

Pratiquer la présence attentive et l'écoute active

SUR-MESURE

INTER ENTREPRISE

Objectif de formation

Être capable d'améliorer, au quotidien, de nombreuses situations de communication interpersonnelle de la vie professionnelle.

Programme

Cerner les principes fondamentaux de l'écoute active

Discerner pour mieux comprendre: qu'est-ce que l'écoute active ?

Entendre ce n'est pas écouter

Accepter son interlocuteur dans sa globalité et ses différences

Agir, une bonne relation se construit à deux

Observer et décoder les signaux de l'écoute active

Analyser la communication non verbale: la gestuelle et le langage du corps

Écouter le sens du verbal: le ton, la voix, les mots

Repérer les cohérences ou dissonances entre le verbal et le non-verbal; ajuster, remédier

Développer ses capacités d'écoute

Maîtriser les techniques pour initier et maintenir un dialogue constructif:

Se centrer sur son interlocuteur

Savoir reformuler sans interpréter

Utiliser les silences pour enrichir l'échange (lever les non-dits)

Questionner pour vérifier et approfondir

Savoir synthétiser sans dénaturer: points d'entente et de désaccord

Pérenniser les bonnes pratiques

Acter les avantages de l'écoute active: de la méfiance à la confiance de votre interlocuteur

Identifier ses propres freins et limites

Adopter des règles personnelles et une éthique: frontières entre influence et manipulation

Mettre en œuvre son plan d'action et de progrès en matière d'écoute et d'échange constructif

Infos pratiques

Type de formation

Formation continue

Public cible

Tout public et particulièrement toute personne en charge de négociation

Durée

2 Jours dont 14 Heures en centre

Tarif(s) net de taxe

750 € par stagiaire

Adresse

Quimper - CFTMI/CEL
145 Avenue de Keradennec,
CS 76029,

29330 Quimper

<https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>



Les points forts de la formation

- Les bénéfices pour l'entreprise : mieux communiquer et favoriser des liens authentiques avec ses collaborateurs pour une ambiance de travail sereine.
- De nombreux exercices permettent la maîtrise de l'écoute dans son cadre professionnel

Les conditions d'admission

Prérequis

Aucun pré-requis

Le parcours de formation

Objectifs pédagogiques

Appréhender les principes de l'écoute active pour initier des relations constructives et efficaces. Apprendre à observer et décoder les signaux de communication. Comprendre sa réalité et identifier ses différences pour rentrer en contact. Analyser son état émotionnel et décoder celui de son interlocuteur. Savoir ajuster efficacement sa communication pour maintenir le dialogue.

► PRÉSENTIEL

Modalités d'évaluations

Dans le cadre de notre process qualité, évaluation systématique des éléments acquis en fin de formation
Validation, diplôme obtenu Attestation de formation

Modalités pédagogiques

Formation dynamique et participative. Une place importante est réservée aux mises en situation. Cas pratiques réels issus de l'expérience et du vécu des participants

Date et mise à jour des informations : 08/07/2026

Extrait de la description de la formation. Consultez l'intégralité des informations relatives à cette formation sur notre site internet www.cci-formation-bretagne.fr

Les sessions



Quimper

- 01 - 02 octobre 2026 - La formation se déroule au Relecq-Kerhuon
- 30 septembre et 1er octobre 2027 - la formation se déroule au Relecq-Kerhuon

Contact



NATHALIE LE BRUN / Pierre-Yves LE GALL

formation.quimper@finistere.cci.fr

CFTMI/CEL Quimper - N° SIRET 130 022 932 00326 - N° d'activité 53290897729

145 Avenue de Keradennec, CS 76029, - 29330 Quimper

Tél. : 02 98 98 29 78 - formation.quimper@finistere.cci.fr - <https://cci-formation-bretagne.fr/finistere>

 CCI FORMATION
BRETAGNE