



L'intelligence motivationnelle

Public	Cette session s'adresse à toute personne souhaitant développer son intelligence motivationnelle, pour répondre de façon durable et efficace aux exigences du contexte professionnel liées au milieu hospitalier.
Prérequis	Contexte professionnel lié au milieu hospitalier.
DISPOSITIONS PRATIQUES	Effectif minimum : 1 participant Effectif maximum : 6 participants
Modalités et délai d'accès	Inscription via notre bulletin d'inscription : au minimum 15 jours avant le démarrage de la session
Présentation générale (problématique, intérêt)	<p>Piloter durablement son niveau d'engagement, quel que soit le niveau d'exigence de la situation, tel est l'objectif de tout professionnel de santé.</p> <p>Pour atteindre cet objectif, nous vous proposons une immersion dans l'intelligence motivationnelle afin d'en comprendre les leviers et vous permettre de les activer en situation professionnelle.</p>



Objectifs	<p>Développer l'intelligence motivationnelle des stagiaires afin d'en faire une ressource utilisable en situation professionnelle.</p> <p>A l'issue de cette session, chaque stagiaire sera en capacité d'identifier, d'activer et de réguler sa propre capacité d'implication, selon le niveau d'exigence du contexte dans lequel il se trouve.</p> <p>Pour ce faire, il utilisera des outils de préparation mentale et des outils issus des neurosciences cognitives et comportementales.</p> <p>Déclinaison des objectifs :</p> <p>Identifier les éléments constitutifs de l'intelligence motivationnelle, en utilisant l'outil R.E.D.C.A.R.</p> <p>Faire émerger les motifs primaires par la pédagogie du détour, en utilisant l'outil Jeu du voyage.</p> <p>Clarifier la notion de motifs primaires pour comprendre ses incidences, en utilisant l'outil Gouvernance cérébrale.</p> <p>Identifier les motifs primaires, en utilisant l'outil ma journée de fluidité.</p> <p>Activer les motifs primaires, en utilisant l'outil C.V.V.</p> <p>Clarifier la notion de motifs secondaires pour comprendre ses incidences, en utilisant l'outil Gouvernance cérébrale</p> <p>Assouplir ses motifs secondaires, en utilisant 2 outils : l'outil Pack Aventure et l'outil Pack Romantique.</p>
	<p>Clarifier la notion de surengagement pour comprendre ses incidences en utilisant l'outil Gouvernance cérébrale.</p> <p>Canaliser le surengagement, en utilisant l'outil R.E.Z.</p> <p>Basculer vers mon écologie motivationnelle, en utilisant l'outil Procédure d'implication.</p>
Contenu de la formation	<p>Programme détaillé :</p> <p>- La motivation, de quoi parle-t-on ?</p> <p>Motivation extrinsèque : Elle provient de facteurs externes, comme une récompense (argent, reconnaissance, note) ou une punition à éviter. Elle est utile pour démarrer une tâche, mais peut-être moins durable sur le long terme.</p> <p>Motivation intrinsèque : Elle naît de l'intérieur, de l'intérêt et du plaisir que l'on trouve à faire une activité. Faire du sport parce qu'on aime ça, apprendre pour la satisfaction d'acquérir de nouvelle connaissance.</p>

