

OBJECTIF GÉNÉRAL

Connaître les sources de la motivation en milieu professionnel et favoriser l'engagement au travail.

OBJECTIFS OPERATIONNELS

A la fin de la formation, les participants seront capables de:

- Expliquer les ressorts de la motivation au travail
- Développer la motivation au travail grâce aux outils de la psychologie positive
- Favoriser les conditions de la motivation au service de l'engagement professionnel

PROGRAMME :

Accueil et inclusion du groupe

La motivation, un moteur fondamental de l'engagement, du plaisir et de la performance au travail

La théorie de l'autodétermination (Deci & Ryan) au service de l'épanouissement au travail

Le feedback constructif et encourageant

Fixer des objectifs qui favorise l'engagement

Définir et expérimenter le flow (M. Csikszentmihalyi) au travail

Un temps pour explorer des pistes permettant d'intégrer les apprentissages de la formation dans sa pratique professionnelle

Synthèse et clôture de la formation

PUBLIC

Salariés, managers

PREREQUIS

Aucun

MODALITES

Mixte

MÉTHODES PÉDAGOGIQUES

Formation en groupe de 6 à 15 personnes.

Eclairages scientifiques, expérimentation d'outils, jeux de rôles, échanges en petits groupes, partage d'expériences en milieu professionnel et approche ludique (jeux, quiz, etc.) pour s'enrichir et s'inspirer !

Bibliographie et padlet avec les ressources clés, partagés en fin de formation pour aller plus loin

MODALITÉS D'ÉVALUATION

Evaluation des acquis avant/après formation ; Questionnaire de satisfaction systématique en fin de journée à compléter par les participants

DUREE

7 heures

COUT

Intra : A partir de 1 250,00 €

Inter : Nous consulter

LIEU

à définir avec le client (en présentiel ou à distance selon les besoins)

ACCESSIBILITE

Cette formation est accessible à tous. Nous nous adaptons.

Personne en situation de handicap : Merci de nous contacter pour que nous puissions prendre en compte vos besoins particuliers.

CONTACT

Emmanuelle DUCASSE - 06 13 10 17 02 - contact@feel-and-woop.com

Formatrice et facilitatrice d'interventions en psychologie positive appliquée à l'éducation et au management.

