



Marion Llopis

1 rue des rossignols

05000 Gap

@: contact@marionllopis.com

Tel : +33 (0)6 30 70 50 03

Programme de Formation La Communication de Coeur

Durée : 1 jour 1/2

Public

Toute personne désireuse de communiquer depuis un espace de coeur, de manière authentique et empathique quel que soit le domaine d'application : professionnel, personnel (familial, social, relation de couple, etc.)

Prérequis

- ✓ Une connaissance de la loi d'attraction ou de la loi de résonance
- ✓ Une certaine connaissance des émotions, si possible mise en pratique de régulation ou libération émotionnelle

Objectifs pédagogiques

- ✓ Connaître les fondamentaux d'une communication de coeur et comprendre en quoi l'intention y joue un rôle prédominant
- ✓ Identifier ce qui bloque la communication
- ✓ Savoir ce qu'est l'écoute empathique et comment créer les conditions favorables à une bonne écoute
- ✓ Savoir ce qu'est l'assertivité et comment la développer
- ✓ Identifier les attitudes refuges qui bloquent la communication et mon mécanisme prédominant.
- ✓ Disposer d'une méthode et de fiches clés pour permettre d'exprimer ses besoins en respectant ceux des autres

Contenu de la formation

Matinée

Les fondamentaux d'une communication de coeur : Intention, Ancrage et Respiration
Identifier ce qui bloque la communication

Après-midi

L'écoute empathique

L'assertivité et les comportements refuges

S'exprimer depuis le coeur en s'appuyant sur ces émotions et ses besoins

Organisation de la formation

Moyens pédagogiques et techniques

- ✓ Livret stagiaire avec l'ensemble des diapos et outils.
- ✓ Auto-diagnostic pour identifier ses comportements refuges et son degré d'assertivité actuelle.
- ✓ Entraînement à manier les outils de l'intuition, de l'écoute et de l'assertivité sur des situations concrètes personnelles ou professionnelles
- ✓ Chaque élément du programme sera abordé par le biais d'exercices proposés par le formateur et d'un cas fil rouge personnel soumis par chaque stagiaire.
- ✓ Remplissage progressif au cours de la formation d'une carte heuristique (mind map)

Dispositif de suivi de l'exécution et d'évaluation/appréciation des résultats de la formation

- ✓ Chaque participant aura l'occasion de préparer et débriefer par deux les 3 étapes de la communication (intention, écoute et expression) sur le sujet de son choix : professionnel ou personnel
- ✓ Entraînement à l'ensemble des outils sur ses propres cas
- ✓ Emargement par demi-journée
- ✓ Quizz
- ✓ Evaluation de satisfaction de fin de formation

La formatrice

Marion Aurélie Llopis, formée en ludopédagogie, ludocoaching et ancienne ingénieure aéronautique accompagne depuis 2020 les êtres dans la re-découverte et la pleine expression de qui ils sont dans l'amour et la joie. Depuis 2016, elle pratique une communication basée sur une intention d'amour, incluant l'écoute empathique et l'expression de l'être dans son authenticité.

Que ce soit par le biais d'accompagnement individuel, de conférences ou de séminaires, elle a à coeur de soutenir les êtres dans leur chemin de conscience et de coeur appliqué dans toutes les sphères de la vie.

