

**Marie BOURRIGAN**  
07 86 34 16 72  
marie@cohestim.com

## PROGRAMME

### INITIATION AU PROCESS COMMUNICATION MODEL® : COMMUNICATION ET INTELLIGENCE RELATIONNELLE (Présentiel)

#### ANIME PAR :



#### Mme Marie BOURRIGAN

Marie Bourrigan a créé Cohestim dans le but d'accompagner les personnes et les organisations vers un nouveau rapport au travail. En tant que formatrice et consultante, elle accompagne et forme les entreprises et les particuliers en fonction de leurs besoins, dans différents domaines : management, risques psychosociaux, communication interpersonnelle, parcours professionnels.

Elle a découvert Process Communication Model® (PCM) en 2011 et en a expérimenté ses multiples applications en tant que dirigeante. Convaincue par l'intérêt du modèle, elle a fait le choix de se spécialiser dans son utilisation. Formatrice accréditée, habilitée à faire valider les compétences de stagiaires en communication interpersonnelle et à utiliser le profil PCM dans le cadre du recrutement, elle intervient dans des entreprises de tous secteurs d'activité. Le profil PCM est également intégré dans ses services à destination des particuliers, et notamment les bilans de compétences.

#### PUBLIC :

Toute personne désireuse de mieux se connaître, de mieux comprendre autrui, pour favoriser son développement, améliorer sa communication et sa relation aux autres.

#### NOMBRE DE PARTICIPANTS :

5 - 12

#### OBJECTIF GÉNÉRAL :

Découvrir Process Communication Model® et savoir en appliquer les principes fondamentaux dans ses relations et sa communication.

#### OBJECTIFS OPERATIONNELS

- Comprendre Process Communication Model® et le pratiquer
- Adapter sa communication pour des échanges de qualité
- Prévenir le stress et les conflits grâce à une meilleure compréhension du fonctionnement et des besoins d'autrui

#### PRÉREQUIS :

Aucun

#### CONTENU DU PROGRAMME :

- Process Communication Model® (PCM) : origine et définition
- Conscience de soi et compréhension d'autrui : les différents types de personnalité PCM et leurs caractéristiques, des ressources complémentaires et utiles
- Développer une communication adaptative : éléments de communication verbale et non verbale selon les types de personnalité

Entreprendre, coopérer. Vivez l'expérience !



**Marie BOURRIGAN**

07 86 34 16 72

marie@cohestim.com

- Développer la cohésion dans une équipe aux profils variés : comprendre les différents besoins psychologiques pour renforcer la motivation et prévenir le stress et les conflits
- Management et interactions en situation professionnelle : conditions d'efficacité et pratique d'un management individualisé
- Exercices d'introspection et exercices pratiques

#### **MÉTHODES PÉDAGOGIQUES :**

- Support PowerPoint
- Vidéos (Nouveauté 2023 ! KCF met à notre disposition des séquences filmées en situation réelle pour plus de pertinence)
- Inventaire de personnalité pour chaque participant (questionnaire en ligne à compléter préalablement à la formation)
- Exercices d'introspection
- Jeux et exercices pratiques de mise en situation
- Manuel pédagogique

#### **MODALITÉS D'ÉVALUATION / CERTIFICATION FINALE :**

- Fiche de présence
- Formulation des attentes en début de formation
- Exercices de consolidation des acquis
- Questionnaire d'évaluation en fin de formation
- Attestations de présence

**DURÉE :** 1 date - 6 heures

#### **LIEUX DES SESSIONS :**

#### **ACCESSIBILITE :**

Cette formation est accessible à tou-te-s. Nous nous adaptons.

Personne en situation de handicap : Merci de nous contacter pour que nous puissions prendre en compte vos besoins particuliers.

#### **COÛT :**

**Intra :** 2 000,00 €

**Inter :** 600,00 € par participant

Profils de personnalité inclus pour les particuliers, facturés en sus pour les formations en intra (250 euros nets de taxes par participant)

Entreprendre, coopérer. Vivez l'expérience !

Elycoop - SCOP SA à capital variable - SIRET : 429 851 637 00034 - 429 851 637 RCS Lyon - APE :7022Z

Pôle Pixel - Bâtiment B - 26 Rue Emile Decorps 69100 VILLEURBANNE -04.72.81.96.01 - contact@elycoop-formation.fr - 04.72.81.95.84

Les actions de formation professionnelles continues sont exonérées de TVA - Organisme de formation enregistré n° 82 69 0684469

RIB -Crédit Coopératif 42559 - Guichet00011 - Compte21006660206 - Clé47

PGWPCM\_Initiation-Initiation au Process Communication Model® : communication et intelligence relationnelle - page 2 sur 2