



Management, intelligence collective  
Leadership conscient

## Catalogue formations 2021

Le monde de demain est déjà là, êtes-vous prêt ?



# UN ACCOMPAGNEMENT GLOBAL POUR S'ADAPTER A UN MONDE QUI CHANGE

Notre société change, nos entreprises s'adaptent à un monde qualifié de VICA (Volatile, Incertain, Complexe, Ambigüe), notre leadership et notre management doivent aussi s'adapter en profondeur.

C'est toute la proposition de Résonance-Conseil, mettre en œuvre des formations et des accompagnements permettant d'obtenir un meilleur équilibre, une plus grande recherche de sens et s'ouvrir à une plus grande conscience.

C'est dans ce but que Jean-Michel VINCENT à aussi créé l'association « centre pour un leadership conscient », dont le but est d'auto-financer des accompagnements, quasi gratuits, de jeunes au travers des actions réalisées en entreprises, que ce soit sur la gouvernance ou le leadership.

Nos jeunes sont les leaders de demain.

Le « centre pour un leadership conscient » a été récompensé dans cette initiative en devenant lauréat du trophée RSO 2021 (responsabilité sociétale des organisations) de l'iaeLyon business school.  
Cette récompense est un gage de notre crédibilité.

Quelques soient les troubles que nous allons traverser, le cœur de la société est le travailler ensemble, associations, entreprises, organisations. Il devient donc urgent que le management et le leadership évoluent vers de profondes valeurs humaines, vers plus de coopération, plus de sens, plus de conscience et cela sans prosélytisme mais par la recherche d'un engagement vers plus d'autonomie, de responsabilité individuelle au service du collectif pour aller vers un monde plus apaisé.

Nous faisons humblement notre part.

Jean-Michel VINCENT

Dirigeant de Résonance-Conseil

Président fondateur du « centre pour un leadership conscient »



## Table des matières

UN ACCOMPAGNEMENT GLOBAL POUR S'ADAPTER A UN MONDE QUI CHANGE .....	2
BIAIS COGNITIFS : .....	4
INTELLIGENCE COLLECTIVE : .....	6
GERER SES EMOTIONS PAR LES 5 MOUVEMENTS.....	8
MODELE DES FACTEURS DE REUSSITES, S.F.M <sup>TM</sup> de Robert Dilts.....	11
FORMATION LONGUE « CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT » .....	13
CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #1 : .....	14
RETROUVER UN EQUILIBRE CORPS, EMOTIONS, MENTAL.....	14
CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #2 : .....	16
EMPATHIE, INTUITION, COMMUNICATION AVEC LE VIVANT .....	16
CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #3 : .....	18
IMMERSION EN NATURE, DECONNEXION NUMERIQUE, INTELLIGENCE COLLECTIVE .....	18

FORMATION EN PRÉSENTIEL (pour le distanciel contactez-nous)

# BIAIS COGNITIFS : Améliorer ses prises de décisions, ses relations, diminuer son stress. Disposer de son test des matrices cognitives<sup>©</sup>

## OBJECTIF

Renforcer et améliorer ses prises de décisions, son efficacité ses relations.

Disposer de son test des matrices cognitives et identifier vos biais cognitifs.

Efficacité du leadership

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Améliorer ses prises de décisions.
- Améliorer ses relations aux autres.
- Améliorer son efficacité
- Connaitre son Test des Matrices Cognitives<sup>©</sup>.
- Autonomie d'action sur ses propres biais et

Tarif 1450 € HT

par participant hors repas et hébergement

Réf. MN-BC01

Contact : 06 71 63 27 93

jmv@resonance-conseil.eu



■ RÉPUBLIQUE FRANÇAISE

## PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne désirant s'engager dans un processus d'amélioration professionnel innovant

## PRE-REQUIS

Aucun

## INSCRIPTION FORMULAIRE



## MODALITÉ D'ACCES

Demande individuelle ou service formation entreprise

## MÉTHODES ET MOYENS

Présentation écran, livret de travail.

## DEROULEMENT

40% théorie 60% pratique



Attestation de formation



Modalité

Présentiel  
A distance, nous consulter



Effectif par session

3 mini / 12 maxi



Durée

21 heures / 3 jours

## LE PLUS DE LA FORMATION :

- Un animateur certifié, sur le Test des Matrices Cognitives<sup>©</sup> créé par le cabinet Chryssippe et certifié qualité pro par le CNEFOP.

