infos@viaaduc.com
01.89.53.69.70
formation.viaaduc.com

Pratiquer l’écoute active

Formation dispensée en présentiel ou à distance

Référence : DP-SS007 **Tarif inter :** 1290 € HT

Durée : 2 jours **Certification :** Non

Les prérequis pour suivre cette formation

- Aucun.

Les objectifs pédagogiques

- Apprendre à écouter l’autre et poser les bonnes questions.
- Apprendre à faire émerger le besoin réel.
- Savoir reformuler et synthétiser.
- Choisir la bonne méthode en fonction de la situation.

A qui s'adresse cette formation ?

- Toute personne souhaitant développer son écoute dans le cadre professionnel.

Programme de la formation

Tour de table

- Objectifs, durée et enjeux de la formation.

Identifier son style d’écoute

- Repérer les ingrédients utiles à l’écoute.
- Définir sa posture d’écoutant : l’actuelle et l’idéale.
- Comprendre la notion de capacité d’écoute et apprendre à l’améliorer.
- *Cas pratique : Autodiagnostic et questionnaire.*

Programme de la formation

Développer l’écoute de soi

- Comprendre la dynamique Interprétation-Émotion-Comportement.
- Identifier l’impact de nos émotions sur notre écoute.
- *Jeux de rôles : transformer ses émotions en leviers d’action.*

Entendre au-delà de la critique

- Mettre à jour ses croyances limitantes.
- Écouter avec ses oreilles et ses yeux pour mieux reformuler.
- Appréhender la fonction utile du silence et de la prise de note.
- *Autodiagnostic et mises en situation.*

Gérer les critiques de manière dépassionnée

- Chercher les informations manquantes avec le métamodèle.
- Pratiquer une écoute empathique et rechercher l’origine d’un jugement.
- Émettre un avis constructif, une demande, un NON avec le D(E)ESC.
- *Autodiagnostic et mises en situation.*

Tour de table en fin de formation

- Evaluation de la formation à chaud, débriefing collectif, auto-évaluation de l'atteinte des objectifs et de sa propre progression.

Certification Préparée

- Aucune

Méthodes Pédagogiques

- Mise à disposition d’un poste de travail par stagiaire
- Remise d’une documentation pédagogique papier ou numérique pendant le stage
- La formation est constituée d’apports théoriques, d’exercices pratiques, de réflexions et de retours d’expérience
- Le suivi de cette formation donne lieu à la signature d’une feuille d’émargement

Formateur·rice

- Consultant-Formateur expert en management et en efficacité professionnelle.

Méthode d’évaluation des acquis

- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire
- Attestation des compétences acquises envoyée au stagiaire
- Attestation de fin de stage adressée avec la facture

Notre référent handicap se tient à votre disposition au 01.89.53.69.70 ou par mail à referent.handicap@viaaduc.com pour recueillir vos éventuels besoins d’aménagements, afin de vous offrir la meilleure expérience possible.

Mise à jour : 16-02-2024