

Mieux écouter pour mieux décoder

-Référence: **DP-56**

-Durée: **3 Jours (21 Heures)**

Les objectifs de la formation

- Bien écouter pour bien comprendre.
- Observer pour déchiffrer les non-dits.
- Écouter ses interlocuteurs professionnels au-delà des mots.
- S'ouvrir à l'autre pour accroître l'efficacité de la relation.
- Écouter pour se faire comprendre.

A qui s'adresse cette formation ?

POUR QUI :

- Manager, cadre, chef de projet, assistante, technicien ou tout collaborateur qui recherche une bonne compréhension de ses interlocuteurs.

Programme

- **Créer les conditions d'une écoute fructueuse**
 - Être conscient de ses filtres personnels pour ne pas parasiter la communication de son interlocuteur.
 - S'adapter au registre verbal et non verbal de son interlocuteur.
 - Établir une relation de confiance à travers sa qualité d'écoute.
 - Garder ses qualités d'écoute dans les entretiens : en face-à-face ; en collectif.
 - Préparer ses entretiens en 5 étapes. Mise en situation Simulations d'entretiens sur les conditions de l'écoute.
- **Mieux se connaître dans l'écoute**
 - Faire l'autodiagnostic de sa qualité d'écoute.
 - Se situer sur les 6 attitudes de référence.
 - Mesurer son niveau d'écoute en fonction de son degré d'ouverture à soi et aux autres.
 - S'entraîner à la reformulation.
 - Mise en situation Autodiagnostic sur les 6 attitudes d'écoute et exploitation individuelle.

Programme

- **Prendre soin de la relation**
 - Se centrer sur son interlocuteur.
 - Écouter le langage du corps pour établir le contact et maintenir la relation.
 - S'entraîner à se 'mettre sur la même longueur d'onde' que son interlocuteur pour établir une relation d'écoute en entretien.
 - Mise en situation Exercice sur la proxémie et les différentes composantes de l'écoute.
- **Peaufiner le contenu des échanges**
 - Définir son cadre de référence personnelle.
 - Manier l'art du questionnement : aller au-delà de ce qui est dit en faisant préciser le langage de son interlocuteur.
 - Prendre conscience de ses filtres d'écoute.
 - L'écoute active : du jugement à la reformulation.
 - Mise en situation Expérimentation des facteurs clé de succès de l'écoute active.
- **S'entraîner pour acquérir des réflexes**
 - Maîtriser les techniques d'écoute en entretien.
 - Participer à une réunion.
 - Progresser avec le feedback des autres.
 - Mise en situation Entraînements en situation de face-à -face.



(+212) 5 22 27 99 01



(+212) 6 60 10 42 56



Contact@skills-group.com

Nous sommes à votre disposition :
De Lun - Ven 09h00-18h00 et Sam 09H00 – 13H00

Angle bd Abdelmoumen et rue Soumaya, Résidence Shehrazade 3, 7ème étage N° 30
Casablanca 20340, Maroc