	<p>- Identifier ses sources de motivations durables.</p> <p>Valeurs personnelles : Quels sont vos principes directeurs ? La liberté, l'équité, l'altruisme, l'innovation ? Lorsque vos actions sont alignées avec vos valeurs, la motivation est naturellement plus forte.</p> <p>Passion et intérêts : Qu'est-ce qui vous passionne au point de ne pas voir le temps passer ? Qu'il s'agisse de créer, d'aider les autres, de résoudre des problèmes complexes ou de découvrir de nouveaux horizons, vos passions sont de puissants leviers.</p> <p>Sentiment de compétence et d'autonomie : Nous sommes motivés quand nous avons le sentiment de maîtriser une tâche et de faire nos propres choix. C'est le besoin de se sentir compétent et maître de son destin.</p> <p>- Orienter sa motivation dans l'action.</p> <p>Définir des objectifs SMART : Un objectif doit être Spécifique, Mesurable, Atteignable, Réaliste et Temporellement défini. Par exemple, au lieu de "je veux être en meilleure forme", un objectif SMART serait "je vais courir 30 minutes, 3 fois par semaine, pendant les deux prochains mois".</p> <p>Décomposer en petites étapes : Un grand projet peut sembler insurmontable. Découpez-le en petites tâches faciles à accomplir. Chaque petite victoire renforce votre motivation et vous rapproche de l'objectif final.</p> <p>Visualiser la réussite : Imaginez-vous en train d'atteindre votre objectif. Cette visualisation positive renforce votre conviction et prépare votre cerveau à passer à l'action.</p> <p>- Basculer de la motivation à l'engagement durable.</p> <p>Créer des rituels et des routines : Intégrez vos objectifs dans votre emploi du temps quotidien. La routine transforme l'effort en habitude, réduisant le besoin de se motiver consciemment à chaque fois.</p> <p>Célébrer les progrès : Reconnaissez et célébrez vos succès, même les plus petits. Cela renforce votre confiance et ancre les comportements positifs.</p> <p>Accepter l'échec comme une opportunité : L'échec n'est pas la fin, c'est une information précieuse. Analysez ce qui n'a pas fonctionné, ajustez votre approche et persévérez. L'engagement durable réside dans cette capacité à rebondir.</p>
Modalités pédagogiques	<p>Moyens pédagogiques :</p> <p>Cette formation se déroule uniquement en présentiel et s'appuie principalement, sur la méthode Target®, sur les neurosciences cognitives et comportementales, ainsi que la bio systémique comportementale.</p> <p>Le stagiaire disposera de supports pédagogiques fournis (papiers et pdf) au fur et à mesure du déroulé de la formation.</p> <p>Le déroulé pédagogique de cette formation sera articulé autour de la mise en pratique d'outils opérationnels, d'apport théoriques, de vidéos et de capitalisation de l'expérience professionnelle.</p> <ul style="list-style-type: none"> • Il s'agit des moyens utilisés pour permettre les apprentissages (exercices, capitalisation de l'expérience professionnelle, jeux de rôles, exposés, film, vidéo...) mais aussi ; • Supports pédagogiques (distincts d'une simple documentation professionnelle) ; • Matériel de vidéo projection ; • Salles ; • Plateaux techniques...

	<p>Modalités :</p> <p>Présentiel, AFEST, mode projet, autoformation accompagnée, ...</p> <p>Point en amont de la formation avec restitution du besoin client.</p> <p>Point en fin de journée de formation, recueil des impressions, régulation sur les autres journées en fonction de l'évolution pédagogique.</p> <p>Évaluation à chaud en fin de formation, débriefing sur l'écart éventuel, formalisation d'une régulation sur les points soulevés.</p>
Moyens d'encadrement de la formation	<p>ALKA Formation s'engage à adapter chaque formation aux besoins réels du stagiaire. L'animation est basée sur une pédagogie active, avec des exercices pratiques et personnalisés qui permettent l'ancrage en temps réel.</p> <p>Cette animation s'appuie sur une alternance d'exposés théoriques et pratiques. Vidéoprojection. Support de cours délivré à chaque participant. Travaux pratiques.</p>
Compétences / Capacités professionnelles visées	<p>Pilotage motivationnelle du professionnel de santé :</p> <ul style="list-style-type: none"> - Identification de son processus motivationnel - Identification de ses sources de motivation durables - Assouplissement de ses sources de motivation conditionnées - Activation de sa procédure d'implication
Durée	Durée totale : 2 jours consécutifs, soit 14h
Dates	Nous consulter
Lieu(x)	Dans une salle louée pour l'occasion
Coût par participant	A partir de 580 euros TTC
Accessibilité	<p>Un entretien préalable sera mis en place pour aménager au mieux la formation avec votre handicap.</p> <p>Nos intervenants savent adapter leurs méthodologies pédagogiques en fonction des différentes situations d'handicap.</p>
Formateur /trice	Des formateurs - formatrices sous-traitants disposant de toutes les compétences nécessaires pour réaliser la formation
Suivi de l'action	Mise en place d'outils permettant de vérifier la réalité du suivi de la formation par les stagiaires (émargement par les stagiaires et le formateur, Attestation de stage) Une attestation de compétences sera remis à chaque stagiaire
Evaluation de l'action	<p>Une évaluation de l'action (satisfaction des participants) et une autre sur le degré d'acquisition des compétences (tests, examens, fiches d'évaluation, entretiens...) sont à envisager.</p> <p>Évaluation de la prestation de formation « à chaud » (tour de table, cible, bilan écrit...).</p>
Pour aller plus loin	À l'issue de cette formation, il est possible d'intégrer un parcours complet de développement des compétences comportementales, conçues sur 2 sessions thématiques complémentaires: intelligence relationnelle puis intelligence managériale.