

# Communication relationnelle, une formation pour se connaître et se faire comprendre par Cyrine Hayouni

La qualité de vos relations détermine la qualité de votre vie. En effet, les relations respectueuses et bienveillantes sont désormais reconnues comme essentielles pour mener une vie personnelle et professionnelle réussie. Lorsque l'on parvient à nouer des relations communicationnelles harmonieuses autour de soi, on est plus heureux et plus efficace dans tout ce que l'on entreprend.

Pour mieux se connaître, mieux gérer ses émotions et mieux entrer en lien avec les autres, [Cyrine Hayouni](#), coach et formatrice en communication relationnelle, propose des [formations](#) transformatrices de deux jours.

*« A partir de la rentrée 2019, passez vos relations et votre vie au niveau supérieur ! »*



**Révélez-vous !**  
Coaching et Formation en  
Communication Relationnelle

## La communication, ce jeu qui ne doit rien au hasard

Communiquer est tout un art, un jeu dont on maîtrise parfois mal les codes, entre fatigue, préjugés, et reproduction de schémas erronés. En famille, entre amis ou au travail, les Français passent d'un mode de communication à un autre, sans parvenir à les cerner vraiment. Les conséquences d'une mauvaise communication peuvent cependant être nombreuses : malentendus, conflits, frustrations, inefficacité, agressivité, méfiance, repli sur soi...

**Comment mieux se comprendre soi-même, mieux comprendre les autres et mieux interagir avec eux ?**

Est-ce qu'il est possible d'apprendre à mieux communiquer tout en se défaisant des clichés, des dialogues surfaits ou du tout bisounours ?

C'est pour aider les personnes à développer leurs soft skills dans le domaine de la relation à soi et à l'autre que **Cyrine Hayouni, coach et formatrice**, propose une formation de 2 jours à la Communication Relationnelle (Inspirée de la Communication Non Violente).

Elle annonce :

*« La Communication Relationnelle est un sésame pour vivre une vie à la hauteur de vos attentes et de vos rêves. Une formation de deux jours peut littéralement transformer votre vie comme elle a transformé la mienne. »*

## Deux jours pour transformer sa communication relationnelle



La formation dessinée par Cyrine Hayouni est **destinée à tous ceux qui veulent pacifier leur relation à eux-mêmes et surtout aux autres**, apprendre à gérer les conflits, arriver à s'exprimer sans agresser, écouter sans s'effacer. La formatrice précise :

Je pense sincèrement que dans tous les domaines, l'authenticité, la bienveillance et l'amour de soi et des autres sont toujours le meilleur chemin pour trouver la paix et l'épanouissement, que ce soit en entreprise ou dans sa vie personnelle.

**Ainsi, durant deux jours, chaque participant découvrira comment :**

- **Être authentique, exprimer ses besoins et ses désirs** pour se sentir en accord avec soi-même et nourrir son estime de soi.
- **Pratiquer l'auto-empathie** même quand il n'y a pas de solution à la situation vécue pour se clarifier et de se sentir en sécurité intérieure.

- Développer une **qualité d'écoute** pour être apte à décoder le discours d'autrui et entendre ses besoins sans juger permet de comprendre ce qui se joue pour l'autre sans pour autant se sentir responsable de répondre à tous ses besoins.
- Formuler des demandes dans un **langage d'action positif**, réalisable et sans exigence en gardant à l'esprit nos intentions pour se donner toutes les chances d'être compris et soutenu.
- **Formuler un avis** ou un besoin dans un langage positif, constructif et incluant pour se faire entendre tout en restant en lien dans la relation.
- **Ouvrir les portes de la créativité relationnelle** et de la cocréation pour des relations plus légères, plus joyeuses, plus nourrissantes et plus respectueuses de chacun.
- Trouver des solutions aux relations difficiles pour **baisser votre stress relationnel** et retrouver la sérénité et le respect de soi.
- **Exprimer de la gratitude** et célébrer sa vie un peu plus chaque jour.



## "Communication relationnelle" : une formation professionnelle sans cesse renouvelée

C'est après avoir co-animé une formation en « Communication Non Violente » avec un collègue et ami certifié depuis 20 ans que **Cyrine Hayouni choisit de bâtir son propre enseignement**. Elle souligne :

*« Je souhaitais ajouter à la formation plusieurs outils complémentaires puissants, indispensables selon moi pour améliorer les relations communicationnelles des participants. Je voulais aussi m'adapter à chacun avec des exercices personnalisés : jeux de rôles, méditations, visualisations, transformation de l'histoire que l'on se raconte, ... »*

Les deux jours de formation animés par Cyrine Hayouni sont ainsi **le fruit de ses expériences et de ses nombreuses recherches sur la communication et la relation** dans plusieurs pays. Grâce à une méthode simple et subtile à la fois, la coach délivre des solutions concrètes que les participants peuvent appliquer dès le 1er jour de la formation.