# PROGRAMME

*Note : le test des matrices cognitives est inclus dans la formation.*

## JOUR 1

### Vue d'ensemble des biais cognitifs

- Historique.
- Présentation des biais cognitifs.
- Les modèles matrices cognitives.
- Le test des matrices cognitives.
- Les 3 axes d'amélioration.

### L'axe efficacité

- Pouvoir identifier les leviers efficaces d'une situation.
- Pouvoir rester lucide et rationnel.
- Prendre des décisions adaptées.
- Exercices, pratiques, études de cas.

## JOUR 2

### L'axe relations aux autres

- Rendre ses relations aux autres plus flexibles.
- Apprendre à se décentrer.
- S'ouvrir à l'innovation.
- Acquérir de l'autonomie.
- Exercices pratiques, études de cas.

### L'axe bien-être.

- Obtenir une vision équilibrée d'une situation.
- S'adapter à la complexité.
- Être orienté solution vs problème
- Exercices pratiques, études de cas.

## JOUR 3

### Analyse du test individuel Matrices Cognitives

- Identifier les matrices vulnérables et les biais cognitifs associés.
- Travail de groupe.
- Modifier les croyances limitantes associées à ses biais.
- Recherche de croyances aidantes
- Travail de groupe.
- Méthodologie d'intelligence collective pour limiter les biais cognitifs.
- Travail de groupe.

### NOTE :

Cette formation peut aboutir à élaborer un accompagnement individuel approfondie (coaching orienté solution). Des conditions particulières s'appliqueront pour les stagiaires participants à cette formation.

**FORMATION EN PRÉSENTIEL**

# INTELLIGENCE COLLECTIVE :

## Pour leaders, managers, responsables d'équipe

### OBJECTIF

Connaitre les fondamentaux de l'intelligence collective.  
 Incarner une posture de facilitateur.  
 Appliquer les outils et accompagner leur mise en place dans un contexte entreprise.

### COMPETENCES DEVELOPPEES

- Obtenir une vision globale des méthodes et outils.
- Implémentation de l'intelligence collective dans votre entreprise ou service.
- Disposer d'un langage commun avec des facilitateurs professionnels intervenants.
- Agilité et innovation.

Tarif	1450 € HT
par participant hors repas et hébergement	
Réf.	MN-IC01
Contact : 06 71 63 27 93	
jmv@resonance-conseil.eu	



### PUBLIC CONCERNÉ

Toute personne en responsabilité désirant innover dans la conduite d'équipe et/ou en recherche de créativité et d'innovation

### PRE-REQUIS

Aucun

### INSCRIPTION [FORMULAIRE](#)



### MODALITÉ D'ACCES




Demande individuelle ou service formation entreprise

### MÉTHODES ET MOYENS

Essentiellement travail de groupe. Livret de travail

### DEROULEMENT

30% théorie 70% pratique

 Attestation de formation	 Modalité Présentiel	 Effectif par session 6 mini / 20 maxi	 Durée 21 heures / 3 jours
---	---	--	---

### LE PLUS DE LA FORMATION :

Un à deux animateurs / facilitateurs certifiés, en intelligence collective et certifiés qualité pro par le CNEFOP.

# PROGRAMME

Intelligence collective pour leaders, managers et responsables d'équipes.

## JOUR 1

### Vue d'ensemble de l'intelligence collective

- Historique.
- Les méthodes du JE vers le NOUS.
- Les méthodes du NOUS vers le JE.
- L'innovation par l'intelligence collective.
- La limitation des biais cognitifs par l'intelligence collective.
- La posture de facilitateur de l'intelligence collective.

### Les fondamentaux

- Etat de présence.
- Communication ouverte et bienveillante.
- Responsabilité émotionnelle.
- Exercices pratiques.

## JOUR 2

### World café, forum ouvert (JE vers NOUS)

- Les principes de base.
- Contexte d'utilisation, environnement d'utilisation.
- Mise en place des méthodes, relations clients/facilitateurs.
- Expérimentation WORD CAFE.

### Co développement (NOUS vers JE).

- Principes de base.
- Contexte et environnement d'utilisation
- Expérimentation d'un CODEV.

## JOUR 3

### Méthode Disney (innovation)

- Principes de base, le rêveur, le rationnel, le critique.
- Expérimentation en groupe.
- Aperçu du modèle S.F.M (modélisations des facteurs de succès) de Robert Dilts.

