



Développer son empathie, sa capacité d'écoute et de questionnement



Objectifs

- Comprendre l'importance de l'empathie et de l'écoute active dans les relations interpersonnelles
- Développer les compétences d'empathie et d'écoute active pour améliorer la communication avec ses interlocuteurs
- Utiliser des outils pratiques pour améliorer les relations interpersonnelles

Thématiques

- Définitions et concept
- Pratique de l'empathie et de ses impacts
- Les pièges et biais de l'écoute – L'écoute active/réceptive
- Les techniques d'écoute active, de questionnement et reformulation
- Utilisation de l'empathie et de l'écoute active pour mener une discussion difficile

Outils Pédagogiques

- Supports théoriques
- Empathy game
- GIM (Groupe d'Interview Mutuel)
- Mise en situation et exercice pratique

6 à 10
participants

1 jour
7 heures

Tarif inter
900€ HT

Présentiel

Nantes

Tarif intra et
sur-mesure
Nous contacter

Publics

Toute personne souhaitant améliorer ses relations professionnelles.

En situation de handicap ? Contactez-nous. Nos locaux et salles de formation sont accessibles aux personnes handicapées et répondent à la réglementation PMR.

Prérequis

aucun

Modalités d'évaluation et suivi

Recueil des besoins par questionnaire.

Évaluation des acquis : mises en situation et débrief, questionnaire d'autopositionnement en début et fin de session

Évaluation de satisfaction : questionnaire d'évaluation à chaud en fin de session et à froid au plus tard, 6 mois après la formation.

Bénéfices obtenus

- Améliorer sa communication de façon assertive et établir des relations de confiance
- Avoir des clés pour la résolution de conflit
- Améliorer la gestion des situations stressantes et difficiles
- Développer des compétences interpersonnelles