Œuvrer en couple : définir des rôles et savoir communiquer entre associés

PUBLIC CIBLE

Agriculteurs et agricultrices actuel(le)s et/ou futur(e)s (quels que soient leurs statuts) en couple qui souhaitent développer leurs capacités à mieux travailler ensemble en alliant bien-être et efficacité

OBJECTIFS

S'interroger sur les facteurs de bien-être dans un projet professionnel en couple en tenant compte des besoins de chaque personne. Acquérir des clés de compréhension et des outils pour travailler en couple de manière sereine et efficace.

ENJEUX

Les projets de création ou de reprise d'activités agricoles sont souvent imbriqués dans un projet de vie plus global, qui amène souvent des couples à travailler ensemble sur la ferme. De nombreuses questions sont alors soulevées par les couples concernés : - Comment faire pour que chaque personne trouve vraiment sa place et se sente reconnu(e) par l'Autre et aussi par les Autres ? - Comment aborder les questions d'égalité professionnelle et de qualité de vie au travail ? Comment se répartir le travail et les responsabilités de façon à allier bien-être et efficacité ? - Comment prendre des décisions vraiment ensemble ? Que faire quand nous ne sommes pas d'accord ? - Comment garder un équilibre vie professionnelle et vie personnelle ? Cette formation de 2 jours est construite pour vous permettre d'avancer concrètement sur ces questions au sein d'un groupe accueillant, avec une intervenante spécialisée dans l'accompagnement des collectifs agricoles.

PRÉ-REQUIS

Aucun pré-requis nécessaire

CONTENU

J1 :
- Identifier les spécificités du travail en couple : les niveaux de couple et les impacts sur la vie perso-professionnelle.
- Identifier les points de vigilance pour allier bien-être et efficacité : besoins et comportements des couples au travail (place, rôle, organisation du travail).
- Acquérir des démarches et des techniques de communication constructive :
* techniques d'écoute active et de questionnement, niveaux d'ouverture et niveaux d'écoute, gestion du stress et de l'agressivité, régulation des tensions
* techniques pour « débrancher » quand c'est nécessaire, place des émotions …

J2 :
- Identifier la place des couples dans les entreprises agricoles (répartition des taches) pour prendre du recul et se positionner
- Aborder les questions liées à l'argent et autres sujets sensibles :
les 3 logiques de gestion de l'argent dans le couple, don-contre don et/ou dû-rendu ; et autres sujets sensibles : temps subi vs temps choisi, couple dans un collectif de travail, événements de la vie et impact sur le travail en couple…
- S'outiller pour prendre des décisions vraiment ensemble : créer du consensus vs faire des concessions, « ce qui serait idéal » vs « ce qui est acceptable ».
- Pour chaque binôme, identifier des actions à mettre en place pour allier bien-être et efficacité.

MODALITÉ D'ENSEIGNEMENT

présentiel

MÉTHODES ET MOYENS PÉDAGOGIQUES

Infos complémentaires

ORGANISÉE PAR
ADEAR Drôme

DURÉE : 2 jour(s)

DATE LIMITE : 23/02/2026

MODALITÉS D'ACCÈS
Places de parking gratuites disponibles à l'extérieur de l'Usine vivante. Accès PMR possible.

TARIFS

Finançable par le fond de formation Vivea

Pour les personnes n'ayant pas de fond Vivea, le tarif en autofinancement est de 100€ par participant/jour. Tout participant doit être adhérent de l'ADEAR26 (adhésion en prix libre).

ATTESTATION

Remise en fin de formation

RENSEIGNEMENTS
Orlane LEU
orlane.leu@adeardrome.fr
ADEAR 26
p/o Usine Vivante
24 avenue Adrien Fayolle
26400 CREST
07 82 39 28 05

MENTIONS
Pour réussir votre formation, notre organis me est en capacité d'adapter ses prestati ons aux éventuelles situations de handica p, temporaires ou permanentes. Merci de nous contacter afin d'étudier ensemble le s possibilités d'adaptation.

SATISFACTION : 95,75% de nos stagiaires sont satisfaits de nos formations (MAJ juill/25)

NOTE : Repas tiré du sac

Alternance de temps :
- de prises de recul et de prises de conscience
- d'apports théoriques et méthodologiques permettant de donner du sens aux situations vécues
- d'apports d'outils et démarches utilisables concrètement
- et surtout de temps d'expérimentation des démarches proposées.

MOYENS MATÉRIELS

Supports pédagogiques

MODALITÉS D'ÉVALUATION DES ACQUIS

Auto-évaluation en fin de formation

RÉFÉRENCES QUALITÉ

qualicert

DATES, LIEUX ET INTERVENANTS

Date	Lieu	Intervenant
03/03/2026	26400 Drôme	Delphine Guilhot, formatrice et accompagnatrice de projets collectifs, association Le Parapluie Sociologue d'intervention et formatrice
02/03/2026	26400 Drôme	Delphine Guilhot, formatrice et accompagnatrice de projets collectifs, association Le Parapluie Sociologue d'intervention et formatrice

THÈMES

Réfléchir à ses pratiques | Approche globale | Installation | S\'associer / coopérer

FINANCEURS

☐ J'atteste avoir pris connaissance des conditions générales de formation (Voir la fiche)