

Formation

Communication Transformatrice

Conscience - Niveau 3

Chaque jour, nous faisons des choix, nous interagissons avec notre environnement, et souvent, parce que nous voulons que la réalité diffère de ce qu'elle est, nous utilisons notre énergie pour lui résister. Vivre consciemment signifie choisir ce que nous avons, et ce que nous faisons sans s'identifier au mélodrame de la vie, en harmonie avec notre environnement, humain ou matériel. Il s'agit d'agir et de trouver des solutions ou des réponses aux challenges que nous rencontrons, sans gaspiller notre énergie à lutter inutilement contre ce que nous ne pouvons pas changer, mais en co-créant avec.

Cette formation vous permettra, via des outils et des techniques, de prendre pleinement responsabilité de votre vie, de vous désidentifier du mélodrame de la vie et de connaître vos résistances au contexte humain qui vous entoure. Comme la formation niveau 1 Base, et la formation niveau 2 Avancée, la formation niveau 3 Conscience est une formation hautement expérientielle, intensive, conçue pour faciliter l'exploration et la résolution des problèmes que l'on rencontre durant la vie professionnelle ou personnelle, de manière efficace.

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

A l'issue de cette formation, vous serez à même de :

- Distinguer vos pensées, émotions, sensations (expérience humaine) ;
- Communiquer une expérience afin que l'autre vous capte ;
- Apprendre à accepter ce que l'on ne peut pas changer ;
- Explorer la totale responsabilité et le bénéfice de celle-ci ;
- Donner un sens à sa vie professionnelle.

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

- Avoir suivi la formation de Base Niveau 1 de la Communication Transformatrice.
- Avoir suivi la formation Avancée Niveau 2 de la Communication Transformatrice.

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 32 heures avec des pauses de 10 minutes toutes les deux heures environ.

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

Cette formation est animée en présentiel dans une salle louée pour l'occasion ou dans les locaux du demandeur de la formation.

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 - (8h)

Prendre conscience de nos émotions, sensations, pensées et les distinguer, c'est l'expérience humaine que nous faisons.

Travail proposé :

- Expérience de nos pensées, émotions et sensations ;
- Immédiateté : ce qui se passe ici et maintenant ;
- Attentes et stratégies d'auto-sabotage.

Durée et horaires :

1 jour (8 heures) : de 9h à 19h avec pause de 15 minutes toutes les deux heures environ et pause de 1h30 pour le déjeuner.

JOUR 2 - (8h)

Dans tous les domaines de la vie, c'est par la distinction que nous acquérons la connaissance. Et c'est en relation avec la connaissance de ces distinctions que nous devenons expert, ou maître d'un domaine, d'une science, d'une pratique, d'une connaissance, d'un métier.

Travail proposé :

- Distinguer émotions et jeux émotionnels, liberté et responsabilité, simple et simpliste, etc. ;
- Expérience ici et maintenant ;
- Émotions liées à des attentes.

Durée et horaires :

1 jour (8 heures) : de 9h à 19h avec pause de 15 minutes toutes les deux heures environ et pause de 1h30 pour le déjeuner.

JOUR 3 - (8h)

Qu'est-ce que le contexte humain et comment nous résistons à celui-ci ? Comment prendre responsabilité de ce que l'on vit ?

Travail proposé :

- Résister au contexte humain amène plus de souffrance que le contexte lui-même ;
- Expérimenter le contexte humain et nos résistances.

Durée et horaires :

1 jour (8 heures) : de 9h à 19h avec pause de 15 minutes toutes les deux heures environ et pause de 1h30 pour le déjeuner.

JOUR 4 - (8h)

Pratique de la méditation et gestion du stress, inspirée des anciennes techniques de yoga.

Travail proposé :

- Méditation pleine conscience ;
- Cultiver la conscience, la pleine responsabilité ;
- Gérer ses émotions.

Durée et horaires :

1 jour (8 heures) : de 9h à 19h avec pause de 15 minutes toutes les deux heures environ et pause de 1h30 pour le déjeuner.

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.
- 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 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 600 € HT pour un particulier et de 1000 euros 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 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

Téléphone : 07 77 73 38 61

Lionel Santucci

Mail : lionel@comtransformative.com

Téléphone : 06 33 40 84 35