

## L'ECOUTE ACTIVE ET PROFONDE, DE SOI-MEME ET DES AUTRES

**Intervenant, Thomas GIRAUD** : Après 12 ans de conseil et de management, Thomas Giraud a choisi de mettre au cœur de son activité ce qu'il aime le plus : développer les talents. Il est depuis 2013 coach certifié et préparateur mental en entreprise.

### OBJECTIFS

1. Découvrir les grands principes d'une écoute de qualité.
2. Prendre conscience de sa capacité d'écoute.
3. Augmenter sa capacité à pratiquer une écoute de qualité.
4. S'entraîner à utiliser les outils de la formation

### CONTENU DE LA FORMATION

**1ère demi-journée** : Introduction, présentation des participants.

- Les acteurs de la communication et l'écoute : mises en situation des participants et apports théoriques.
- Les sources de distorsion d'un message : test et apports théoriques.

**2ème demi-journée** : Questionner, reformuler, synthétiser : apports théoriques et entraînement (entretiens de management, commerciaux, entre collègues de travail).

**3ème demi-journée** : Introduction aux processus relationnels : apports théoriques, outils pratiques, mises en situations.

**4ème demi-journée** : Apprendre à gérer ses émotions en entretiens : apports théoriques et mises en situations, définition d'un plan d'action individuel.

Conclusion de la formation.

### METHODE PEDAGOGIQUE

La formation repose sur une pédagogie apprenante et participative : mise en situation, entraînement, auto diagnostic, identification de ses atouts et de ses axes de progrès.

Analyse de la pratique : partir d'expériences et de situations réelles des participants pour leur apporter des réponses sur-mesure et opportunes.

Apports théoriques et des outils pratiques, issus notamment de l'Analyse Transactionnelle et du coaching individuel.

**PRE REQUIS** : Aucun.

**PUBLIC CONCERNE** : Tout public.

**DUREE** : 2 jours- 14 heures

### SUIVI ET EVALUATION

Feuille de présences émargées sur place.

Attestation de présence et de fin de formation envoyée à l'issue du stage

Evaluation des acquis à la fin du stage.

Evaluation à chaud de la satisfaction fait en ligne et évaluation à froid.