

# Formation de Base - Niveau 1

## Communication Transformatrice

Au cours de ces 25 heures, vous aurez l'opportunité d'explorer votre relation avec le succès, l'abondance, la responsabilité, le travail d'équipe, le leadership et votre pouvoir personnel. Cette formation génère une communication ouverte et responsable, une amélioration de la communication interpersonnelle avec des conflits/feedbacks orientés vers des solutions gagnants-gagnants, elle incite à la prise de responsabilité et d'initiatives. C'est une formation expérientielle pour toute personne qui souhaite acquérir des outils pour communiquer et développer son plein potentiel.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de cette formation vous serez capable de :

- Identifier les obstacles à une communication effective et de ne plus les utiliser ;
- Connaître et identifier les différents outils de communication permettant de désamorcer les situations dans lesquelles il y a une charge émotionnelle ;
- Repérer et décoder les éléments de langage corporel et sémantique indiquant que votre interlocuteur a une charge émotionnelle ;
- Utiliser ces outils pour gérer une situation chargée émotionnellement (stress, colère, angoisse, etc.) dans le cadre professionnel ;
- Favoriser la co-construction des projets en connaissant ce qu'est l'engagement et les conséquences de tenir ou briser un engagement dans une équipe ;
- S'identifier à un rôle responsable face à une situation critique plutôt que de victime ;
- Connaître et pratiquer des outils pour désamorcer des situations liées à la prévention du suicide ;
- Connaître et discerner le rapport entre responsabilité, culpabilité et liberté ;
- Transformer des conflits en opportunité de développement au sein d'une équipe.

### PUBLIC VISÉ

Demandeur d'emploi, dirigeant, thérapeute en fonction, manager, coach, toute personne désirant mettre en place des outils de communication constructive et améliorer sa communication interpersonnelle.

### NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLES REQUIS

L'accès à la formation sera validé suite à un entretien préalable. Il se peut que durant la formation le stagiaire soit confronté à des émotions, si celui-ci est suivi par un psychiatre demandez-lui son approbation avant de participer.

### DURÉE DE LA FORMATION

La formation dure 25 heures, réparties sur 3 journées, avec des pauses de 10 minutes toutes les deux heures environ.

### LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Cette formation peut être animée :

- En présentiel dans une salle louée pour l'occasion ou dans les locaux du demandeur de la formation.

Cette formation permet de poser un regard global sur les enjeux d'une communication réussie. Toutes nos techniques sont basées sur l'expérimentation. Ces processus permettent, au travers d'exercices en dyades ou en groupe, de mieux comprendre son propre fonctionnement et celui des autres. Le groupe sert à la fois de miroir et de support à la réflexion, il y a un effet démultiplicateur. Nous privilégions une

pédagogie active, basée sur une forte interactivité et des mises en situations que chaque stagiaire aura l'occasion d'expérimenter en direct.

Elle alterne, selon une méthode participative/active :

- Théorie via des supports pédagogiques qui seront remis au stagiaire tout au long de la formation
- Pratique par le biais de mises en situation en binômes et de partages en groupes.

Entre les intervalles pratiques et théoriques, des temps de partages entre les stagiaires et le formateur sont proposés. Une documentation pédagogique, régulièrement mise à jour et enrichie, est remise à chaque participant durant la formation. Elle constitue un support utilisé pendant la formation et aussi un véritable outil de travail post-formation.

## **CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION**

### **JOUR 1 - L'écoute empathique (8h00)**

#### Matinée partie 1 :

- Qu'est-ce que la communication interpersonnelle ?
- Les obstacles potentiels à une communication efficace
- Qu'est-ce que l'empathie et l'écoute empathique

#### Matinée partie 2 :

- Le langage non verbal
- Qu'est-ce qu'une attitude attentionnée, la présence
- Développer la congruence (cohérence entre les messages verbaux et non verbaux)
- Mise en pratique de la communication non verbale, des obstacles et initiation à l'écoute active

#### Après-midi partie 1 :

- Les aptitudes de base à l'écoute empathique

#### Après-midi partie 2 :

- Mise en pratique d'une communication efficace et approfondissement de l'écoute empathique
- Partage de l'expérience et prises de conscience

### **JOUR 2 - Perspectives alternatives - (8h30)**

#### Matinée partie 1 :

- Mieux connaître votre personnalité et la manière dont vous menez votre vie
- Connaître vos habitudes émotionnelles et comportementales pour mettre en place des comportements et habitudes en adéquation avec vos valeurs

#### Matinée partie 2 :

- Prendre responsabilité de votre vie, conscience du lien entre liberté et responsabilité

#### Après-midi partie 1 :

- Transformer votre expérience de vie en changeant de perspective
- Faire l'expérience de votre rapport au fait de gagner dans la vie

#### Après-midi partie 2 :

- Faire l'expérience de l'empathie approfondie (l'intuition)
- Sentir en vous la force de prendre des responsabilités et de maîtriser votre affectivité

### **JOUR 3 - L'engagement - (8h30)**

### Matinée partie 1 :

- Explorer votre relation avec le succès
- Observer votre relation avec l'engagement et vous engager là où vous le souhaitez

