



BOOSTER LA MOTIVATION DES ÉQUIPE & LA PERFORMANCE COLLECTIVE

- FORMATION PROFESSIONNELLE -

Type de formation : Perfectionnement des connaissances

Durée : 1 journée (7h de formation)

Public : Cette formation est destinée aux cadres, managers et dirigeants souhaitant acquérir des outils pour booster la motivation de leurs équipes et la performance collective.

Groupe : jusqu'à 20 stagiaires

Intervenants : Audrey Legrand - Comédienne et Alexandre Antonien - Chercheur en neurosciences

Tarif : Coût de la formation 3800€ (non assujetti à la T.V.A)

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES et COMPÉTENCES VISÉES :

1. Comprendre son cerveau :

- a. Comment fonctionne votre cerveau ? Les bases - Les gouvernances - Ses cycles,
- b. Les bases de la neurologie positive,
- c. Comment créer de l'agilité mentale ? Sortir du mode automatique,
- d. Les ondes cérébrales,
- e. Ratio d'utilisation et d'objectivité.

2. Booster son cerveau :

- a. Les 5 sens,
- b. Les neurotransmetteurs,
- c. La gestion du stress - cohérence cardiaque
- d. Cerveau gauche VS cerveau droit,
- e. Focus et heures « super héros »,

3. Activer les leviers de la motivation :

- a. Les 4 parties neurologiques de la motivation,
- b. La puissance de l'état d'esprit,
- c. La réponse aux besoins - Les cycles d'Hudson,
- d. Les freins à la motivation : les peurs à la temporisation et le système de croyances,
- e. Motivation intrinsèque et extrinsèque,
- f. Incompétence apprise - Processus de l'apprentissage,

4. Devenir acteur de la performance collective :

- a. L'intelligence collective,
- b. La résistance au changement,
- c. Les freins à la performance collective,
- d. L'équation de la performance,
- e. Les boosters de la performance collective.

Suivi et évaluation

> Une feuille d'émargement est signée par le stagiaire lors de chaque session de formation.

> Un questionnaire d'évaluation de la formation est rempli par le stagiaire,

> Un bilan de fin de formation est réalisé entre le formateur et le stagiaire et si besoin, des séances de travail peuvent être programmées sous forme de modules complémentaires de perfectionnement,

> Un certificat de fin de formation ainsi qu'une attestation de présence et de règlement sont remis au stagiaire à l'issue de la formation.