

# SIX OUTILS POUR MIEUX COMMUNIQUER

Découvrez 6 outils aussi simples que puissants pour améliorer vos relations.  
Ces outils sont utilisables aussi bien dans un cadre professionnel agricole qu'avec nos proches, au quotidien.



## POUR QUI ?

- Agriculteurs ou groupe d'agriculteurs
- Employeurs de main d'oeuvre et salariés

## CONTENU

- 11 vidéos
- 1 quiz pour ancrer vos connaissances
- 2 outils pratiques à télécharger :
  - Besoins personnels
  - Liste des sentiments
- **En option** : Coaching de 1h00

## OBJECTIFS

- Savoir se préparer pour bien écouter son interlocuteur
- Développer une meilleure qualité d'écoute
- Découvrir les marges de manœuvres que nous possédons pour améliorer nos relations
- Comprendre les 4 étapes de la Communication Non Violente
- Savoir éviter les principaux pièges de la communication

## PRE-REQUIS

- Savoir se servir d'un ordinateur



### Les formations complémentaires

- Les sciences cognitives au service des formateurs et apprenants
- Approfondir la bonne entente en groupe

## PROGRAMME

- Comment communiquons nous ?
- **Outil N°1** je me rends disponible pour l'écoute
- **Outil N°2** j'utilise l'écoute active
- **Outil N°3** je communique ce que je vis
- **Outil N°4** j'assume la responsabilité de mes émotions et réactions
- **Outil N°5** Observation
- **Outil N°6** sortir de la dualité



1H20



2 FICHES OUTILS À TÉLÉCHARGER

1H50 DE FORMATION

