RebooT
par Dulytech

Formation « Ecoute active »

Que vous soyez un dirigeant d'entreprise, un employé ou un entrepreneur, votre capacité à écouter activement vos collègues, vos clients et vos partenaires est cruciale pour établir des relations solides, résoudre les conflits et atteindre vos objectifs .

L'écoute active c'est bien plus qu'un simple acte d'entendre ! C'est une compétence essentielle qui implique d'accorder une attention totale à ce que dit votre interlocuteur mais aussi de comprendre ses sentiments et ses besoins. En pratiquant l'écoute active, votre communication est plus efficace et impactante.

La formation Écoute Active est conçue pour vous fournir les outils nécessaires pour une communication plus efficace et des relations plus enrichissantes.

PROGRAMME

1/ Décryptage des fondements de l'écoute active

- Analyser les divers niveaux de l'écoute active
- Se familiariser avec les éléments essentiels pour perfectionner son écoute
- Appréhender les enjeux et les limites de l'écoute active
- Évaluer son propre style et sa compétence en matière d'écoute
- Reconnaître les six attitudes clés d'une écoute efficace

2/ S'écouter pour favoriser des interactions bénéfiques pour tous

- Appréhender le concept de besoin
- Comprendre la différence entre un besoin et une demande
- Mettre en pratique l'écoute de soi à travers la technique de l'auto-empathie.
- Comment formuler une demande ?

3/ Apprendre à écouter l'autre

- Définition et mise en place des règles fondamentales pour une communication efficace
- Observation et adaptation aux signaux verbaux et non verbaux de son interlocuteur
- Synchronisation avec son interlocuteur
- Sélection judicieuse des canaux de communication les plus adaptés à la situation
- Ouverture à la contradiction et accueil des émotions exprimées par son interlocuteur
- Rester disponible pour son interlocuteur

4/ Maîtriser les outils

- Favoriser la congruence entre expression verbale et langage corporel
- Maîtriser diverses techniques de reformulation
- Offrir des signes de reconnaissance et un feedback adapté
- Employer le silence de manière efficace

MAJ : 03.01.2025

Numéro de déclaration d'activité

11922694792

Durée : 2 jours - 14 heures	**Code : CO04**

Prix : 1450 euros HT

Horaires

- 9h30-13h/14h-17h30

Objectifs

- Améliorer sa communication et son efficacité relationnelle
- Maîtriser les bases de l'écoute active
- Identifier et choisir les canaux de communication selon les situations
- Apprendre à se synchroniser avec son interlocuteur

Prérequis

- Aucun

Public concerné

- tout public

Dates Interentreprises

délai d'entrée : sans – Paris et à distance : 10/12/2026 - 04/01/2027 - 05/04/2027 - 05/07/2027 - 04/10/2027

RebooT
par Dulytech

5/ Faire le lien entre écoute active et efficacité professionnelle

- Établir un objectif précis
- Maîtriser chaque étape de l'entretien
- Poser des questions pertinentes et influencer de manière éthique
- Savoir comment conclure l'entretien

Paris : 10/02/2025 - 24/04/2025 - 19/06/2025 - 11/09/2025- 09/10/2025 - 11/12/2025

A distance : 10/02/2025 - 24/04/2025 - 19/06/2025 - 11/09/2025 09/10/2025 - 11/12/2025

Modalité d'évaluations

- L'évaluation des acquis se fait tout au long de la formation au travers d'exercices à réaliser , de mises en situation et de QCM. Le participant complète également un test de positionnement en amont et en aval pour valider les compétences acquises.

Certificat de stage

- Un certificat de fin stage est remis au participant

Compétences du formateur

- Les experts qui animent la formation sont des spécialistes des matières abordées. Ils ont été validés par nos équipes pédagogiques tant sur le plan des connaissances métiers que sur celui de la pédagogie, et ce pour chaque formation qu'ils animent. Ils ont majoritairement cinq à dix années d'expérience dans leur domaine de compétences et ont une grande pratique en entreprise

Moyens pédagogiques et techniques

60% pratique et 40% théorique
- Exposés théoriques
- Exercices individuels et collectifs

Les supports pédagogiques sont remis au format électronique aux participants. Ce support est projeté via un vidéo projecteur afin d'animer la formation.Des exercices d'application ou études de cas sont prévus afin de valider les acquis des stagiaires.

Accès handicap

- Oui, consultez notre référent interne houily@reboot-training.fr

Modalités de suivi de l'exécution

- Contrôle systématique des présences par demi-journée
- Attestation de présence remis à chaque participant

RebooT
par Dulytech

Moyens d'accompagnement

-8 personnes maximum, formation animée par un formateur expert sur le sujet.
Mise en situation : Pédagogie active et participative.
Apport théorique et méthodologique.
Etude de cas.

Nature des travaux demandés au stagiaire

- Un exercice est réalisé par le participant à la fin de chaque chapitre. Le participant dispose de 20 min avant de passer à la correction avec le formateur.

Modalités techniques en cas de problèmes

- Les connexions et installations d'outil peuvent être testées en amont de la formation avec le formateur et les stagiaires ou le donneur d'ordre.
Ce test permet d'éviter tout accident technique lié aux outils de connexion à distance.
Le formateur prend la main sur le poste du participant en cas de difficulté durant la formation.
Dans le cadre d'une formation à distance, le lien de connexion est envoyé 2 semaines avant le début de la formation
Pour avoir une assistance, contacter nous : houily@reboot-training.fr - 0614928564 (réponse en moins de 24 heures)

NOUS CONTACTER

Reboot

35 rue Pierre Brossolette

92130 Issy-les-Moulineaux

Tel : 06 14 92 85 64

www.reboot-training.fr