### Mise en place d'un projet d'IC dans votre entreprise.

- Elaborer un plan, fédérer vos équipes.
- Préparer une intervention d'IC dans votre structure.

FORMATION EN PRÉSENTIEL OU DISTANCIEL

# GERER SES EMOTIONS PAR LES 5 MOUVEMENTS

## OBJECTIF

Gérer sa charge émotionnelle dans votre quotidien professionnel est devenu une nécessité qui améliore le bien-être et ses relations avec son équipe et ses pairs.

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Améliorer son imperméabilité au stress.
- Augmenter sa lucidité.
- Conserver son intégrité.
- Calmer les pensées nocives liées au surmenage

Tarif 1150 € HT

par participant hors repas et hébergement

Réf. présentiel MN-EM01

Réf. distanciel MN-EM02

Contact : 06 71 63 27 93

[jmv@resonance-conseil.eu](mailto:jmv@resonance-conseil.eu)



## PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

## PRE-REQUIS

Aucun

## INSCRIPTION [FORMULAIRE](#)



## MODALITÉ D'ACCES

Demande individuelle ou service formation entreprise

## MÉTHODES ET MOYENS

Essentiellement travail de groupe.

## DEROULEMENT

30% théorie 70% pratique



Attestation de formation



Modalité

Présentiel ou distanciel



Effectif par session

6 mini / 12 maxi



Durée

2 jours / 14 h ou  
2h / jour sur 5 jours

## LE PLUS DE LA FORMATION :

Un apport essentiel dans la vie professionnelle pour son bien-être.

Un animateur à la fois coach et thérapeute spécialisé dans la gestion des émotions.



# PROGRAMME

## Présentation

L'événement du COVID19 et le confinement qu'il a entraîné, nous a offert la plus grande opportunité de questionner nos modes de vie, nos modes de pensées et nos modes d'actions. Nous nous inscrivons dans une nouvelle ère de changement de paradigme en intégrant la conscience au centre de chaque parole et acte.

Pour faire face à cela, la gestion des émotions est la base la plus concrète pour chacun et chacune d'entre nous.

Dans ce sens, nous proposons ce parcours des 5 mouvements afin de découvrir, comprendre et clarifier chacune des 5 émotions constituante de l'individu. Notre proposition est de sensibiliser les entreprises et les équipes dirigeantes à une plus grande ouverture de conscience avec le nécessaire besoin de se connaître et de s'équilibrer.

## Contenu

La formation alternera entre des apports théoriques et des exercices pratiques afin de travailler simultanément sur 2 plans :

En situation d'urgence : savoir comment conserver son intégrité sans céder au stress et sans s'identifier à ses émotions.

En préventif : les exercices enseignés peuvent, s'ils sont pratiqués régulièrement, apporter un soulagement global en calmant les pensées nocives liées au stress et au surmenage.

## Déroulé

Approche énergétique des émotions selon les 5 modalités chinoises et le Taiji: d'où viennent-elles, où sont-elles dans l'individu, comment fonctionnent-elles et enfin comment s'expriment-elles?

Exercice respiratoire de nettoyage émotionnel (kapalabbathie qui en sanscrit signifie « tête vide »).

Pratique d'expansion de conscience afin d'être pleinement présent à soi. •

Conseils & échanges sur des bonnes pratiques « bien-être » au quotidien sans prendre un temps dédié pour cela (la magie de l'intention).

## Les « + » de cette formation

Des méthodes concrètes et simples.

Des stratégies anti-stress efficaces pour pérenniser les acquis.

Une approche adaptée et évolutive en fonction de chaque groupe.

## Planning

2 jours en immersion totale sur les 5 modules en version présentiel (ref :MN-EM01)

5 modules consécutifs de 2 heures sur les 5 mouvements énergétiques en version distancielle. (ref MN-EM02)

Chaque webinaire se décline sur une modalité associée à son émotion et ses pratiques pour la clarifier.

## MODULE 1:

La terre ou l'intersaison. Développer l'ancrage et l'enracinement. Travail sur l'émotion associée l'anxiété et son potentiel la stabilité.

## MODULE 2:

Le métal ou l'automne. Développer la structure et l'alignement. Travail sur l'émotion associée la tristesse et son potentiel la justesse.

