

Présence à soi, accueil de l'autre

*Développer confiance et sécurité dans la relation
Perfectionner sa posture d'accompagnant*

Mis à jour le 15/06/2023

Durant ma longue expérience de consultant, de dirigeant puis de coach je me suis souvent retrouvé en difficulté face à une tension relationnelle que je n'arrivais pas à transformer.

La rencontre de la **Communication NonViolente** puis de la **Théorie Polyvagale** m'ont donné des clés essentielles pour accueillir et traiter ce genre de situation et ont, de surcroit, totalement transformé ma posture et ma pratique professionnelle. Ce sont ces **clés** que nous vous proposons d'acquérir lors de cette formation.



Bénéfices de la formation :

Cette formation s'adresse aux professionnels de l'accompagnement dans une démarche transformatrice (coachs, thérapeutes, formateurs, éducateurs...), aux personnes en situation de gestion de ressources humaines et responsables d'équipe, aux professionnels de la relation d'aide ou aux personnes en reconversion vers l'un de ces métiers, qui cherchent à :

- Développer une posture consciente, soutenante et inspirante
- Asseoir cette posture sur une capacité à :
 - ✓ réguler ses mécanismes de défense pour développer sécurité intérieure et confiance
 - ✓ répondre de manière souple et ouverte aux situations de tension
 - ✓ développer des relations authentiques porteuses d'un dialogue constructif,
- Développer présence, intuition et perception élargie au champ systémique

Références pédagogiques :

- "Théorie Polyvagale " de Stephen Porges et Deborah Dana
- Somatic Expression" de James McHugh : développer ses capacités de perception / explorer l'état de "présence ouverte"
- "Communication NonViolente" de Marshall Rosenberg
- Neurosciences : gouvernance et orchestre neuronal / gestion des modes mentaux
- Apports théoriques, expérimentations individuelles et collectives autour de la « Théorie U » d'Otto Scharmer,
- Approche systémique : apports théoriques / expérimentation "Social Presencing Theater"

Objectifs pédagogiques généraux :

A l'issue de la formation, vous serez davantage en capacité de :

- **Faire l'expérience du "flow" :**
 - Développer en vous-même un espace de sérénité, d'ouverture, d'empathie et de créativité, (état "vagal ventral")
 - Identifier précisément vos états dérégulés et ce qui les déclenche,
 - Développer vos ressources pour revenir consciemment dans un état régulé et serein,

- **Depuis cet état de "flow", revisiter et transformer vos habitudes relationnelles:**
 - Développer votre empathie et votre capacité à accueillir sans interpréter, sans juger et sans imposer de conseils,
 - Ecouter vos besoins , développer votre authenticité et votre assertivité,
 - Aborder les tensions relationnelles en prenant en compte vos besoins et ceux des autres,

- **Développer votre présence, vos ressentis et votre intuition:**
 - Être présent et savoir écouter les signaux de votre corps,
 - Prendre conscience de l'espace depuis lequel vous êtes en train d'agir et être capable d'en changer
 - Ecouter votre intuition et développer votre sensibilité au champ relationnel et systémique

NB : Une attestation de formation incluant 3 journées de Communication NonViolente délivrées par une formatrice certifiée sera fournie à l'issue du stage

Conditions d'accès :

Aucun prérequis n'est nécessaire .

Un entretien avec l'un des intervenants est cependant nécessaire pour valider votre inscription.

Date limite d'inscription: 5 jours avant le démarrage du 1er module.

Groupe limité à 16 participants.

Afin que nos formations soient accessibles à tous et toutes, nous invitons les personnes en situation de handicap qui ont besoin d'aménagements à nous le signaler en nous contactant directement.

Structure et durée :

La durée de la formation est de 42 heures en présentiel en **deux modules de 3 Jours**:

- du **jeudi 7/03 au samedi 9/03/2024** (9h30-18h00) et
- du **jeudi 4/04 au samedi 6/04/2024** (9h30-18h00)

A noter : les modules ne peuvent être réalisés indépendamment.

