

ATELIER

INSTITUT
131



Coût de la formation

Le tarif est de 1200 € H.T. (soit 1440 € T.T.C.) pour les 16h de formation

La durée

16 heures, soit 2 journées de 8 heures

Les objectifs pédagogiques

1. L'écoute active comme outil de communication
 - Distinguer l'écoute active des autres formes d'écoute et explorer notre capacité à communiquer
 - Connaître l'intérêt de l'écoute active et ses limites
 - Développer l'empathie et gérer ses émotions (jugements, préjugés et biais)
 - Connaître et pratiquer le questionnement et la reformulation
 - L'écoute active comme outil de communication
2. L'écoute active appliquée à un métier

Modalités d'évaluation

- Grille d'évaluation
- Travaux pratiques
- Tests de contrôle des connaissances et validation des acquis durant la journée d'entraînement
- Echanges avec le formateur

Accessibilité & prise en compte des situations de handicap

Pour toutes nos formations, nous réalisons des études préalables à la formation pour adapter nos locaux, les modalités pédagogiques et l'animation de la formation en fonction de la situation de handicap énoncée. En fonction des demandes spécifiques, nous mettrons tout en œuvre avec nos partenaires spécialisés pour réaliser la prestation.

Notre référent Handicap est Mme Sabrina Chair, joignable par mail : schair@cmap.fr

N°SIRET 435 001 557 00014
N° NAF 8559A

Enregistrée sous le numéro 1175 56630 75
après du préfet de la région Île-de-France.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

Formation à l'Ecoute Active

by



Prérequis

Absence de prérequis

Public concerné

Cette formation s'adresse à toute personne dont l'activité nécessite d'intégrer la maîtrise de l'écoute active. Elle peut être adaptée au cas par cas pour prendre en compte les objectifs et spécificités professionnelles (services d'urgences, accueil, médiation, arbitrage etc.)

Méthode

- Jeu de présentation
- « Jus de cerveau »
- Se mettre au diapason
- Jeux de rôles entre écouté, écoutant, observateur
- Simulation d'écoutes
- Exercices d'écoutes
- Exercices de questionnement et reformulation
- Exercices de médiation
- Apports théoriques interactifs
- Synthèses
- Mimétisme

Voies d'accès

- Formation continue
- Candidature libre

Secteurs d'activités dans lesquels s'exerce l'écoute active

Tous secteurs d'activités

Délais d'accès :

11 jours ouvrés avant le début de la formation

by



ÉCOUTE ACTIVE EN MÉDIATION

INSTITUT
131

PROGRAMME

De l'écoute du quotidien à l'écoute active

- ✓ Prendre conscience de la façon dont nous écoutons et communiquons?
- ✓ Placer l'écoute active dans les différentes formes d'écoute
- ✓ Envisager l'écoute active comme un outil performant de communication
- ✓ Déterminer pourquoi j'écoute

De l'écoute de soi à l'écoute de l'autre : l'empathie

- ✓ Se libérer de ses jugements, préjugés et biais
- ✓ Utiliser ses émotions comme des filtres
- ✓ Devenir congruent
- ✓ Distinguer l'émotion et la façon dont elle est exprimée

Questionnement

- ✓ Mettre en lumière l'intérêt du questionnement
- ✓ Travailler les différentes formes de questionnement : les registres de questions
- ✓ Travailler les différents niveaux de questionnement : objectifs et pouvoir transformatif des questions
- ✓ Savoir adapter son questionnement aux différentes phases du processus de médiation

Reformulation

- ✓ Mettre en lumière l'intérêt de la reformulation
- ✓ Travailler les différentes formes de reformulation
- ✓ Les blocages rencontrés par le médiateur

Entrainement à l'écoute active

- ✓ Pratiquer
- ✓ Déterminer les compétences à travailler

Application professionnelle

by



ÉCOUTE ACTIVE EN MÉDIATION

INSTITUT
131



Vos intervenants



Catherine Peulvé

Catherine Peulvé est avocat d'affaires au barreau de Paris, dans un cabinet de niche dédié à la résolution des litiges, et passionnée et impliquée depuis 2009 en médiation interentreprises.