## MODULE 3:

L'eau ou l'hiver. Développer sa capacité de ressourcement. Travail sur l'émotion associée la peur et son potentiel l'adaptabilité.

## MODULE 4:

Le bois ou le printemps. Développer sa vitalité et sa créativité. Travail sur l'émotion associée la colère et son potentiel la force de faire.

## MODULE 5:

Le feu ou l'été. Développer sa capacité de souveraineté intérieure. Travail sur l'émotion associée la joie et son potentiel le rayonnement.

**FORMATION EN PRÉSENTIEL**

# MODELE DES FACTEURS DE REUSSITES, S.F.M™ de Robert Dilts.

Entreprises, start'up donnez l'élan à votre projet.

## OBJECTIF

Trouver la différence qui fait « la différence » pour permettre à votre projet d'entreprise de prendre son envol. Renforcer la cohérence entre votre « vision » et votre « ambition ».  
Définissez votre « rôle » et votre « mission » d'entrepreneur.

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Clarifier son projet.
- Renforcer sa posture d'entrepreneur.
- Découvrir et appliquer les facteurs clés de réussite.
- Clarifier ses relations clients et de partenariats, les transformer en relation gagnant/gagnant.

Tarif	1450 € HT
par participant hors repas et hébergement	
Réf.	MN-SFM
Contact :	06 71 63 27 93
jmv@resonance-conseil.eu	



## PUBLIC CONCERNÉ

Créateurs, repreneurs d'entreprises, start'up, managers

## PRE-REQUIS

Aucun

## INSCRIPTION FORMULAIRE



## MODALITÉ D'ACCES

Demande individuelle ou service formation entreprise

## MÉTHODES ET MOYENS


Essentiellement travail de groupe. Livret de travail

## DEROULEMENT


30% théorie 70% pratique



Attestation de formation



Modalité  
Présentiel



Effectif par session  
6 mini / 20 maxi



Durée  
21 heures / 3 jours

## LE PLUS DE LA FORMATION :

Un à deux animateurs / facilitateurs certifiés au modèle SFM, certifiés qualité pro par le CNEFOP.

## PROGRAMME

## Le modèle des facteurs clés de réussite S.F.M de R. Dilts

### Point clé du modèle

- Tout commence avec la PASSION d'entreprendre.
- Présentation du modèle SFM.
- La VISION de votre projet et sa mise en action en fixant votre AMBITION
- Votre MISSION et votre RÔLE d'entrepreneur
- Le cercle de succès du modèle SFM.

### L'importance du rêve pour l'innovation

- Du rêve à l'action, la méthode Disney.
- Exprimer votre Passion dans votre Vision, et l'incarner.
- Partager votre innovation avec Passion.
- Exercices pratiques.

### Du rêve à l'action, votre MISSION

- Clarifier la MISSION de votre entreprise pour servir votre VISION.
- Clarifier votre AMBITION et votre RÔLE dans cette VISION
- Travail de groupe.

### AMBITION et RÔLE

- Quelles sont vos forces et faiblesses.
- Quels sont vos partenaires
- Quels sont vos clients, quels sont vos concurrents.
- Poser des relations gagnant/gagnant.
- Travail de groupe

### Etablir et affiner votre cercle de succès

- S'adapter aux changements, agilité.
- Leadership transformationnel, leadership conscient.
- L'utilité de l'intelligence collective.
- Travail de groupe

### Note :

Ce premier module peut conduire à un accompagnement global du projet d'entreprise sous forme de coaching et d'enseignements, nous consulter.

Il peut idéalement être complété avec le module MN-IC01 « intelligence collective pour leaders et managers »

# FORMATION LONGUE « CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT »

Notre postulat pour cette formation est le suivant :

**Un leader ou un manager qui a conscience de lui-même, de son environnement proche, personnes et nature, de son environnement plus lointain comme la planète et plus, alors, ce leader prendra des décisions éthiques, responsables, totalement incarnées et en résonance avec l'ensemble du vivant de la planète.**

C'est notre pari pour envisager un futur plus apaisé.

Cette formation, cet accompagnement sont réalisés en partenariat avec l'association « centre pour un leadership conscient » qui vient d'être lauréate du trophée RSO 2021 de l'iaeLyon Business School, gage de crédibilité de ce projet.

