



INITIATION À LA QUALITÉ DE VIE AU TRAVAIL (QVT) à l'aide du modèle Homo Emoticus (niveau 1)

LES OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES DE FORMATION

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Mieux comprendre et analyser sa motivation au travail et la motivation de ses collaborateurs en vue de savoir retrouver par soi-même un regain de motivation ou de savoir le redonner à ses collaborateurs par un management approprié à l'aide du modèle Homo Emoticus ;
- Savoir employer les 4 canaux de la motivation et du bien-être au travail en vue de prévenir ou dissiper la souffrance au travail ;
- Savoir élaborer un plan d'action pour améliorer le contenu du travail et les conditions de travail de ses collaborateurs ;
- Savoir mobiliser le management de personne et le management d'équipe pour améliorer les relations au travail à l'aide du modèle Homo Emoticus.

PUBLIC VISÉ

Tout manager ou toute personne travaillant dans les ressources humaines désireuse d'apprendre à améliorer la motivation et le bien-être de ses collaborateurs en vue de renforcer la qualité de vie au travail et de prévenir les risques psychosociaux.

NIVEAU DE CONNAISSANCES PRÉALABLES REQUIS

Aucun prérequis n'est nécessaire pour cette formation.

LA DURÉE DE FORMATION

Durée de la formation : **8 heures.**

LES MOYENS PÉDAGOGIQUES ET TECHNIQUES

La formation s'effectue **en présentiel**.

La formation est constituée :

- d'une **partie théorique** (en début de formation, des supports pédagogiques seront mis à la disposition de chaque stagiaire sous format PDF).
- d'une **partie pratique** (questionnaire d'auto-diagnostic, partage d'expérience entre pairs, jeux de rôles, exercices de co-développement, plan d'action personnel).

CONTENU DÉTAILLÉ DE LA FORMATION

La formation se déroule sur **1 journée**.

MATINÉE

9h La motivation au travail (1h45)

Objectif pédagogique : Mieux comprendre et analyser sa motivation au travail et la motivation de ses collaborateurs en vue de savoir retrouver par soi-même un regain de motivation ou de savoir le redonner à ses collaborateurs par un management approprié à l'aide du modèle Homo Emoticus

Contenu théorique (45 mn)

Les quatre principaux moteurs émotionnels de la motivation : la peur, l'envie, l'admiration et la gratitude. La mentalité d'esclave, la mentalité de mercenaire, la mentalité d'artisan et la mentalité de volontaire. Les moyens de cultiver la mentalité d'artisan et la mentalité de volontaire

Contenu pratique (1h)

Questionnaire de diagnostic de la motivation au travail de ses collaborateurs
Échanges entre pairs
Mise en situation

10h45 Pause (15 mn)

11h Le bien-être et la souffrance au travail (1h45)

Objectif pédagogique : Savoir employer les 4 canaux de la motivation et du bien-être au travail en vue de prévenir ou dissiper la souffrance au travail

Contenu théorique (45 mn)

Le contenu du travail, les conditions de travail, les relations au travail, la rémunération du travail et les différents paramètres d'action sur les émotions des collaborateurs dans chacun de ces canaux de la motivation et du bien-être

Contenu pratique (1h)

Questionnaire diagnostic du bien-être et de la souffrance au travail
Partages d'expérience entre pairs

12h45 Pause-déjeuner (1h15)

APRÈS-MIDI

14h L'amélioration du contenu du travail et des conditions de travail (1h45)

Objectif pédagogique : Savoir élaborer un plan d'action pour améliorer le contenu du travail et les conditions de travail de ses collaborateurs

Contenu pratique

Exercices de co-développement
Plan d'action personnel

15h45 Pause (15 mn)

16h L'amélioration des relations au travail (1h45)

Objectif pédagogique : Savoir mobiliser le management de personne et le management d'équipe pour améliorer les relations au travail à l'aide du modèle Homo Emoticus

Contenu théorique (45 mn)

Le management de personne : la personnalisation du management, l'usage de la parole valorisante. Le management d'équipe : les instruments de partage et les instruments de rivalité

Contenu pratique (1h)

Exercices de co-développement
Plan d'action personnel

17h45 Test d'évaluation et bilan de la journée (15mn)

L'ENCADREMENT DE L'ACTION DE FORMATION

Thierry Paulmier, Docteur ès sciences politiques et formateur à l'intelligence émotionnelle depuis 8 ans.

LES MOYENS D'ÉVALUATION MIS EN ŒUVRE ET SUIVI

- Une **feuille d'émargement** sera distribuée, datée et signée chaque jour (matin et après-midi) par chaque stagiaire et par notre formateur.
- Le **contrôle des acquis** s'effectue tout au long de la formation validant chaque étape par des mises en situation pratiques par des exercices pratiques et en fin de formation par **une mise en situation** - Cas pratique.

Une **évaluation des acquis et montées en compétences de chaque stagiaire sera effectuée par notre formateur** en fin de formation et remise à chacun ainsi qu'un **certificat de réalisation** (attestation de présence et de réussite) après évaluation des compétences par le formateur.

Un **questionnaire de satisfaction** de la formation sera remis à chaque stagiaire le dernier jour de formation.

CONDITIONS D'ACCÈS ET MODALITÉS D'INSCRIPTION

Pour tout contrat conclu à distance ou hors établissement, l'inscription s'effectue au minimum 14 jours ouvrés (à partir de la date de signature du contrat) avant la formation, tout d'abord par une prise de contact (afin d'évaluer vos attentes) par mail : **paulmierthierry@gmail.com** ou par téléphone au **07 63 19 82 44**, afin de respecter un délai de rétractation légal avant de commencer la formation.

L'entrée en formation est accordée sous réserve de prérequis et elle est validée à la suite d'un entretien téléphonique dont l'objectif est de collecter les besoins du bénéficiaire et de prendre en compte ses attentes.

Lors de cet échange nous informons le bénéficiaire sur le calendrier, la durée et le lieu de la formation, les objectifs visés, les évaluations, l'organisation et le déroulement, ainsi que les possibilités de financement de l'action.

Une convention de formation, accompagnée d'un devis, est ensuite adressée pour validation par le bénéficiaire (employeur ou individu) et sera à compléter et à nous retourner daté et signé afin de finaliser votre inscription.

Un questionnaire individuel de positionnement sera remis en amont de la formation à chaque stagiaire afin de pouvoir évaluer au mieux les besoins, les attentes et les objectifs de chacun.

TARIF

Le coût total de la formation s'élève à **960 € TTC** (dont TVA 20%).

ACCESSIBILITÉ AUX PERSONNES EN SITUATION DE HANDICAP

La loi du 5 septembre 2018 pour la « liberté de choisir son avenir professionnel » a pour objectif de faciliter l'accès à l'emploi des personnes en situation de handicap.

Notre organisme tente de donner à tous les mêmes chances d'accéder ou de maintenir l'emploi.

Nous pouvons adapter certaines de nos modalités de formation, pour cela, nous étudierons ensemble vos besoins.

Pour toute question, merci de contacter **Thierry Paulmier : paulmierthierry@gmail.com - 07 63 19 82 44**.

CONTACT

Thierry Paulmier : paulmierthierry@gmail.com - 07 63 19 82 44.