

Pratiquer l'écoute active

Mieux écouter pour mieux comprendre et établir une communication interpersonnelle bienveillante et de plus grande qualité avec les autres, tant dans un contexte personnel que professionnel, c'est l'objectif que vous poursuivrez au travers de cette formation au cours de laquelle vous expérimenterez les outils de l'écoute active pour en comprendre les clés.

Notre approche pédagogique s'appuie sur l'expérience des participants et participantes et favorise l'expression du vécu, l'échange d'expérience et les mises en situation. Nous favorisons la dynamique de groupe et la prise en compte des réalités de l'entreprise.

Objectifs pédagogiques

À L'ISSUE DE LA FORMATION, LES PARTICIPANTS ET PARTICIPANTES SERONT EN MESURE DE :

- Comprendre l'importance et l'impact d'une écoute de qualité
- Percevoir et analyser ses aptitudes à entrer en communication avec l'autre
- Se familiariser avec une technique de communication et la philosophie relationnelle de la psychologie humaniste
- Situer l'écoute active dans la relation d'aide
- Conduire un entretien et identifier ses attitudes et leurs effets dans la relation avec l'écouté-e : écoute active et reformulation, soutien, questions, solution, évaluation, interprétation
- Comprendre la problématique : reformuler de façon claire et juste les propos et les ressentis de la personne, identifier ce qui fait problème, faire preuve d'écoute empathique, d'attitude de non-jugement, de congruence
- Adopter une attitude réflexive : se mettre en question, reconnaître ses limites, s'auto-évaluer
- S'approprier des outils concrets afin d'améliorer sa relation à autrui

Public & Prérequis

- Toute personne souhaitant acquérir les notions fondamentales de la communication positive

Possibilité d'organiser des ateliers de retour d'expérience, en présentiel ou en visioconférence, 1 à 2 mois après la fin de la formation.

● ● ● 73 rue du Sergent Blandan - 54000 Nancy

Adestan&Kaetera - SARL au capital de 8200 € - SIRET 749 950531 00030- APE 7022Z - RC Nancy - TVA FR 43 749950531
Déclaration d'activité enregistrée sous le N° 41 54 03 123 54

Tarifs & Accessibilité

Pour plus d'informations sur les modalités financières ou en cas de nécessité d'adaptation des modalités d'accès à un handicap ou pour toute autre situation particulière, veuillez nous contacter via formation@AetK.fr

Durée
3 jours,
soit 21h
non consécutifs