



Exercice d'autogestion : la relecture des décisions passées

Cet exercice a pour but de mieux comprendre les décisions qui ont été prises sur l'exploitation agricole par le passé. Un deuxième objectif est de repérer les séquences «**alternative, choix, décision**» que l'on a vécu comme décideur. Cette relecture mentale est un entraînement à la pratique du **discernement** (Quel était le dilemme ? Avais-je une alternative lors de ma décision ? Ai-je réalisé un choix par défaut ? Ai-je réellement eu l'impression de prendre une décision ?).

Cet exercice est un travail sur soi qui s'effectue seul (à défaut d'un bon coach). Il est simple à mettre en œuvre, mais il requiert un travail personnel authentique.

Recommandation !

Il faut refuser l'idée que le décideur et le résultat de sa décision ne font qu'un. Ne pas s'identifier au résultat de la décision passée est important. La distance entre la personne et le résultat est nécessaire surtout s'il a été négatif. Cela aide à regarder objectivement son propre fonctionnement en tant que décideur.

Cet exercice se pratique en **trois temps** :

- D'abord, laisser remonter à sa mémoire les **événements** liés à une décision passée (son contexte).
- Puis, repérer les **états d'esprit** (effets psychosomatiques) que ces souvenirs laissent en soi.
- Enfin, prendre acte des états d'esprit qui en résultent, s'interroger sur **l'origine** de ces états d'esprit.

Question 1	Qu'est-ce que j'ai fait ?

Question 2	Qu'est-ce que ça me fait en y repensant ?

Question 3	Dans quelle disposition ça me laisse ?

Source : Perrot, E. (2012). *Le discernement managérial entre contraintes et conscience*. pp. 245-248. Paris: Desclée de brouwer.