3 modules de 5 jours composent cette formation. C'est un véritable engagement pour un travail en profondeur.

module 1 : retrouver un équilibre corps, émotions, mental.

module 2 : empathie, intuition, connexion au vivant.

module 3 : immersion en nature, intelligence collective.

Il est important de savoir que 20% des sommes qui seront perçues pour cette formation financeront des accompagnements qui ne coûteront que 10€ (hors repas, hébergements) pour les jeunes. Ces accompagnements seront aussi inspirés par la formation sur le leadership conscient, et aussi pour trouver son autonomie, son équilibre intérieur, aider à l'orientation scolaire ou le développement d'un projet.

Cette formation représente un réel engagement individuel pour les personnes désirant la suivre. C'est le gage d'une transformation intérieure profonde pour ensuite se mettre au service, comme dans la notion de « servant leadership ».

C'est aussi contribuer à l'avenir de nos jeunes.

Nous aimons souvent citer cette phrase de Orens Lyons, prêtre natif américain.

**Lorsque nous prenons une décision, nous le faisons pour les 7 générations à venir.**

**Lorsque nous posons un pied sur la Terre Mère, nous le faisons avec soin, car le visage des générations futures nous regarde.**

<https://centre-leadership-conscient.com/>

**FORMATION EN PRÉSENTIEL**

# CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #1 : RETROUVER UN EQUILIBRE CORPS, EMOTIONS, MENTAL.

## OBJECTIF

Retrouver un équilibre sur les 3 piliers que sont notre corps, nos émotions et notre mental.  
Module préalable au module 2.

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Gérer ses émotions et son stress.
- Connaître et expérimenter les moyens d'améliorer son bien-être, ses relations, son efficacité.
- Disposer de son Test des Matrices Cognitives®.
- Travailler sur ses biais cognitifs et ses croyances limitantes.
- Conscience de soi et de son environnement.

Hors prise en charge OPCO

Tarif **1490€ TTC**

par participant hors repas et hébergement

Prise en charge OPCO

Tarif **1630 € HT**

par participant hors repas et hébergement

Réf. **CLC-Mod1**



**Contacts : 06-71-63-27-93 / 06-77-51-56-00 [contact@centre-leadership-conscient.com](mailto:contact@centre-leadership-conscient.com)**

## PUBLIC CONCERNÉ


Tout public

## PRE-REQUIS

Aucun

## INSCRIPTION [FORMULAIRE](#)



 <p>Attestation de formation</p>	 <p>Modalité <b>Présentiel</b></p>	 <p>Effectif par <b>ssin</b> 8 mini &gt;30 maxi</p>	 <p>Durée 35 heures / 5 jours</p>
---	---	---	--

## LE PLUS DE LA FORMATION :

De 3 à 5 accompagnants facilitateurs seront présents à chaque stage.

- Cet ensemble de formations est un véritable engagement individuel dans un processus de transformation profond
- Il est de notre responsabilité de vous offrir un espace d'accompagnement bienveillant pour atteindre vos objectifs.

# PROGRAMME

*Note : nous vous invitons vivement à venir la veille afin de démarrer le stage avec l'énergie de tout le groupe. Pensez à amener vêtements légers, tenue de sport et baskets, zafu ou banc de méditation, plaid, veste polaire, tapis de sol. Venez aussi avec votre enthousiasme et vos talents qui seront partagés et offerts à tous*

## JOUR 1, début 9h

- Présentations, partages, échanges.
- Pratiques Corporelles.  
Repas, information sur une bonne hygiène alimentaire.
- Emotions en situation.
- Partage du vécu
- Que sont nos émotions ?
- Tableau des émotions, émotions principales et secondaires
- Les émotions et les 5 mouvements
- Atelier en binôme, différentes pratiques
- Partage du vécu
- Pratiques corporelles (elle seront répétées durant toute la semaine chacune orientée sur une émotion différente)
- Kapalabhati, nettoyage du mental

*Note : Le kapalabhati, également appelé souffle de feu, est un important Shatkarma, une purification du hatha yoga.*

*Le mot kapalabhati est composé de deux mots sanskrits: kapā la signifiant «crâne» et bhāti signifiant «brillant, éclairant».*

- Méditation

## JOURNÉE TYPE pour les jours 2, 3, 4

- Réveil énergétique, ou pratique sportive.
- Petit déjeuner

### BIAIS COGNITIFS

- Présentation des biais cognitifs.
- Travail de groupe, étude de cas.
- Le test des matrices cognitives, réunion-bilan collectif et individuel.
- Pratiques et méthodes de transformations des croyances limitantes issues des biais.

