

# Formation Combinée

## Communication Transformatrice

Cette formation vous permet d'améliorer vos interactions professionnelles et personnelles ainsi qu'à développer les compétences professionnelles des participants en leur fournissant les connaissances théoriques et pratiques nécessaires pour exceller dans leur domaine d'expertise. Vous apprendrez à transmettre vos idées de manière claire et convaincante, à écouter activement, à comprendre les besoins de vos interlocuteurs, ainsi qu'à gérer efficacement les conflits. Une bonne communication renforce votre leadership, favorise la collaboration au sein de vos équipes et améliore la satisfaction client. En investissant dans cette formation, vous optimisez vos capacités à influencer positivement votre environnement et à atteindre vos objectifs avec plus d'efficacité.

À l'issue de la seconde partie de la formation, les apprenants seront capables de comprendre et d'appliquer des concepts clés, de résoudre des problèmes complexes, et de contribuer de manière efficace à leur environnement de travail. La formation vise également à renforcer les capacités d'analyse critique, de prise de décision et de communication, permettant ainsi aux participants de s'adapter aux évolutions du secteur et d'innover dans leurs pratiques professionnelles.

### OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

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

- Discerner les obstacles à une communication effective ;
- Connaître les différents outils de communication comprenant une charge émotionnelle ;
- Pratiquer l'écoute empathique pour gérer une situation chargée émotionnellement (stress, colère, angoisse, etc.) ;
- Être en mesure de faire la différence entre une position de victime et un rôle responsable ;
- Maîtriser les outils pour désamorcer des situations liées à la prévention du suicide ;
- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Maîtriser les situations de crises en équipe ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### PUBLIC VISÉ

Tout public.

### PRÉ-REQUIS

Aucun prérequis.

### 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 États-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 travail profond. Ses compétences et son intuition vous aideront à élargir votre vision et à vous dépasser.

### **MODALITÉS D'ACCÈS**

A la signature de la convention ou du contrat de formation et/ou à la validation de la prise en charge par l'organisme financeur. Pour tout contrat ou convention conclu à distance ou hors établissement, la durée de rétractation est de 14 jours ouvrés, pour tous les contrats signés en face à face la durée de rétractation est de 10 jours.

### **DÉLAI D'ACCÈS**

-Pour les formations qui sont planifiées possibilité d'intégrer la formation jusqu'à 24h avant en fonction des places disponibles (se référer au planning sur le site).

-Pour les formations intra-entreprises un mois avant le début de la formation

### **DURÉE DE LA FORMATION**

La formation dure 25 heures, réparties sur 3 jours.

### **MODALITÉS PÉDAGOGIQUES**

Cette formation peut être animée :

- En présentiel dans une salle louée pour l'occasion ou dans les locaux de l'entreprise dans le cas d'une formation en intra.

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, est remise à chaque participant durant la formation. Elle constitue un support utilisé pendant la formation et aussi un outil de travail post-formation.

### **CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION**

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

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

- 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
- Prendre responsabilité de votre vie, conscience du lien entre liberté et responsabilité
- Transformer votre expérience de vie en changeant de perspective
- Faire l'expérience de votre rapport au fait de gagner dans la vie
- 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)**

- Explorer votre relation avec le succès
- Observer votre relation avec l'engagement et vous engager là où vous le souhaitez
- 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
- Résolution de conflits, médiation
- Expérimenter la médiation
- Les différents paradigmes de vie
- Expérimenter le cœur de la réussite : l'intention claire et comment atteindre son but

### **JOUR 4 - Gestion des émotions - (9h)**

Les exercices de cette journée, nombreux et interactifs, ont pour but de prendre conscience des obstacles que peuvent présenter nos habitudes émotionnelles et les croyances qui y sont liées (système de survie). De les vivre afin de s'en libérer, et de créer ainsi un nouvel espace où une nouvelle communication sera possible. Un autre aspect de cette journée est de ne plus être réactif mais proactif face à une situation chargée d'émotion : ne plus réagir avec automatisme mais donner une réponse en conscience. Cette journée permet d'identifier et d'expérimenter la différence entre habitude mécanique de communication et réponse consciente.

#### Travail proposé :

- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **JOUR 5 - Bagages encombrants, gérer une situation d'urgence - (9h)**

Prendre en compte nos habitudes de comportement, habitudes émotionnelles et habitudes de communication transgénérationnelles.

Se connecter aux qualités recouvertes. Prendre conscience de votre degré de participation dans un groupe. Apprendre à gérer une situation extrême de conflit, de danger et d'urgence. Un des thèmes importants de cette journée est votre relation avec le temps et la vie en général, et pourquoi certains choisissent le suicide.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;

- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Maitriser les situations de crises en équipe ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **JOUR 6 - Énergie fluide dans un groupe, gestion de la colère et autres émotions - (9h)**

Explorer comment créer une énergie fluide et claire dans un groupe. Qu'est-ce que la colère et comment la gérer ? Observer votre perception du monde et de la réalité. Créer une confiance profonde dans une équipe.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle.

### **JOUR 7 - Le jeu saboteur dans l'équipe et les ressources - (9h)**

Changer les jeux saboteurs par des valeurs qui enrichissent l'individu et le groupe. S'engager envers soi-même et envers les autres. Vivre dans une équipe.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Maitriser les situations de crises en équipe ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **Jour 8 - Ces qualités qui créent des valeurs (9h)**

Se connecter avec des qualités qui vont créer de la valeur pour soi et au sein de l'équipe, et manifester ces qualités à travers des mises en situations concrètes. Cela permet de faire ressortir l'efficacité d'une relation nouvelle à nos émotions habituelles (exemple peur), sortir de la zone de confort et manifester une partie de nous-même méconnue.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Maitriser les situations de crises en équipe ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **Jour 9 - Emporter ce travail avec soi, les clés, remise des certificats - (8h)**

Vivre le monde en incarnant les qualités redécouvertes et utiliser des clés afin de rester connecter avec le travail accompli.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **Jour 10 - Initiation au coaching individuelle, ressources inattendues - (7h)**

Développer des outils de base du coach, explorer d'autres ressources humaines inconnues et fin de formation.

#### Travail proposé :

- Élaborer des stratégies visant à renforcer les valeurs au sein de l'équipe ;
- Réaliser des actions pour découvrir votre relation à l'engagement (sortir de sa zone de confort) ;
- Vivre les conséquences de la gestion inefficace de nos émotions et ainsi découvrir d'autres comportements et attitudes plus adaptés, au travers de mises en situations ;
- Maîtriser l'art du feedback, tant dans sa formulation que dans sa réception, pour optimiser la communication interpersonnelle ;
- Faire la liste des freins qui empêchent le développement de votre potentiel.

### **MODALITÉS D'ÉVALUATION**

- **L'évaluation 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 de chaque stagiaire sera effectuée**. Un **certificat de réalisation** est remis après évaluation des compétences par le formateur.
- Un **questionnaire** est remis à chaque stagiaire le dernier jour de formation.

### **L'ÉTHIQUE**

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

### **TARIF**

Le coût total de la formation s'élève à 2885 € pour un particulier et 4700 € par personne pour tout type de financement (entreprise, OPCO, etc.). Exonérée de TVA en vertu de l'article 261-4-4°-a du Code Général des Impôts.

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

Pour toute personne en situation de handicap, 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