

## Apprendre à mieux se connaître pour mieux communiquer

Durée : 7 heures

### Programme de formation

#### Public visé

Agriculteurs de la Mayenne et de la Sarthe

#### Pré-requis

Pas de pré-requis

#### Objectifs de la formation

- Mieux se connaître pour mieux communiquer
- Reconnaître différents modes de Fonctionnement avec la méthode OPR®
- Adapter sa communication en fonction de ses interlocuteurs et des situations
- Mesurer l'impact de ses comportements sur les autres.

#### Description / Contenu

- **Son mode de communication**
- Ses zones de confort
- **L'impact de sa communication**
- **La méthode OPR** pour optimiser sa communication
- **Les différents modes de fonctionnement "des autres"**
- **Bien communiquer suivant le profil des "autres"**
- **Les profils** en utilisant les clés appropriées
- **Autodiagnostic** : les points de progrès pour faciliter le changement
- **Les résistances au changement** et les indicateurs de réussite du changement

#### Modalités pédagogiques

- Echanges entre les participants
- Mises en situation collectives et individuelles
- Travail de groupe



## Moyens et supports pédagogiques

- Diaporama
- Guide pédagogique remis à chaque stagiaire

## Modalités d'évaluation et de suivi

- Auto-positionnement préalable à la formation
- Evaluation des acquis tout au long du processus de formation
- Evaluation des connaissances par appréciation du formateur sur l'outil Dendréo
- Evaluation de la satisfaction des participants

## Modalités d'accessibilité

Votre accueil et votre confort nous tiennent à coeur!

Notre référent handicap, Mikaël Trideau, est là pour vous écouter, vous accompagner et trouver avec vous les solutions adaptées à vos besoins. Contactez-le si besoin au 02 43 49 84 52, il vous répondra avec bienveillance.

Nos locaux sont accessibles aux personnes à mobilité réduite.  
Nous prendrons le temps d'échanger avec vous pour imaginer ensemble les adaptations les plus appropriées : supports pédagogiques sur-mesure, matériel adapté, accompagnement humain, recours à notre réseau de partenaires...  
N'hésitez pas à nous en parler dès votre inscription.  
Nous trouverons des solutions, avec vous et pour vous!

## Profil du / des Formateurs

Consultante Cerfrance Relations et Ressources Humaines

## Responsable de stage

Nathalie MILSENT