

OBJECTIF DE LA FORMATION

Développer sa capacité d'écoute, sa compréhension de la conscience de l'autre et de soi. Identifier ses limites.

PARTICIPANT

Toutes personnes désirant améliorer ses relations interpersonnelles.

PRÉ-REQUIS

Aucun.

FORMATEURS

Spécialiste en communication.

MODALITÉS ET PÉDAGOGIE

- Questionnaire d'évaluation en début et en fin de formation
- Cas pratiques et études de cas, Quiz
- Horaires : 9h00 à 12h30 – 13h30 à 17h00
- Nombre maximum de stagiaires : 8
- Formation disponible à distance ou en présentiel
- Méthode interactive et intuitive
- Support Stagiaire
- Assistance téléphonique
- Attestation de fin de stage
- Questionnaire de fin de formation

PROGRAMME

QU'EST CE QU'UNE RELATION INTERPERSONNELLE ?

QUELLE PLACE DONNONS-NOUS A L'ECOUTE DANS LA RELATION A L'AUTRE ?

INTRODUCTION A CARL ROGERS ET L'ECOUTE ACTIVE

LES TROIS DIMENSIONS ROGERIENNES

Écoute sensible du monde intérieur de l'autre et empathie

Congruence et authenticité

Le regard positif inconditionnel

COMPRENDRE LES 5 IMPERATIFS DE L'ECOUTE ACTIVE

LA TECHNIQUE DE L'ECOUTE ACTIVE

La communication verbale et non verbale

Le questionnement

La reformulation

LA RELATION D'AIDE ET LA CONSCIENCE DE SOI

AUTODIAGNOSTICS, ATELIERS, MISE EN SITUATION ET JEUX DE ROLES

