

S’Entrainer à l’Ecoute Active

Lien : https://maroc-performance.com/formation/sentrainer-a-lecoute-active

DURÉE
2 jours (14h)

RÉFÉRENCE
DP38

CATÉGORIE
Prise de Contact et Ecoute

OBJECTIFS DE LA FORMATION

À l'issue de cette formation, vous serez capable de :

- Améliorer l'écoute en situation professionnelle pour optimiser les relations quotidiennes
- Présenter des techniques de contrôle émotionnel

POUR QUI ?

- Toutes personnes désireuses d'améliorer ses relations professionnelles par une amélioration de ses capacités d'écoute

Maroc Performance



Programme détaillé

1 / L'importance d'une écoute de qualité

- Qu'est-ce qu'écouter ?
- Comment écouter ?
- Les différentes qualités d'écoute
- Bonnes et mauvaises habitudes d'écoute

2 / Les clés du dialogue

- Le face à face : règles de base
- Exister en occupant sa place
- Laisser exister en pratiquant l'écoute active

3 / Le contexte de la relation d'écoute

- Les besoins fondamentaux de l'être humain
- Les valeurs et leur hiérarchisation
- Les difficultés de l'écoute :
- filtres sensoriels et représentation
- critères de tri de l'information

4 / Les techniques de l'écoute active

- Les différents types de questions
- Les différents types de reformulations
- L'attitude de non-influence dans l'écoute

Maroc Performance

- Créer un climat de confiance
- Suspendre son jugement et mesurer ses réactions
- Le danger des fausses interprétations

5 / L'écoute fine du non-verbal et la synchronisation

- Comment être vraiment présent à l'autre
- L'écoute du non-verbal
- La synchronisation

6 / L'écoute dans la dynamique de la communication

- De l'écoute active à la communication performante

Approche pédagogique

- Support Ecrit et Projection
- Exposés Interactifs, Podcasts et Vidéos
- Brainstorming et Jeux de Rôle
- Mises en Situation pour faciliter l'assimilation
- Cas Pratiques et Labs inclus pour leur impact opérationnel
- Test de Validation des Acquis des Connaissances

Prochaines dates programmées

10 au 11 Déc. 2026	Distanciel
07 au 08 Jan. 2027	Présentiel - Casablanca
09 au 10 Mars 2027	Présentiel - Casablanca
06 au 07 Mai 2027	Présentiel - Casablanca
06 au 07 Juil. 2027	Présentiel - Casablanca

Autres dates possibles sur demande. Contactez-nous pour organiser une session intra-entreprise.

Maroc Performance

Réservation & Renseignements

Téléphone : +212 522 247 210
Email : contact@maroc-performance.com
Web : https//www.maroc-performance.com

Document généré le 18/11/2026 — Réf : DP38
Maroc Performance — Tous droits réservés

Maroc Performance