

Découverte de l'écoute active, du non-jugement + Ateliers/ Cas pratiques



Objectifs

À la fin de l'accompagnement, les participants auront mis en pratique et testé de nouvelles manières de communiquer. Ils auront acquis des connaissances complémentaires pour parfaire leur communication et fluidifier leurs échanges en interne. Une charte relationnelle aura été co-créée et sera mise en application au sein de l'équipe.

Compétences visées

- Découvrir l'écoute active, l'observation du non-verbal, de la synchronisation
- S'exercer au non-jugement + Exercices
- Découvrir l'intelligence émotionnelle
- Oser dire ce que je ressens si je me sens écouté(e)
- S'exercer avec des cas pratiques, des scénettes, des jeux de rôles pour mieux communiquer

Méthodes mobilisées

- **Méthode transmissive :**
 - Transmettre aux participants des données théoriques sur le sujet traité
 - Partager l'ensemble des supports co-construits via Dropbox en fin de la formation
- **Méthode active :**
 - Impliquer les participants et mobiliser leur réflexion à travers des exercices pratiques tels que :
 - Réflexion collaborative
 - Échanges
 - Mise en place de solutions
 - Animation collective ludique
 - Utilisation de jeux de cartes Émotions et Besoins

Durée & lieu

Durée totale : ½ journée ou 1 journée

Lieu de formation à définir :

- Les locaux du client ou dans une salle mise à disposition pour l'occasion.
- Les locaux de rHéquiliance, situés à Brignais
- À distance via Zoom

Public

Adaptable à tout type de public

Pré-requis

Accessible sans prérequis au préalable

Modalités d'évaluation

- Quiz individuel en ligne
- Auto-évaluation
- Questionnaire de satisfaction à chaud remis à l'ensemble des participants à la fin du module de formation
- Première restitution proposée au client au plus tard dans les 2 semaines suivant l'intervention
- Questionnaire de satisfaction à froid possible sur demande du client entre 3 à 6 mois après la formation
- Seconde restitution proposée à l'entreprise cliente si elle le souhaite

Programme



Découvrir l'écoute active, l'observation du non-verbal, de la synchronisation

- Quelles sont les bonnes pratiques habituelles en communication pour bien communiquer ?
- Écouter... même si je ne suis pas d'accord avec mon interlocuteur
- Ne pas laisser mes yeux ou mes attentions se détourner ailleurs
- Ne pas interrompre
- Bannir les mots « non », « mais », « cependant », ...
- Soutenir la fin du dialogue avec des questions pertinentes
- Ne pas finir les phrases de mon interlocuteur
- Ne pas dire « je savais ça »
- Je ne me prends pas pour « Monsieur/Madame-je-sais-tout »
- L'échelle de la disponibilité

S'exercer au non-jugement + Exercices

- Qu'est-ce que le non-jugement ?
- Comment travailler son non-jugement ?
- Le non-jugement et la posture de bienveillance
- Les attitudes de Porter
- La reformulation

Découvrir l'intelligence émotionnelle

- Scénettes, jeux de rôles de cas pratiques vécus en entreprise
- Analyse, observation de ce qui se joue
- Adaptation de son style de communication en fonction des profils de couleurs

S'exercer avec des cas pratiques, des scénettes, des jeux de rôles pour mieux communiquer

- Scénettes, jeux de rôles de cas pratiques vécus en entreprise
- Analyse, observation de ce qui se joue
- Adaptation de son style de communication en fonction des profils de couleurs

Tarifs

Sur simple demande à contact@rhequiliance.fr

Modalités d'inscription

Formation uniquement en intra-entreprise ou en inter-entreprise sur demande en fonction des dates disponibles.

Par mail à contact@rhequiliance.fr

Pour toute personne en situation de handicap ou à besoin spécifique, nous contacter à l'adresse contact@rhequiliance.fr afin de définir les aménagements à mettre en place.

Coordonnées



Cécile FARGES



06.16.37.55.72



contact@rhequiliance.fr



44 ancienne route d'Irigny
69530 BRIGNAIS