Approche pédagogique:

- Le processus proposé est impliquant et puissant. Il associe et intègre de manière innovante plusieurs approches :
 - Neurobiologique pour se connecter à ses ressources de base et développer sa sécurité intérieure ,
 - Somatique pour développer ses ressentis corporels et se relier au vivant en nous et autour de nous
 - Relationnelle pour communiquer avec authenticité,
 - Systémique pour acquérir une vision globale et agir efficacement dans la complexité
- Le stage intègre apports didactiques, pratiques corporelles, techniques d'éveil et d'expression créative, réflexion individuelle et en groupe,
- La pédagogie est expérientielle : expérimentations, mises en situation et intégration au travers des échanges entre les participants et avec les formateurs sont privilégiés,
- Nous prenons un soin particulier à ce que l'environnement d'apprentissage soit totalement sécurisant pour les participants de façon que chacun puisse oser et explorer à son rythme et selon ses besoins propres.
- Remise d'un dossier d'apports conceptuels de référence

Modalités d'évaluation:

- Un questionnaire d'auto-évaluation est distribué en début et en fin de formation de façon à ce que chacun puisse mesurer sa progression dans l'atteinte des objectifs ci-dessus.
- Un questionnaire de satisfaction à chaud est distribué en fin de formation afin d'évaluer le niveau de satisfaction des stagiaires concernant le déroulé pédagogique, les conditions logistiques et la qualité des intervenants.
- Un questionnaire de satisfaction à froid est ensuite envoyé dans un délai de 2 à 3 mois afin d'évaluer la satisfaction des stagiaires sur l'impact de la formation et de recueillir leurs suggestions d'amélioration.

Lieu et modalités d'accès :

Une salle confortable et équipée (vidéo projecteur, paperboard, wifi, etc.) au calme, dans un grand jardin arboré à Muret - 25mn sud de Toulouse.
Repas végétariens et bio préparés sur place facturés en complément.



Parking dans l'enceinte du lieu de stage.
Hébergements à proximité sur demande (à la charge du stagiaire)
En cas d'aménagement spécifique lié à un handicap, nous contacter.

Tarifs et financement :

Nous souhaitons rendre ce parcours de formation le plus accessible possible.

Pour les professionnels;

Nous sommes organisme de formation non assujetti à la TVA et **certifié Qualiopi**, c'est à dire que **nos formations sont finançables par les OPCO au titre de la formation professionnelle** :

- Indépendants, Associations : 1 320 €
- Entreprises : 1980 €

Pour les particuliers (autofinancement) :

Nous proposons une **participation fixe minimale pour les frais** et un complément sous forme de **participation libre et consciente** pour les intervenants :

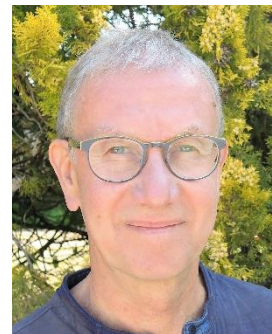
- Participation fixe aux frais (payable à l'inscription) : 400 €
- Rémunération des formateurs en participation libre et consciente :
La participation consciente est la somme que vous souhaitez ou pouvez donner en conscience pour ce que vous avez vécu.
 - Aucun montant n'est fixé ou proposé mais la participation est obligatoire.
 - La participation consciente fait l'objet d'un temps d'explication de partage au début mais également à la fin de la formation.
 - Le montant total récolté, la moyenne, le montant le plus bas et le plus haut sont communiqués à l'ensemble des participants au processus

Intervenants:

Eric Sanner

Formé au coaching en 2003 (Coach & Team- V Lenhardt) après une carrière dans le conseil puis au sein de grandes entreprises internationales, j'accompagne les dirigeants et leurs équipes mais aussi les coachs et les consultants (co-fondation du D.U. de coaching de l'Université de Toulouse en 2008 - animation de cycles de supervision depuis 2014) .

Outre la méditation et le mouvement libre, j'ai progressivement intégré à ma pratique professionnelle les nombreuses approches auxquelles je me suis formé : Constellations systémiques, Théorie U, Holacracy, Travail qui Relie, Somatic expression, Communication NonViolente, Théorie polyvagale, Intelligence Relationnelle , approches que j'ai à cœur de transmettre à mon tour .



Danielle Escoula



Formatrice certifiée en Communication NonViolente, Somatothérapeute, formée à l'Intelligence Relationnelle® et à la transformation constructive des conflits, j'aide les personnes et les groupes à identifier leurs sources de stress et d'inconfort et j'aime soutenir chacun à se reconnecter à lui-même et aux autres avec conscience et ouverture.

Je tiens à partager ces outils qui ont soutenu mon épanouissement personnel et professionnel.

Nous serons tous deux présents sur la majeure partie du programme de façon à garantir un accompagnement optimal



[Eric Sanner](#)

[Danielle Escoula](#)

Inscription :

eric.sanner@renaissens-consulting.com (référent pédagogique et administratif)

T. : 06 85 33 04 94

www.renaissens-consulting.com

danielle.escoula@yahoo.fr

T. : 06 21 46 41 55

www.eclorealajoie.fr