### LES EMOTIONS

- Bases théoriques
- Mise en pratiques
- Les émotions liées aux archétypes et aux éléments.
- Pratiques
- Cercle de parole de fin de journée.
- Pratiques collectives en conscience, chants, danses, percussions ou méditation.

## JOUR 5

- Réveil énergétique, ou pratique sportive
- Petit déjeuner
- Synthèse du stage
- Pratiques globales
- Cercle de parole, débriefing du stage, avec quoi je repars ?
- Aperçu du module 2
- Repas et départ vers 14h30

## FORMATION EN PRÉSENTIEL

# CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #2 : EMPATHIE, INTUITION, COMMUNICATION AVEC LE VIVANT

### OBJECTIF

L'application quotidienne des pratiques du module 1 nous permet, dans ce module, de découvrir, expérimenter et améliorer nos capacités d'empathie et d'intuition. S'ouvre alors un nouvel espace de connexion avec le monde vivant que nous expérimenterons. Nous découvrirons aussi l'importance des états modifiés de conscience pour acquérir un mieux-être et une réelle présence.

Hors prise en charge OPCO

Tarif 1490€ TTC

par participant hors repas et hébergement

Prise en charge OPCO

Tarif 1630 € HT

par participant hors repas et hébergement

Réf. CLC-Mod2

### COMPETENCES DEVELOPPEES

- Découvrir et améliorer ses capacités d'empathie.
- Découvrir et améliorer ses capacités d'intuition
- Appliquer ce qui a été expérimenté pour se connecter au monde vivant.



## VOTRE LEADERSHIP S'EN TROUVERA TOTALEMENT TRANSFORME

Contacts : 06-71-63-27-93 / 06-77-51-56-00 [contact@centre-leadership-conscient.com](mailto:contact@centre-leadership-conscient.com)

### PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

### PRE-REQUIS

Avoir suivi le module 1

### INSCRIPTION [FORMULAIRE](#)



Attestation de formation



Modalité

Présentiel



Effectif par session

8 mini >30 maxi



Durée

35 heures / 5 jours

### LE PLUS DE LA FORMATION :

De 3 à 5 accompagnants facilitateurs seront présents à chaque stage.

- Cet ensemble de formations est un véritable engagement individuel dans un processus de transformation profond
- Il est de notre responsabilité de vous offrir un espace d'accompagnement bienveillant pour atteindre vos objectifs.



# PROGRAMME

*Note : nous vous invitons vivement à venir la veille afin de démarrer le stage avec l'énergie de tout le groupe. Pensez à amener vêtements légers, tenue de sport et baskets, zafu ou banc de méditation, plaid, veste polaire, imperméable, tapis de sol. Photos de vos animaux domestiques*

*Venez aussi avec votre enthousiasme et vos talents qui seront partagés et offerts à tous*

## JOUR 1, début 9h

- Présentations, partages, échanges.
- Pratiques Corporelles.
- Partage du vécu module 1
- L'empathie c'est quoi ? les trois circuits de l'empathie.
- Exercice corporelle liés à l'empathie.
- L'empathie au service de la communication avec le vivant.
- Pratiques corporelles (elle seront répétées durant toute la semaine pour affiner vos sensations)
- Partage du vécu
- Méditation

## JOURNEE TYPE pour les jours 2, 3, 4 (programme variable lié à l'instant présent)

- Réveil énergétique, ou pratique sportive.
- Petit déjeuner

### Retour sur vos BIAIS COGNITIFS

- Le test des matrices cognitives, réunion-bilan collectif et individuel.
- Pratiques et méthodes de transformations des croyances limitantes issues des biais.

### Retour sur vos EMOTIONS

- Vos difficultés
- Pratiques

### EMPATHIE et communication avec le vivant

- L'empathie au quotidien, l'empathie chez les enfants
- Bain de forêt, se connecter au vivant.
- Initiation à la communication animale.

### INTUITION

- Exercices sur notre mémoire expérientielle.
- L'état de présence et la perception d'idées ou de « flash » de créativité.
- Faire la différence entre ressenti corporel et interprétation mentale.

### L'APPORT DES ETATS MODIFIES DE CONSCIENCE POUR LE BIEN-ETRE ET LA CREATIVITE

- Pratiques narratives et musicales.
- Rêve éveillé
- Pratiques collectives en conscience, chants, danses, percussions ou méditation.

