

ECOUTE ACTIVE POUR MIEUX COMMUNIQUER

Objectifs :

- Améliorer l'écoute en situation professionnelle
- Favoriser une communication efficace
- Optimiser les relations quotidiennes au niveau social ou privé

Durée : 2 jours

Type : Formation-Action

Pour qui : Toute personne souhaitant améliorer sa communication et ses capacités d'écoute. ...

Principaux thèmes abordés

Identifier ses qualités d'écoute

- Tour de table
- Autodiagnostic des qualités d'écoute.

Les principes de l'écoute

- L'attitude réceptive et l'attitude perceptive
- Les techniques :
 - ✓ écoute
 - ✓ observation
 - ✓ recueil de l'information

Contexte et écoute

- Les différentes qualités d'écoute
- Les habitudes d'écoute
- Les règles en entretien
 - ✓ Pratiquer l'écoute active pour laisser exister l'autre
 - ✓ Les règles de base dans l'échange

S'entraîner à l'écoute

- L'écoute active
- Se centrer sur son interlocuteur
- La reformulation
- L'art du questionnement
- Le risque des fausses interprétations

L'écoute du non-verbal

- Observer le langage du corps
- L'écoute du non-verbal
- La synchronisation

Les situations

- L'écoute en entretien
- L'écoute en réunion