

Fiche pédagogique

Pratiquer l'écoute active : les bases

Objectif de formation : A l'issue de la formation, le participant sera en mesure de mettre en œuvre l'écoute, dans toute relation et situation.

Durée :	Pré requis :	Public :
1,00 j soit 7,00 h	Aucun pré requis	Tout professionnel libéral ou indépendant installé

Objectifs pédagogiques :

- Identifier le rôle majeur de l'écoute, dans toute relation, mais aussi à ce qui peut encombrer, travestir, voire empêcher cette écoute.
- Evaluer les enjeux, les freins, les difficultés ...et les richesses d'une vraie expérience d'écoute.

Méthodes pédagogiques :

Expositive, Interrogative, Active

Outils pédagogiques :

Power Point, fiches outils, vidéo, cartes, salle de formation, vidéo projecteur, paperboard.

Éléments de contenu :

- Identifier mes représentations et connaissances de l'écoute.

Connaître les grandes lois de la communication.

- Différencier entendre et écouter.
- Repérer le langage non verbal.
- Comprendre la place de l'émetteur et du récepteur.
- Identifier les 4 niveaux de communication.
- Prendre conscience des injonctions et loyautés.
- Pratiquer l'écoute en utilisant la reformulation.
- Appréhender la déperdition de l'information.

Se connaître pour favoriser une écoute active ajustée.

- Expérimenter la centration/respiration.
- Analyser son mode d'écoute.
- Mieux se connaître.
- Expérimenter la juste distance.
- Repérer les pièges de l'écoute.
- Rejoindre la personne écoutée.
- Appréhender les limites de l'écoute : Apprendre à accepter le silence et le cadre.

Expérimenter l'écoute centrée et analyser les différentes attitudes de Porter.

- Repérer mon attitude de Porter prédominante.
- Approfondir et analyser chaque attitude.
- Expérimenter l'écoute dans une situation donnée.
- Découvrir Carl Rogers et l'approche centrée sur la personne.

Adapter son écoute active à chaque personne.

- Ne pas abuser de la reformulation.
- Points de vigilance : Le cadre et le respect des rythmes.
- Pratiquer l'écoute active.

V 2 janvier 2024

Modalités de sanction :

Une attestation de fin de formation sera remise au participant.

Moyens et modalités pédagogiques :

Formation en présentiel ou formation en visio, format groupe. Salle de formation équipée.

Modalités d'évaluation :

A l'issue de la formation, une évaluation des acquis de type formative est réalisée, suivie d'une grille d'évaluation du niveau de satisfaction de l'action.