



Ecoute Active pour Mieux Communiquer

 DURÉE
2 jours (14h)

 RÉFÉRENCE
DP39

 CATÉGORIE
**Prise de Contact et
Ecoute**

OBJECTIFS DE LA FORMATION

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

- ✓ Développer son potentiel d'écoute pour mieux communiquer
- ✓ Améliorer l'écoute en situation professionnelle
- ✓ Optimiser les relations quotidiennes
- ✓ Maîtriser des techniques permettant de contrôler ses émotions

POUR QUI ?

- ✓ Tout collaborateur de l'entreprise



Programme détaillé

1/ Identifier ses situations d'écoute et les bénéfices d'un dialogue sain au quotidien

- Évaluez sa capacité et son style d'écoute
- Identifier les trois niveaux de l'écoute active
- Connaître les cinq éléments clés pour améliorer sa posture d'écouter
- Comprendre les enjeux et limites de l'écoute active
- Créer un cadre propice à une écoute de qualité
- Préserver l'intégrité du message grâce à la gestion des émotions, la non directivité et une écoute non sélective
- Établir un pacte d'écoute, installer la confiance et la maintenir grâce à la synchronisation

2/ Les outils de l'écoute active : de l'acquisition de l'information...

- Les outils de l'écoute active : de l'acquisition de l'information...
- La reformulation : l'art de répéter autrement sans dénaturer le propos
- Le questionnement : trouver le subtil équilibre entre questions ouvertes et fermées
- L'usage du silence (chut !)
- La confrontation et la provocation : faire réagir pour clarifier et amener à la conscience
- Accepter la contradiction, accueillir les émotions de son interlocuteur
- Rester disponible pour l'autre
- Déceler les non-dits avec l'analyse du choix du vocabulaire et des tournures de phrases
- Enrichir la qualité d'écoute par le langage du corps, l'intégration du non-verbal

3/ Identifier les jeux sémantiques

- Relever les généralités et les préjugés

- Sortir des schémas mentaux
- Passer outre son désir d'interprétation
- Apprendre à relever les interprétations et les inférences

4/ L'écoute active au service d'une communication performante



- Maîtriser les étapes d'un entretien en face à face
- Quelles règles respecter pour mieux communiquer avec ses interlocuteurs dans la durée ?
- Maîtriser les caractéristiques de l'écoute d'un groupe en réunion (positionnement dans une réunion, prise de notes, etc.)
- S'adapter à des situations diverses

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

 26 au 27 Mai 2026  Casablanca - Maroc



 23 au 24 Juil. 2026  Casablanca - Maroc

 22 au 23 Sep. 2026  Casablanca - Maroc

 19 au 20 Nov. 2026  Casablanca - Maroc

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

Réservation & Renseignements

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

 Scannez pour accéder
à la fiche en ligne

Maroc Performance