### Matinée partie 2 :

- Explorer différentes perspectives facilitant le travail en équipe
- Connaître et avoir des outils pour désamorcer des situations liées à la prévention du suicide
- Jeter un regard sur le passé et se débarrasser de certains obstacles émotionnels

### Après-midi partie 1 :

- Résolution de conflits, médiation
- Expérimenter la médiation

### Après-midi partie 2 :

- Les différents paradigmes de vie
- Expérimenter le cœur de la réussite : l'intention claire et comment atteindre son but

## **L'ENCADREMENT DE L'ACTION DE FORMATION**

La Formation en Communication Transformatrice est animée et développée en France depuis 2006. **Lionel Santucci**, coach et formateur, s'est formé aux Etats-Unis dans la Relation d'Aide (entretiens, coaching, accompagnement) basé sur la communication dans la relation d'aide de Gérard Egan et le mouvement « Human Potential ». Il possède une profonde expérience en relation avec la clarification mentale, la communication interpersonnelle et systémique. Sa vie, riche en expériences au contact de multiples cultures, aussi bien occidentales qu'orientales, représente un atout de valeur dans sa capacité d'adaptation relationnelle. Sa chaleur humaine et sa simplicité inspirent la confiance et facilitent un profond travail de développement personnel. Ses compétences et son intuition vous aideront à élargir votre vision et à vous dépasser.

## **LES MOYENS D'ÉVALUATION MIS EN ŒUVRE ET SUIVI**

- Une **feuille d'émargement** sera distribuée, datée et signée chaque jour (matin et après-midi) par chaque stagiaire et par notre formateur.
- Le **contrôle des acquis** s'effectue tout au long de la formation validant chaque étape par des mises en situation pratiques, les résultats sont tracés sur une grille d'évaluation.
- En fin de formation, une **évaluation des acquis et montées en compétences de chaque stagiaire sera effectuée**. Un **certificat de réalisation** est remis après évaluation des compétences par le formateur.
- Un **questionnaire de satisfaction** de la formation sera remis à chaque stagiaire le dernier jour de formation. Un bilan de la formation sera également réalisé par téléphone, quelques jours après la formation pour avoir le retour d'expérience du stagiaire.

Obligations pour valider la formation :

- Régler en intégralité la formation
- Être présent durant toute la durée de la formation
- Valider l'atteinte des objectifs lors de l'évaluation finale

## **LES APPLICATIONS PROFESSIONNELLES**

La Communication Transformatrice est actuellement reconnue et sollicitée pour ses résultats auprès de tous ceux qui ont le désir d'améliorer les relations qu'elles soient interpersonnelles ou systémiques, en milieu professionnel ou en milieu privé.

## **L'ÉTHIQUE**

Respect des lois, de la déontologie, de l'éthique et des limites du praticien.

### **CONDITIONS D'ACCÈS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION**

Pour tout contrat conclu à distance ou hors établissement, l'inscription s'effectue au minimum 14 jours ouvrés (à partir de la date de signature du contrat) avant la formation par une prise de contact par mail : [contact@comtransformative.com](mailto:contact@comtransformative.com) ou par téléphone au 07 77 73 38 61.

L'entrée en formation est accordée sous réserve de prérequis et elle sera validée suite à :

- Un entretien dont l'objectif est de collecter les besoins du bénéficiaire et de prendre en compte ses attentes. Lors de cet échange nous informons le bénéficiaire sur le calendrier, la durée et le lieu de la formation, les objectifs visés, les évaluations, l'organisation et le déroulement, ainsi que les possibilités de financement de l'action.
- Un questionnaire individuel de positionnement sera remis en amont de la formation à chaque stagiaire afin de pouvoir évaluer au mieux les besoins, les attentes et les objectifs de chacun.
- Enfin, une convention de formation, accompagnée d'un devis, est ensuite adressée pour validation par le bénéficiaire (employeur ou individu) et sera à compléter et à nous retourner daté et signé afin de finaliser votre inscription.

### **TARIF**

Le coût total de la formation s'élève à 550 € HT pour un particulier et 800 € HT par personne pour une entreprise (Exonérée de TVA en vertu de l'article 261-4-4°-a du Code Général des Impôts).

### **ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP**

La loi du 5 septembre 2018 pour la « liberté de choisir son avenir professionnel » a pour objectif de faciliter l'accès à l'emploi des personnes en situation de handicap. Notre organisme tente de donner à tous les mêmes chances d'accéder ou de maintenir l'emploi. Nous pouvons adapter certaines de nos modalités de formation, pour cela, nous étudierons ensemble vos besoins.

Pour toute question, merci de contacter Amélie BARRAL, par mail : [amelie@comtransformative.com](mailto:amelie@comtransformative.com) ou téléphone au : 07 77 73 38 61.

### **CONTACT**

Pour toute question relative à cette formation vous pouvez contacter les personnes référentes.

Amélie Barral

Mail : [amelie@comtransformative.com](mailto:amelie@comtransformative.com)

Téléphone : 07 77 73 38 61

Lionel Santucci

Mail : [lionel@comtransformative.com](mailto:lionel@comtransformative.com)

Téléphone : 06 33 40 84 35