



SEMINAIRE « SOUTENIR UNE MOTIVATION »

Un parcours professionnel est jalonné d'embûches, de périodes difficiles, de lassitude occasionnant doute, désarroi et démotivation. Le coût économique est non négligeable pour l'entreprise : absentéisme, démission, baisse de productivité...

Le prix à payer pour le salarié est élevé : stress, maladie, risque de licenciement

Le but de cette formation est de donner les moyens d'anticiper ses situations et d'apprendre à les gérer afin que les deux parties en sortent gagnantes.

Etat des lieux :

- Prise de conscience des événements démotivants
- Connaissance des processus internes inconscients qui soutiennent ou inhibent l'action.

Recherche et hiérarchie des valeurs :

- Identifier ses valeurs fondamentales
- Établir une hiérarchie en fonction de ses buts
- Tester dans l'action

De la qualité d'un « état interne » dépend l'aptitude à être efficace dans l'action donc de son résultat. Le terme « état interne » correspond à l'ensemble des processus cognitifs, émotionnels et comportementaux d'une personne communément appelé « état d'esprit ».

Processus cognitifs:

- Système de pensée, stratégies mentales, croyances

Gestion des émotions :

- Les identifier, modifier les inhibantes et amplifier les ressourçantes.

Comportements :

- Observation et changement si nécessaire

Donner du sens à son action, c'est se donner les moyens pour y parvenir aisément

Public concerné: toute personne intéressée par la Communication, le Management, la Négociation, les ressorts de la Motivation, la Réussite de sa vie professionnelle.

Techniques Pédagogiques : Programmation Neuro-Linguistique, Analyse Transactionnelle, Approche systémique, Management relationnel et Profils de personnalité.

Exposés, exercices, fiches récapitulatives permettent une intégration efficace.

Durée : De 2 à 4 jours de 9h 30 à 18h

Possibilité de journées supplémentaires de pratique en groupe ou en individuel