## JOUR 5

- Réveil énergétique, ou pratique sportive
- Petit déjeuner
- Synthèse du stage et pratiques globales
- Cercle de parole, débriefing du stage, avec quoi je repars ?
- Aperçu du module 3. Votre pratique quotidienne
- Repas et départ vers 14h30

RESONANCE-CONSEIL, innovation managériale, coaching, Intelligence collective, conseil, formation

[jmv@resonance-conseil.eu](mailto:jmv@resonance-conseil.eu) site : [www.resonance-conseil.eu](http://www.resonance-conseil.eu)

SARL au capital de 55 000 euros SIRET : 52085637800010 APE 7022Z.

Enregistré sous le N° 76300424230 auprès du préfet de la région Occitanie

**FORMATION EN PRÉSENTIEL**

# CHEMINS VERS UN LEADERSHIP CONSCIENT #3 : IMMERSION EN NATURE, DECONNEXION NUMERIQUE, INTELLIGENCE COLLECTIVE

## OBJECTIF

Mise en application des modules 1 et 2.  
S'organiser en équipe consciente, autonomie, responsabilité individuelle dans l'harmonie du groupe et le respect de la nature qui est notre alliée.  
Expérimenter la posture de l'intelligence collective

## COMPETENCES DEVELOPPEES

- Expérimenter ses capacités d'empathie.
- S'autonomiser et se responsabiliser au sein d'un groupe
- Approfondir notre lien au vivant
- Découvrir l'importance des rituels
- Découvrir les philosophies de peuples racines.

Hors prise en charge OPCO

Tarif 1490€ TTC

par participant hors repas et hébergement

Prise en charge OPCO

Tarif 1630 € HT

par participant hors repas et hébergement

Réf. **CLC-Mod3**



## VOTRE LEADERSHIP S'EN TROUVERA TOTALEMENT TRANSFORME

Contacts : 06-71-63-27-93 / 06-77-51-56-00 [contact@centre-leadership-conscient.com](mailto:contact@centre-leadership-conscient.com)

### PUBLIC CONCERNÉ

Tout public

### PRE-REQUIS

Avoir suivi les modules 1 et 2

### INSCRIPTION [FORMULAIRE](#)



Attestation de formation



Modalité

Présentiel



Effectif par session

8 mini >30 maxi



Durée

35 heures / 5 jours

## LE PLUS DE LA FORMATION :

De 3 à 5 accompagnants facilitateurs seront présents à chaque stage.

- Cet ensemble de formations est un véritable engagement individuel dans un processus de transformation profond
- Il est de notre responsabilité de vous offrir un espace d'accompagnement bienveillant pour atteindre vos objectifs.

# PROGRAMME

*Note : nous vous invitons vivement à venir la veille afin de démarrer le stage avec l'énergie de tout le groupe.*

*Pensez à amener vêtements légers, tenue de sport et baskets, zafu ou banc de méditation, plaid, veste polaire, imperméable, tapis de sol., tente de camping, chaussure de randonnées.*

*Photos de vos animaux domestiques et ou sauvages (que vous avez photographié)*

*Venez aussi avec votre enthousiasme et vos talents qui seront partagés et offerts à tous*

## JOUR 1, début 9h

- Présentations, partages, échanges.
- Premier cercle de paroles, avec quoi je viens, qu'est-ce que je désire trouver, changer ?
- Qu'est ce qui a bougé en vous, à la suite des module 1 et 2 ?
- Comment l'appliquez-vous dans votre quotidien personnel et professionnel ?
- Présentation du cadre, du lieu et notre organisation autonome.
- Méditation

**POUR GARDER L'ASPECT ADAPTATION, A L'INSTANT PRESENT NOUS NE DECRIVONS PAS LE PROGRAMME DETAILLE DE LA SEMAINE.**

### Mots clés :

Nature, harmonie, conscience, amour, autonomie, rituels, intelligence collective, responsabilité individuelle, engagement, nourriture du corps et de l'esprit, chants, danses, célébrer la vie...

## JOUR 5

- Cérémonie de clôture du cycle
- Devenir « Passeur du nouveau monde » et s'engager à « passer le relais ».
- Votre engagement à penser et agir pour les 7 générations futures
- Départ vers 14h30