

## L'empathie, l'écoute active et les habiletés relationnelles : qu'est-ce qui facilite la communication interpersonnelle et la confiance ?

### Pour une communication et une écoute de qualité

Notre approche consiste à (re)découvrir et à expérimenter les ingrédients d'une authentique présence à l'autre, c'est-à-dire les attitudes qui déterminent une communication de qualité.

Dans une diversité de situations de la vie professionnelle, et de la vie tout court, l'écoute de l'autre, dans ses dimensions cognitive, affective et sensitive (non verbale), contribue à cette communication.

### Prochaine session

**COMA124** - Tarif particulier/non-marchand:: 340 €, Tarif entreprise:: 510 €

• 04/06/2024

• 11/06/2024



## Objectifs

---

**Les bases de la communication et les attitudes facilitatrices de "l'écoute active"**: créer la confiance et la sécurité psychologique pour tenter de comprendre l'interlocuteur, et parfois, pour l'aider à se comprendre lui-même (empathie, respect, authenticité)

## Contenu

---

Comprendre les bases de la communication

Les caractéristiques fondamentales de la communication inter-humaine: règles de la communication, codage et décodage, émetteur et récepteur, processus et contenu, langage verbal et non-verbal.

Mettre en confiance: les attitudes facilitatrices

Les ingrédients relationnels qui contribuent à la qualité de l'écoute, à l'établissement de la confiance, à la considération pour l'autre, à l'expression de l'interlocuteur: empathie, respect conditionnel et inconditionnel, authenticité.

## Méthodologie

---

Le module de formation est conçu sur un mode expérientiel, dynamique et interactif.

Méthodologiquement, des "expérimentations", généralement réalisées en petits groupes, alternent avec de brèves présentations théoriques.