Elle est certifiée CMAP, médiateur de l'institut de prévention et résolution des conflits (CPR) (NY-USA), de la Cour européenne d'arbitrage et de Médiation (CEAM) (France), du Centre d'Arbitrage, de Médiation et de Conciliation de Ouagadougou (CMCA-O) (Burkina Faso) et de la Fédération Française de la Franchise (France)

Elle est également inscrite auprès de la cour d'appel de Paris et du Ministère de la justice du Luxembourg. En devenant médiateur, elle a su mettre en pratique ses compétences d'écoute et de gestionnaire de conflits et participer à la formation de médiateurs.



Pierre Jung

Avant de devenir avocat, Pierre Jung a été responsable de la formation de formateurs en secourisme à la Croix-Rouge française. Expatrié comme avocat au Vietnam pendant cinq années, il a compris l'importance de la communication interculturelle pour faire avancer les projets d'investissement.

De retour en France, il s'est intéressé à la psychanalyse et plus particulièrement à l'utilisation de l'écoute à des fins thérapeutiques. Il s'est formé à l'écoute active mise en lumière par Carl Rogers puis, après quelques années d'écoute au sein d'une association de prévention du suicide, il est devenu formateur d'écouteurs professionnels ou bénévoles.

En devenant médiateur il a pu mettre en pratique ses compétences d'écouter et de gestionnaire de conflits et participer à la formation de médiateurs.

N° NAF 8559A

Enregistrée sous le numéro 1175 56630 75
auprès du préfet de la région Île-de-France.
Cet enregistrement ne vaut pas agrément de l'Etat.

CCI PARIS ILE-DE-FRANCE

N°SIRET 435 001 557 00014

Contact et renseignements : 01 44 95 11 49
institut131@cmap.fr

by



INSTITUT
131

ÉCOUTE ACTIVE EN MÉDIATION

Dates

- 8 - 9 avril 2026
- 29 - 30 septembre 2026

Civilité _____

Nom _____ Prénom _____

Date et lieu de naissance ____ / ____ / ____ à _____

Société _____

Fonction _____

Adresse de facturation Professionnelle Personnelle

Code postal _____ Ville _____

Téléphone _____

Courriel (contact inscription) _____

Courriel participant (si différent) _____

Comment avez-vous connu notre formation ? _____

Le tarif est de 1200 € HT (soit 1440 € TTC) pour les 16h de formation.

Je règle par :

- Chèque bancaire à l'ordre du CMAP
- Virement bancaire
BNP PARIBAS Grande Armée
IBAN : FR 76 3000 4008 1300
0104 6941 451
BIC : BNPAFRPPGA
- Autre (merci de préciser)

Les informations recueillies dans le cadre du présent bulletin d'inscription font l'objet d'un traitement informatique par le CMAP-Institut 131 à des fins de gestion des relations avec ses clients et prospects.

Conformément à la loi «informatique et libertés» du 6 janvier 1978 modifiée en 2004, vous bénéficiez d'un droit d'accès, de rectification et d'opposition aux informations qui vous concernent, que vous pouvez exercer en vous adressant par courrier au CMAP-Institut 131, 39 avenue Franklin D. Roosevelt, 75008 Paris ou par mail à institut131@cmap.fr ou par téléphone au 01 44 95 11 40.

* Tarif soumis à modification. Le tarif applicable sera celui en vigueur au jour de la facturation par le CMAP-Institut 131 .

- J'ai bien pris connaissance [des conditions générales](#) et compris la nature de mon engagement.
- J'accepte la publication d'une photo de groupe sur les réseaux sociaux du CMAP-Institut 131
- J'accepte la diffusion de mon adresse email aux participants du groupe de formation.

Cachet de l'entreprise
date et signature

pour le CMAP - Institut 131
date et signature