

ÉCOUTE EMPATHIQUE

Public concerné : toute personne qui souhaite développer sa capacité à communiquer et à pratiquer l'écoute empathique au sein de sa famille, avec ses amis, dans son travail (en équipe ou auprès de bénéficiaires ou clients), etc.

On communique beaucoup chaque jour, parfois rapidement, mais écoute-t-on vraiment nos interlocuteurs-trice-s ? Et lorsqu'on écoute, arrive-t-on à éviter les jugements de valeur, à écouter sans vouloir convaincre, compatir, comparer, consoler, avec pour seule intention d'écouter ? La personne a-t-elle besoin qu'on lui apporte une solution, ou surtout qu'on l'écoute ? Cette formation permettra de comprendre ce qu'est l'écoute empathique et de la pratiquer dans différentes situations.

OBJECTIFS

- Interroger les fonctions et effets de la communication
- Identifier ce qui facilite la communication et la relation interpersonnelle
- Identifier les freins, les leviers et les enjeux de l'écoute empathique
- Apprendre à écouter sans juger, sans intention autre que celle d'écouter et de comprendre
- Apprendre à identifier et comprendre les émotions et les besoins de l'autre
- Apprendre à s'écouter et à se comprendre (auto-empathie)

CONTENUS

- La communication verbale et non verbale
- Le calibrage relationnel et les systèmes de référence
- Le jugement
- Les ressentis et les besoins
- Notions complémentaires inspirées de la communication non violente

• **Durée** 7h

• **Tarif** | 75€ en inscription individuelle
| 280€ en inscription employeur (OPCO possible)

*Vous aimeriez participer, mais vous n'avez pas de financement. Contactez-nous.

Inscription sur le site : www.scicabulle.com/inscriptions/

Mail : contact@scicabulle.com | **Site :** www.scicabulle.com | **Tél. :** 06 52 84 38 31

Adresse : 58 rue Raulin 69007 Lyon | **Inscription sur le site :** www.scicabulle.com/inscriptions/ | **Informations inscription :** inscription@scicabulle.com

N° déclaration activité de formation : 84691443469 (Ne vaut pas agrément de l'État)