

Présent pour écouter

Développez une écoute active et authentique pour renforcer la confiance, la collaboration et la qualité de vos échanges.

Objectifs de la formation :

- Comprendre les fondamentaux de la communication interpersonnelle
- Établir et entretenir un rapport de confiance
- Développer une écoute active

Durée de la formation

1 jour

Public ciblé

Toute personne souhaitant améliorer sa qualité de communication dans ses relations professionnelles ou personnelles.

Modalités d'évaluation

- Évaluation des connaissances lors des questions / réponses
- Évaluation des compétences lors de jeux de rôles et d'exercices pratiques (évaluation formative)
- Évaluation de la capacité du stagiaire à utiliser des techniques lors de simulation (feed-back des autres participants et du formateur)
- Les débriefings permettront d'identifier les capacités à clarifier, les zones à risque et les points critiques
- Le formateur apporte un feed-back individualisé par une évaluation formative tout au long de la journée
- En fin de formation, le formateur remet à chaque stagiaire des fiches d'évaluation portant sur le déroulement de la formation, son contenu, l'adéquation par rapport à leurs attentes.

Proposition pédagogique

Intégrer les bases de la communication interpersonnelle

- Les enjeux de la communication dans la relation humaine
- Les différentes dimensions de la communication : verbale, non verbale et para-verbale
- Les principes-clés d'une communication efficace : clarté, cohérence, bienveillance
- Les obstacles à la communication : filtres, interprétations, biais cognitifs

Se rendre pleinement disponible, à l'écoute

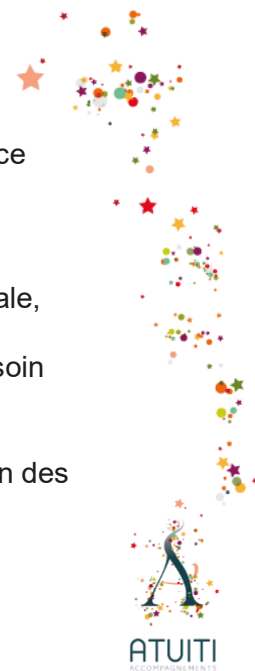
- Les conditions intérieures d'une écoute de qualité : présence, disponibilité mentale, neutralité
- Identifier ses propres freins à l'écoute : jugements, projections, précipitation, besoin de répondre
- Posture de l'écoute active : ancrage corporel, attention, respiration
- Les techniques d'écoute active : reformulation, questionnement ouvert, validation des émotions

Emilie THIEFFRY

ATUITI Accompagnements

06 75 49 11 90 - Atuiti.fr

ethieffry@atuiti-accompagnements.fr



Le concept pédagogique

- Alternance d'apports théoriques et d'exercices pratiques
- Activités Ludo pédagogiques en groupe et en binôme
- Jeux de rôles et mises en situation
- Feedback constructif et débriefing collectif
- Création d'un plan d'action individuel en fin de formation

