

## LE BONHEUR AU TRAVAIL, LES APPORTS DE LA PSYCHOLOGIE POSITIVE

### POUR QUI ?

Accompagnateurs de GAEC,  
de sociétés, animateurs  
d'associations agricoles,  
de points de ventes collectifs,  
de Cuma, conseillers  
d'entreprise...  
Agriculteurs membres  
des commissions Agriculture  
de groupe

### LE +

Une journée de formation  
opérationnelle pour acquérir  
de nouveaux outils

### A NOTER

Possibilité de  
financement par les  
fonds de formation

### TARIF

280 € HT + frais de repas  
Prise en charge VIVEA  
pour les agriculteurs  
éligibles

### OBJECTIF

La psychologie positive propose de s'intéresser non plus à ce qui dysfonctionne chez les individus mais plutôt à ce qui fonctionne le mieux afin de l'étudier et de pouvoir le transmettre à tous. L'idée, est donc bien de s'appuyer sur ce qui marche et de continuer à le renforcer.

Dans cette optique, cette journée a pour but de découvrir dans un premier temps quelques éléments clés de la psychologie positive. Nous travaillerons ensuite l'utilisation de quelques outils et pratiques rapidement utilisables dans l'accompagnement des sociétés.

### CONTENU

#### La psychologie positive : les bases

- Les fondements de la psychologie positive
- Quelques études en psychologie positive

#### Quelques apports et outils de la psychologie positive

- Les notions de bonheur, de bien-être. Des outils de mesure du bien-être (échelle de satisfaction de vie – mon tableau de bord du bonheur)
- Les émotions positives
- Les forces et leur utilisation au quotidien
- Les relations au travail (pardon et gratitude)
- Le modèle SPARC

**Apports théoriques et pratiques, exercices pratiques, jeux de rôles...**

### DATES ET LIEUX

- LYON : 8 février 2018
- RENNES : 13 mars 2018
- PARIS : 5 avril 2018
- TOULOUSE : 15 mai 2018

Intervenant  
Régis DESSEAUX



Consultant-formateur à Arc & Sens développement  
Membre du groupe des référents RH de GAEC & SOCIÉTÉS  
Consultant d'entreprise en agriculture pendant 15 ans  
Responsable de service Relations Humaines pendant 6 ans  
Formation : Diplôme Universitaire de Compétences  
en Relations Humaines (DUCERH)  
Maître praticien PNL

### ANSGAEC

Association Nationale des Sociétés  
et Groupements Agricoles pour l'Exploitation  
en Commun

11, rue de La Baume - 75008 PARIS  
Tél. 01 53 89 12 20 - Fax 01 45 63 09 32  
ansgaec@ansgaec.org - www.gaecetsocietes.org