

14 ANS D'EXPERTISE!



# FORMATION PROCESS COMMUNICATION® NIVEAU I

AUX ANTILLES,  
DEPUIS 2010!

© Avril 2024

VOS COLLABORATEURS N'ARRIVENT PAS À SE  
COMPRENDRE OU SE PARLER?!  
PROGRAMMEZ VOTRE SESSION SUR MESURE!



2 journées  
+ 1 journée de suivi\*

(\* en option)



INDIVIDUALISEZ VOTRE COMMUNICATION EN FONCTION  
DE VOTRE INTERLOCUTEUR POUR DÉVELOPPER  
L'EFFICACITÉ DE VOS MESSAGES



CONTACT:

Christiana FRAIDERIK-JEANNE

0690 487 466

[christiana.fraiderik@live.fr](mailto:christiana.fraiderik@live.fr)





# CE QU'EN DISENT LES PARTICIPANTS

**Riche, dense, structurée et en même temps flexible!**

S'adapte aux participants selon les besoins, attentes, émotions, dispositions, aisances, difficultés, etc.

Permet de mieux se faire comprendre de ses interlocuteurs et réciproquement de les comprendre pour une communication positive et efficace

**Je la conseille vivement!**

De part la formatrice et le contenu

Elle m'a permis de connaître mon profil pour aller mieux psychologiquement



# OBJECTIFS PEDAGOGIQUES

## **Mieux connaître ses conditions d'efficacité et son style de communication préférentiel :**

Identifier son type de personnalité et son évolution dans le temps

Repérer ses conditions de réussite et savoir les utiliser

Identifier les situations qui, pour soi, sont source de stress et apprendre à les gérer

## **Apprendre à décrypter ses interlocuteurs :**

Être capable d'identifier le type de personnalité de ses interlocuteurs

Pouvoir repérer leurs sources de motivation et les développer

Pouvoir comprendre la « Mé communication » et savoir la résoudre

## **Développer une communication individualisée:**

C'est-à-dire mettre en œuvre les stratégies d'actions et de relations qui optimisent la motivation de chacun et permettent d'exprimer pleinement son potentiel.



# CONTENU PEDAGOGIQUE

## **M1 Comprendre les concepts de base de la communication**

Qu'est-ce que communiquer ?

Distinguer la manière de dire de ce qui est dit.

Les six types de personnalité et leurs manières spécifiques de communiquer.

Découvrir son Inventaire de Personnalité.

## **M2 Savoir développer une communication positive**

La règle de la communication.

Les différents modes de perception de l'environnement.

La matrice d'identification ( des types de personnalité).

Utiliser le bon canal de communication pour être entendu de chacun.

## **M3 Savoir motiver ses interlocuteurs**

Identifier ce qui motive ses interlocuteurs et ce qui les démotive.

Comment satisfaire les sources de motivation de chacun ?

Les styles d'interaction préférés de vos interlocuteurs.

## **M4 Comprendre et gérer ses propres comportements de stress**

Les différentes manifestations du stress négatif.

Les scénarios de stress attachés à chaque type de personnalité.

Les trois degrés de stress : « drivers », mécanismes d'échec et désespoir.

Les conséquences du stress sur notre communication, notre management.

## **M5 Savoir gérer les situations de « Mé communication''**

Identifier les comportements de stress chez son interlocuteur.

Comprendre ce qui génère du stress chez l'autre.

« Gérer le processus'' pour revenir à une communication positive

## **M6 Développer la motivation pour favoriser la coopération''**

Les stratégies de communication constructives, qui permettent à chacun d'exprimer son potentiel et de se sentir motivé



# MODALITES

- Dates et horaires : *modulables*
- Lieu: *modulable*
- Modalités et délais d'accès: *nous contacter (réponses sur-mesure)*
- Durée: 2 journées (14h) + 1 journée de suivi optionnelle (pour les formations collectives > 2 participants)
- Tarif: *et autres modalités de réalisation, sur devis* (fonction de la taille du groupe, des critères modulables et autres besoins et contextes clients spécifiés lors de l'entretien d'expression et de définition de la demande d'accompagnement)
- # participants : *de 1 à 9 participants*
- Prérequis: aucun (si ce n'est d'être confronté à des difficultés relationnelles)
- Méthodologie: Présentations de concepts suivies de mises en pratiques individuelles et/ou collectives.
- Evaluation: mises en pratique et travaux intersessions auto-évalués et évalués
- Inventaire de Personnalité individualisé remis à chaque participant
- Accessibilité spécifique (handicap) étudiée à la demande
- Attestation de stage remise



**Qualiopi**  
processus certifié

■ ■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

La certification qualité a été délivrée au titre de la catégorie d'action suivante :  
**ACTIONS DE FORMATION**

# CONTACT



**Renseignements auprès de :**

**Christiana FRAIDERIK-JEANNE,**  
Accompagnatrice du changement humain et organisationnel  
Spécialisée dans l'efficacité des interactions humaines  
Formatrice Process Communication® certifiée  
Fondatrice de Kap' Envol Coaching

**mobile: 0690 487 466**

**email: [christiana.fraiderik@live.fr](mailto:christiana.fraiderik@live.fr)**

*Siret: 514 928 258 00029*

*N° activité de formation: 95970169097*

**[www.kapenvol.com](http://www.kapenvol.com)**