



Mieux se connaître, pour améliorer sa relation à l'autre

Objectifs:

- *Comprendre son mode de fonctionnement et observer celui des autres*
- *S'interroger sur sa posture professionnelle*
- *Assimiler les techniques d'écoute active*

Compétences visées:

- Mieux se comprendre pour être disponible à l'autre
- Maîtriser l'écoute active

Publics concernés: cette formation s'adresse aux salariés et indépendants.

Pré-requis: néant

Organisation:

- 2 jours + 1 jour (soit 21 heures).
- De 4 à 12 participants au maximum

Dates:

- Distanciel: 28 - 29 avril et 20 mai 2022
- Châteauroux: 2 - 3 juin et 1er juillet 2022
- Châteauroux: 15 - 16 novembre et 16 décembre 2022
- Interventions dans d'autres villes, sur demande

Modalités pédagogiques: intra ou inter, distanciel.

Intervenante: Stéphanie Biard

Référente handicap: Stéphanie Biard

06.65.65.13.21 – stephaniebiard@opotentia.fr
Merci de nous consulter pour évaluer avec vous la possibilité d'adaptation de notre formation à vos besoins.

Jour 1

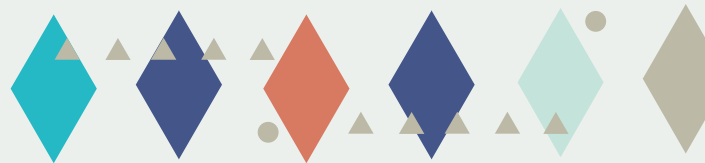
- 1 - Sa relation à soi
 - Connaissance de soi : ses émotions, ses perceptions, ses représentations
- 2 - La relation écoutant / écouté
 - La responsabilité de chacun dans la situation d'écoute
 - La clarification de la demande d'accompagnement
 - L'influence du langage verbal et non verbal sur la relation écoutant-écouté
- 3 - Mises en situation

Jour 2

- 4 - L'écoute active
 - Sa présence
 - La reformulation
 - Le feed back
- 5 - Sa posture professionnelle
 - Les origines de l'approche centrée sur la personne
 - Les 10 questions de l'approche centrée sur la personne
- 6 - Mises en situation

Jour 3

- 7 - Retour d'expérience sur la mise en œuvre
 - Réaliser un partage d'expérience
 - Analyser l'utilisation de ses acquis dans son quotidien professionnel
 - Faire le point sur sa communication
- 8 - La consolidation des connaissances et techniques
 - Étude de cas concrets
 - Mise en situation
- 9 - Bilan
 - Individuel
 - Collectif
 - QCM



Pédagogie

- Méthode participative pour favoriser le partage d'expérience professionnelle.
- Maïeutique pour faire émerger les savoirs
- Apports théoriques

Moyens & outils

- Mise en situation
- Brainstorming
- Mind mapping

Évaluation

- QCM à l'issue de la formation pour vérifier l'atteinte des objectifs
- Évaluation à chaud
- Évaluation à 3 mois

Tarifs nets de taxes

Inter:
900€/personne

Intra / sur-mesure
A partir de 3600 € pour 1
groupe de 4 à 12 personnes

Associations
Nous consulter

Suivi des acquis : 300 €/personne. 3 entretiens en visioconférence d'une heure avec la formatrice répartis sur 3 mois.

Accompagnement post-formation : sur devis. Pour permettre une réflexion à partir d'un besoin spécifique ou d'une problématique identifiée.