

MANAGEMENT : RENFORCER LA RÉSISTANCE DE SON ÉQUIPE AU STRESS ET A L'INCERTITUDE

Gagner en sérénité et en motivation en face d'un changement

La situation actuelle mais aussi les situations professionnelles incertaines entraînent du stress pour les équipes et par ricochet, pour les managers.

Comprendre les leviers de sa motivation et de ses émotions est une clé pour aborder le changement et l'incertitude avec sérénité et une gestion émotionnelle positive. La compréhension au sein d'une équipe est collective et les outils partagés. Chacun peut alors trouver appui dans la communauté, l'appui nécessaire en cas de difficultés.

Cette formation donne les clés de compréhension de notre motivation personnelle et permet de les partager au sein de l'équipe. Chacun comprend non seulement comment il peut maîtriser les leviers de sa motivation personnelle mais aussi à travers son comportement, favoriser les conditions pour que la motivation des membres de l'équipe peut plus facilement s'exprimer.

La compréhension collective renforce la synergie mais aussi la capacité d'affronter l'incertitude. De plus, elle renforce la communauté, clé essentielle à la motivation et l'engagement.

Objectifs

- ⇒ Comprendre les sources de la motivation
- ⇒ Mesurer l'état de la motivation de l'équipe et le comprendre
- ⇒ Identifier les leviers d'actions pour renforcer la motivation collective
- ⇒ Agir sur les pensées automatiques collectives
- ⇒ Agir et partager les forces de l'équipe
- ⇒ Renforcer le capital psychologique de l'équipe
- ⇒ Elaborer un plan de travail collectif pour développer la sérénité collectives en face des changements à venir.

Publics visés

Toute équipe constituée

Pré requis

Aucun.

Moyens pédagogiques

- ⇒ Chaque personne passe un Test de motivation **Whip Up AssessMot**
- ⇒ La formation se déroule en distanciel ⁽¹⁾

Pédagogie en distanciel

- ⇒ La pédagogie privilégie la pédagogie inversée (travail personnel de préparation et séances collectives de mise en situation et études de cas) sur les profils motivationnels des participants.

Durée

De 2 à 4 jours suivant le résultat du diagnostic

Sanction de la formation

- ⇒ Attestation de présence remise à l'issue de la formation.

(1) Dans la situation de confinement et le contexte actuel, le distanciel est privilégié

PROGRAMME



Diagnostic collectif de la motivation de l'équipe et de chaque membre de celle-ci

Introduction succincte aux théories de la motivation

Débriefing collectif de l'équipe

Les régulations & les besoins fondamentaux

- ⇒ Les besoins fondamentaux
- ⇒ La motivation externe (ou extrinsèque) - régulations

Comprendre la motivation à partir de la fiche AssessMot

- ⇒ Les 14 indicateurs de la fiche et résultats
- ⇒ Le PSYCAP et les pensées automatiques

Agir sur les pensées automatiques (1 jour)

- ⇒ Analyse des situations stressantes vécues par l'équipe
- ⇒ Analyse des causes et effets - Colonnes de Beck
- ⇒ Identifier les actions possibles et définir un plan d'actions collectives
- ⇒ Sélectionner les contextes pénalisants et définir les actions nécessaires

Agir sur les forces de l'équipe (1 jour)

- ⇒ Stimuler les besoins fondamentaux - Attribution de forces
- ⇒ Développer le feed-back - Attribution de compétences
- ⇒ Renforcer le groupe

Renforcer le PSYCAP, le capital psychologique de l'équipe (1 jour)

- ⇒ Cadre l'adversité et le risque
- ⇒ Identifier ses ressources personnelles
- ⇒ Développer l'internalisation des actions
- ⇒ Se fixer des objectifs

Réalisation d'un QCM et correction



Compétences visées

- ⇒ Comprendre les sources de la motivation
- ⇒ Identifier les contextes et situations favorisant la motivation et celles qui la détruisent
- ⇒ Visualiser le résultat collectif et identifier les points forts / points faibles
- ⇒ Définir les leviers d'actions nécessaires
- ⇒ Renforcer le capital psychologique de l'équipe
- ⇒ Elaborer un plan de travail collectif pour développer la sérénité collectives en face des changements à venir.

Modalités d'évaluation

Evaluation en entrée:

Aucune.

Evaluation en sortie:

- ⇒ Evaluation par QCM
- ⇒ Plan d'actions personnelles

Formateur : Bertrand LAINE – Certifié Whip Up – Démarches et outils de la motivation en entreprise.