Chaque session de deux journées s'appuie sur **l'analyse et le travail des situations personnelles et professionnelles** des participants, pour des enseignements à la carte, en fonction des connaissances et de l'actualité de chacun.

Tout au long de l'année, Cyrine Hayouni propose également à travers son cabinet « [Révélez-vous! Coaching](#) » des services plus personnalisés :

- Coaching individuel
- Accompagnement de couples
- Coaching de chefs d'entreprises de moins de 100 salariés
- Formations et conférences Softskills en entreprises
- Ateliers SoftSkills en écoles de commerce et écoles d'ingénieurs

« Le plus grand bien que nous faisons  
aux autres hommes n'est pas de leur  
communiquer notre richesse, mais  
de leur révéler la leur. »

Louis Lavelle



**Révélez-vous!**  
Coaching et formation en  
Communication Relationnelle  
**By Cyrine Hayouni**

**Dates des prochaines formations « Communication relationnelle » par Cyrine Hayouni :**

- Samedi 5 et dimanche 6 octobre 2019 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants
- Samedi 16 et dimanche 17 novembre 2019 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants
- Samedi 18 et dimanche 19 janvier 2020 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants

- Samedi 7 et dimanche 8 mars 2020 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants
- Samedi 25 et dimanche 26 avril 2020 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants
- Samedi 13 et dimanche 14 Juin 2020 à Paris, 2 jours, limité à 12 participants

Horaires : De 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30.

Coût : 290€ TTC les 2 jours pour les particuliers

## Quelques témoignages clients

*" Bonjour, encore ravie de ce week-end avec toi et le groupe! Merci encore. Je ressens un apaisement et une libération par rapport à ma séparation. Trop puissant le jeu de rôle. J'ai pensé à toi dans ma méditation du matin. Plein de gratitude. Mille mercis. "*

Pauline, cadre chez Danone.

*" Ta formation a été super, pertinente et opportune dans mon parcours de vie. Mon retour s'est bien passé et je me sens plus serein et apaisé depuis. "*

Yvon, Chef d'entreprise.

*" Merci Cyrine pour l'excellente formation de ce weekend. J'ai eu le sentiment d'avoir plus de clarté sur différents épisodes de ma vie, tant pro que perso. Cela m'aide à aller de l'avant ! J'ai beaucoup apprécié ton mélange d'intuition, de clairvoyance, et de compréhension de l'entreprise. Pour moi, un travail régulier pourra faire pousser les graines. Merci encore et bel été ! "*

Rachel, Analyste financier.

## A propos de la coach Cyrine Hayouni



Diplômée d'un master en Gestion Internationale d'une des plus grandes écoles de commerce d'Amérique du nord (HEC Montréal), elle a vécu sur 3 continents et parle 5 langues couramment. Citoyenne du monde, Cyrine Hayouni a connu un riche parcours professionnel fait de 5 années dans les services marketing de grandes multinationales (Unilever et Tetra Pak), de 10 années à la tête de sa propre marque de sacs tournés vers les femmes actives « Cyrine H. Intelligent Business Bags », et de 5 années en tant que coach et formatrice à son compte. Elle fonde son propre cabinet de coaching sous le nom "Révélez-vous! Coaching" [www.revelez-vous.eu](http://www.revelez-vous.eu).

Communication Non Violente, Programmation Neurolinguistique, Internal Family System, Méditation Vipassana, TIPI, massage intuitif... Cyrine Hayouni s'est formée dans de nombreux domaines complémentaires pour proposer un coaching global corps-cœur-esprit. **Elle propose à ses clients des accompagnements holistiques qui intègrent toutes les dimensions de l'être.**

Son objectif est de faire de cette formation un accélérateur de transformation personnelle.

## **Pour en savoir plus**

Site web : <http://revelez-vous.eu>

Formation : <https://www.eventbrite.fr/e/billets-communication-relationnelle-formation-de-2-jours-46706876525>

Facebook : <https://www.facebook.com/Revelez-vous.coaching/?ref=bookmarks>

Instagram : <https://www.instagram.com/cyrinehayouni>

LinkedIn : <https://www.linkedin.com/in/cyrinehayounicoachrevelezvous>

Youtube : [https://www.youtube.com/channel/UCWAMKVun59Lxrm9DG-zUHVw?view\\_as=subscriber](https://www.youtube.com/channel/UCWAMKVun59Lxrm9DG-zUHVw?view_as=subscriber)

Contact presse :

Cyrine Hayouni

Email : [cyrineh@revelez-vous.eu](mailto:cyrineh@revelez-vous.eu)

Téléphone : 0664372702