

CONNAISSANCE DE SOI ET FACTEURS DE MOTIVATION



#DECOUVRIRSESTALENTS

DATE DE L'ATELIER :

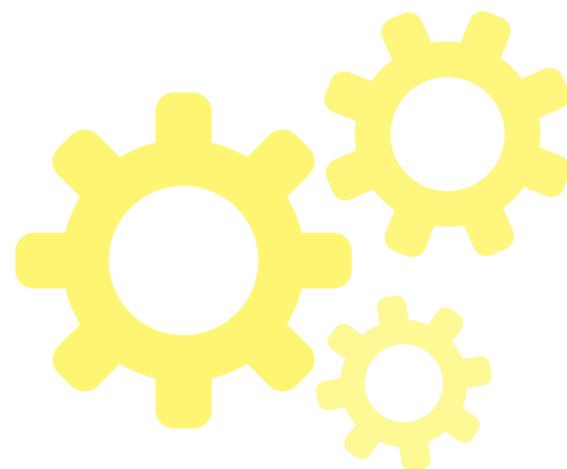
DURÉE DE L'ATELIER :
2 HEURES (2X 50 MIN)

MATÉRIEL

Craies ou marqueurs

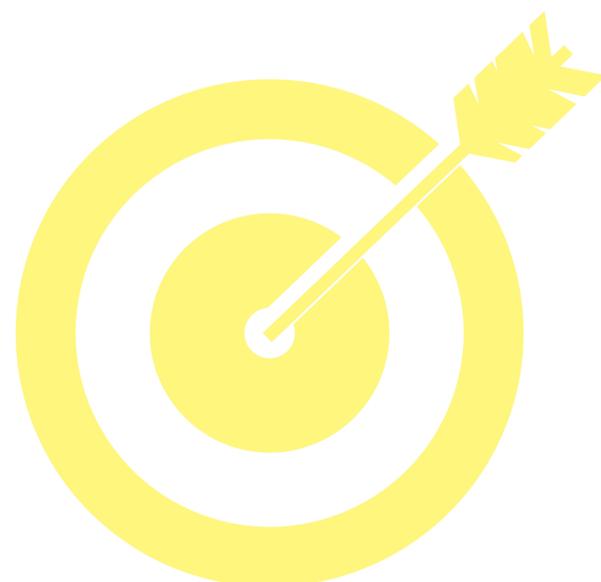
Vidéoprojecteur

Le local disposera de chaises et tables amovibles de manière à diviser la classe en sous groupes au cours de l'atelier



OBJECTIFS

- *Découvrir ce qu'est et d'où vient la motivation*
- *Faire la distinction entre motivation intrinsèque et extrinsèque, comprendre l'importance de chacune et de leur complémentarité*
- *Découvrir les 8 facteurs de motivation de l'ANC (Approche NeuroCognitive), leurs atouts et leurs besoins afin de mettre plus de plaisir dans les actions du quotidien*
- *Apprendre à différencier les activités que l'on effectue sans attente de résultats et/ou pour le résultat obtenu*
- *Prendre conscience de ses atouts et de ses besoins pour avancer avec confiance et efficacité dans la vie*
- *Mieux comprendre les autres et leurs modes de fonctionnement.*



Préparation de la salle

Nous vous proposons de créer une ambiance d'échange :

- Former un cercle avec les chaises
- Mettre les bancs sur les côtés de la salle

Etapas-clés de l'atelier

- Tour de présentation de chacun.e à partir du photolangage et de cette question : quelle(s) activité(s) aimez-vous pratiquer/faire dans la vie ?
- Pose du cadre de la séance, avec les élèves
- Brainstorming et échanges à partir du terme "motivation" – bref explicatif sur les notions de motivations intrinsèque et extrinsèque (comment les distinguer ?)
- Présentation des 8 facteurs de motivation de l'ANC (Approche NeuroCognitive), leurs besoins, leurs atouts
- Fiche BYT à compléter par chacun.e
- Tour de clôture.

Votre présence pendant l'atelier

Nous vous invitons à être à la fois participant.e au même titre que l'élève, à la fois co-garant.e du cadre qui sera posé par l'animateur.trice en début de séance.

Suggestion : suivi après l'animation

Inviter les élèves à se questionner régulièrement et à partager sur leurs "motivations à faire" et leur mode de fonctionnement : dans quel(s) facteur(s) de motivation se reconnaissent-ils ?

Après l'animation

- Assurez-vous que les élèves ont bien complété leur fiche et qu'ils ont conscience de ce qu'ils peuvent apporter (tempérament, personnalité, talents, compétences) à leur équipe.
- Et pourquoi pas leur proposer quelques moments d'échanges (en sous-groupes ou en plénière) sur leurs différents atouts ?
- Invitez les à compléter leur fiche 'Bilan de compétences'

Outil pour aller plus loin

Le test pixy – "Les 8 facteurs de motivation" à compléter individuellement via ce lien : <http://www.best-deal.xyz/PIXY.FAMILY/intro/intro-quizz.php>

Contact :

Carine Hauret chargée de projet Boost Your Talent chez Groupe One :

- carine.hauret@groupeone.be

