UQO | FORMATION CONTINUE

Communication

# Communiquer efficacement grâce au modèle Process Communication®

## Contexte

Le succès de nos relations dépend de la qualité de notre communication. En avons-nous toujours pleinement conscience?

Les techniques et les outils pour mieux communiquer avec l'entourage professionnel et personnel sont nombreux et pourtant ils ne suffisent pas pour se mettre en phase rapidement avec des interlocuteurs et interlocutrices aux personnalités très différentes de la nôtre.

De plus, les nombreux défis techniques et économiques nous amènent à nous mobiliser, d'abord seuls, puis ensemble. Les groupes de travail se font et se défont au rythme des défis a? relever. Le temps pour établir le contact et trouver ses repères avec les autres est souvent court. Dans un tel contexte, il importe de savoir communiquer efficacement!

Fruit des recherches menées par Taibi Kahler, Ph. D., au cours des années 1970, en collaboration avec la NASA, le modèle Process Communication® est connu, reconnu et utilisé dans le monde entier comme outil de communication et d'aide au management des entreprises. Il s'agit d'un modèle pragmatique qui permet de développer une meilleure connaissance de soi, de l'autre et ainsi d'avoir de meilleures relations. Le modèle prend en compte les caractéristiques individuelles et offre des outils concrets pour permettre aux individus et équipes de travail de donner le meilleur d'eux-mêmes. Un des nombreux atouts du modèle Process Communication® est qu'il décrit les comportements sous stress. En effet, selon le type de personnalité, les comportements sont prédictibles, observables et aisément réversibles.

Qu'est-ce que ce cours propose aux personnes participantes? De meilleures relations, plus d'intelligence émotionnelle, une meilleure gestion des conflits et plus encore. Quelle organisation ou entreprise peut aujourd'hui se passer de ces compétences?

## Objectifs pédagogiques

**Individualisez votre communication et développez votre leadership avec la Process Communication®**

En plus des trois journées de formation et de la certification niveau 1, vous obtiendrez votre inventaire de personnalité et un rapport personnalisé dans lequel vous découvrirez vos points forts, vos besoins psychologiques, vos comportements sous stress, un plan d'action et bien plus encore! Plus d'un million de personnes ont réalisé leur inventaire de personnalité Process

Communication® pour mieux comprendre les autres, mieux communiquer et améliorer ses relations. Au terme de la formation, vous serez en mesure :

- de mieux vous connaître afin d'utiliser tous vos atouts et d'offrir le meilleur de vous-mêmes;
- de mieux vous gérer dans les moments difficiles et dans les inévitables périodes de stress;
- de comprendre les concepts de base de la communication;
- de développer vos compétences en communication interpersonnelle positive et votre leadership;
- d'accepter la personnalité des autres et de vous y adapter pour favoriser le travail en équipe plus fluide.

# Contenu

- Les six types de personnalité et leur manière spécifique de communiquer
- La présentation à chaque personne participante de son inventaire de personnalité[1]
- Les différents modes de perception des types de personnalité
- L'utilisation du bon canal de communication
- Les comportements sous stress
- Les besoins psychologiques comme source de motivation ou de démotivation

# Approche pédagogique

La pédagogie utilisée est basée sur une alternance entre la présentation des concepts, des exercices et jeux de rôles, des études de cas suggérés par les personnes participantes et des entraînements sur des situations types présentées en format vidéo.

Avant la formation, chaque personne participante répond a? un questionnaire permettant d'établir son inventaire de personnalité par traitement confidentiel informatique. Ce support permet de se situer et de s'approprier les concepts, en référence a? sa propre personnalité.

# Clientèle cible

Toute personne désirant améliorer sa communication interpersonnelle et développer son leadership.

# Durée et unités de formation continue (UFC-UQO)

Cette formation est d'une durée de 18 heures et donne droit à 1,8 UFC-UQO.

# Logistique et déroulement

- Les groupes seront limités à un maximum de 15 personnes participantes.
- La formation se déroulera via la plateforme Zoom.
- Pour assurer une bonne qualité de connexion, un accès Internet à haute vitesse et un microphone sont nécessaires.

- Bien que l’utilisation d’un ordinateur soit privilégiée, d’autres dispositifs technologiques sont également acceptés.
- Afin de maximiser l’interaction et la dynamique de groupe, nous recommandons fortement l’utilisation d’une caméra.

---