



Organisme de formation

N° de déclaration : 11 75 18979 75

Durée

2 journées de formation
collective - 14 heures

Date(s)

16 et 17 mars 2015 ou
19 et 20 mars 2015

Lieu

Trame
6 rue de la Rochefoucauld
75009 Paris

Intervenant(e)s

Pierrette Desrosiers,
formatrice et psychoach du
travail

Tarifs : Frais pédagogiques

Membre élue IGF	50 €
Stagiaire éligible VIVEA	100 €
Stagiaire non éligible VIVEA	200 €
Conseiller/Animateur	400 €

Contact

Céline Marec
01 44 95 08 16
c.marec@trame.org



Devenez producteur de votre vie, Choisissez de Réussir !

L'organisme de formation

L'IGF travaille, avec Trame, depuis plusieurs années sur les risques psychosociaux, sujet souvent tabou, mais pourtant de plus en plus fréquent sur les exploitations. Les agricultrices de l'IGF ont choisi de faire intervenir Pierrette Desrosiers, une psychoach du travail spécialisée dans le monde agricole.

Pour en savoir plus :

<http://www.pardessuslahaie.net/frontend.php/trame/1613>

Public de la formation

Tout agriculteur, agricultrice, salariés agricoles ou animateurs/conseiller qui souhaite s'initier à l'intelligence émotionnelle pour mieux intervenir et écouter les agriculteurs et les salariés, pour pouvoir mieux les aider et les orienter.

Objectifs de la formation

Chaque participant apprendra à mieux se connaître en tant que leader à travers l'autoévaluation de son quotient émotionnel et découvrira les différentes sources de stress pour mieux les vivre. Il s'agit, pour chacun, d'adopter une posture d'entrepreneur performant, en gérant ses émotions pour mieux piloter son exploitation et atteindre ses objectifs personnels et professionnels. En travaillant sur soi-même, ils seront plus en capacité, après la formation, d'aider les autres.

Méthodes

- ◆ Animation de la formation grâce à plusieurs techniques pour permettre aux stagiaires de les expérimenter en tant que participants.
- ◆ Apports théoriques.
- ◆ Remise de documents (livres, dvd, capsules youtube) aux stagiaires.

Contenu

Les 9 raisons de développer son quotient émotionnel

Identification des ses propres sources de stress

S'autoréguler pour mieux piloter son exploitation

Comprendre le rôle de la volonté et du contrôle de soi dans le succès personnel et professionnel

Les 7 stratégies pour augmenter son niveau de volonté

Comprendre le rôle des croyances limitatives

Reconnaitre les signaux de détresse pour mieux écouter et orienter les agriculteurs (le paradoxe de la non-consultation chez l'homme)

Exercices de gratitude

Trame