionnel
- ✓ Reconnaître et Se connecter à l'autre

### Gérer les signaux avant-coureurs de mécommunication

- ✓ Décrypter les 3 degrés de mécommunication
- ✓ Drivers : reconnaître les comportements seconde par seconde et stratégie d'interaction
- ✓ Identifier et gérer la sortie d'un scénario d'échec

### Stratégies de résolutions de tensions et conflits

- ✓ Les 4 mythes
- ✓ Détecter les comportements et émotions du stress de 2nd degrés (liens avec les besoins psychologiques)
- ✓ Ateliers (résolution de) conflits

### Synthèse et clôture



**Nous contacter par email :**  
[hello@farahallouche.com](mailto:hello@farahallouche.com)



Echangeons de vive-voix, prenez un Rdv tel !  
[bit.ly/ meetme](https://bit.ly/meetme)

