

### MOTIVE(E) DANS LA DUREE

*Grâce aux neurosciences, la compréhension des dynamiques comportementales évolue. Derrière nos comportements, les motivations nous gouvernent. Les identifier et les stimuler permet de s'engager durablement dans nos activités professionnelles. Les reconnaître chez l'Autre facilite le travail d'équipe...*

#### Les principes fondateurs de cette formation

1. Les motivations, sources d'énergie et d'action, sont diverses et parfois contradictoires
2. Identifier ses motivations durables et fluctuantes (chez soi et les autres) permet de s'engager professionnellement à long terme
3. Apprendre à se focaliser sur ses motivations permet de gérer les hauts et les bas inhérent à toute activité humaine

**Durée et articulation de la formation :** 1 jour soit 7 heures (9h30/13h - 14h/17h30)

**Publics :** toute personne souhaitant identifier et comprendre ses motivations et celle des autres

**Formats :** inter ou intra entreprise

**Prérequis :** aucun

**Modalités :** format « inter entreprise » : en distanciel (Google Meet) – format « intra entreprise » : dans les locaux du client

**Délais d'accès :** variable selon le format (« inter entreprise » : dès que le nombre de participants est supérieur ou égal à 4 personnes – « intra entreprise » : selon l'agenda du client et celui de l'organisme de formation)

**Accessibilité aux personnes en situation de handicap :** nous ferons appel à notre partenaire AGEFIPH pour nous indiquer la solution pédagogique la plus adaptée

**Qualité et indicateurs de résultats :** Évaluation orale, implication des participants aux exercices et aux analyses des cas pratiques. Taux de satisfaction des apprenants. Taux de retour des enquêtes.

#### Objectif général de cette formation :

Identifier et stimuler ses motivations pour s'engager professionnellement dans la durée

#### Objectifs pédagogiques :

- Comprendre l'origine et les différentes sortes de motivation
- Connaître les leviers d'une motivation durable
- Identifier et prendre conscience de ses motivations
- Comprendre l'articulation entre motivations et comportements

Janvier 2024

## Contenus des séquences guidées de la première demi-journée

- **Ice breaker**
  - Présentations croisées
  - Votre météo du jour
  - Attentes de la demi-journée
- **Les différents types de motivation**
  - Motivé(e) pour le plaisir
  - Motivé(e) pour le plaisir du résultat/reconnaissance
  - Motivé(e) pour éviter un résultat désagréable/inconfort
  - Motivé(e) pour le plaisir de penser
- **Exercices**
  - Questionner et valider une motivation pour le plaisir
  - Questionner et valider une motivation pour le plaisir du résultat
  - Questionner et valider une motivation désagréable/inconfort
  - Questionner et valider une motivation pour le plaisir de penser
- **Atelier pratique**
  - Identifier 1 ou 2 motivations (en sous-groupe – deux participants/acteurs - un témoin/observateur)
  - Analyse et retour d'expérience en groupe

## Contenus des séquences guidées de la deuxième demi-journée

- **Ice breaker**
  - Mise en mouvement (Échauffements tête – cœur – corps)
  - Attentes de la demi-journée
- **La boîte à outils (issus des neurosciences)**
  - Dynamique comportementale : cas concret (en groupe)
  - Dynamique comportementale : cas concrets (en sous-groupe)
  - Analyse et retour d'expérience en groupe
  - Présentation d'outils visant à assouplir des motivations liées à un inconfort
- **Ateliers pratiques**
  - Utilisation des outils selon les sujets apportés par des apprenants (en sous-groupes avec deux participants/acteurs - un témoin/observateur)
  - Analyse et retour d'expérience en groupe
- **Retours d'expérience**
  - Auto-évaluation
  - Partage des expériences
  - Bilan de la formation (suite et perspectives)

## Formateur

Jean Luc Traineau

Coach, formateur et dirigeant de Social Globe, Jean-Luc Traineau intervient auprès des chefs d'entreprises, entrepreneurs, managers et collaborateurs autour des sujets liés à la prospection et réputation sociale (LinkedIn), à la prise de décision, à la gestion du stress, à l'engagement au travail.

Référent Qualité, Pédagogique et Handicap Social Globe (Tél. : 01 42 00 45 15)

## Moyens pédagogiques et techniques

- Séquences guidées
- Travaux individuels et/ou par sous-groupe
- Mises en situation et jeux de rôles
- (Quiz en salle)
- Transmission des outils

**Prix** : « inter entreprise » : 450 €/participant – « intra entreprise » : 1 400 € la journée (7h)

Janvier 2024