



Énergie positive au travail

Développer son engagement et sa proactivité

2 JOURS

E ▶ START + E ▶ COACH

1 370 € HT

TARIF 2018



1 ADOPTER UNE VISION POSITIVE

2 DÉPLOYER SON ÉNERGIE

3 ÊTRE PROACTIF

4 ÊTRE FORCE DE PROPOSITION

5 COOPÉRER

1 Adopter une vision positive

1^{ER} JOUR

Séquence Objectifs Personnalisés

À partir des attentes formalisées avant la formation sur son Pass e.start, chaque participant s'engage avec l'animateur sur ses objectifs personnels.

Analyser ses perceptions

- ▶ Les 2 logiques de perception
- ▶ Les cercles vertueux et vicieux
- ✂ ACTION : « Changer de cap »

Adopter une stratégie gagnante

- ▶ La pyramide du mieux être
- ▶ Le choix de la vision positive
- ✂ INSTANT'DÉCLIC : Le conte du pot fêlé

✓ Validation : « Les lunettes roses »

2 Déployer son énergie

2^È JOUR

Donner du sens à son travail

- ▶ Les facteurs de motivation
- ▶ Méthodologie de la perception positive
- ✂ TEST : Analyse de mes tâches challenge

Développer son engagement

- ▶ Agir ou Subir
- ▶ Les 4 piliers de l'engagement
- ✂ ACTION : Etre force de proposition

✓ Validation : Ancrage des acquis, jeu de reformulation inter-équipes

3 Être proactif

2^È JOUR

Adopter une stratégie positive

- ▶ Les ressentis négatifs
- ▶ Les clés pour exprimer son émotion
- ✂ JEU : Communiquer son besoin à son N+1

Etre objectif et constructif

- ▶ La méthode proactive
- ▶ Les 5 points clés
- ✂ ACTION : Analyse rationnelle d'un problème

✓ Validation : Mise en situation

4 Être force de proposition

2^È JOUR

Exploiter ses talents

- ▶ Analyse de ses talents
- ▶ Les 3 stratégies
- ✂ OUTIL-CLÉ : Ma to do list

Oser les challenges

- ▶ La sérendipité
- ▶ Le retour sur expérience
- ✂ FEEDBACK personnalisé : Grille d'analyse de pratique

✓ Validation : Ancrage des acquis

5 Coopérer

2^È JOUR

Développer l'esprit d'équipe

- ▶ Le cadre de référence
- ▶ Les ingrédients de l'esprit d'équipe
- ✂ INSTANT'DÉCLIC : « Le jeu des allumettes »

Gagner en performance collective

- ▶ Le balancier des personnalités
- ▶ Adapter sa vision à l'autre
- ✂ ACTION : Le jeu de la barque

✓ Validation : Grand Quiz
Plan d'Action Personnalisé Je m'engage à...



E ▶ START

www.docendi.com



2 JOURS
en présentiel



E ▶ COACH

www.docendi.com

Accessible aux...

collaborateurs souhaitant modifier leurs perceptions spontanées et acquérir une vision positive pour développer leur engagement et leur proactivité au travail.

S'INSCRIRE

2 JOURS

E ▶ START + E ▶ COACH

Prix : 1 370 € HT

Forfait repas Paris 49 € HT

Forfait repas autres villes 36 € HT

Tél. : 01 53 20 44 46

Mail : inscription@docendi.fr

Bulletin d'inscription p.137

www.docendi.com

REF. 0255 C

2 JOURS 2018

FÉV. JUIN SEPT. NOV.

Paris ▶	6 7	19 20	17 18	29 30
---------	--------	----------	----------	----------



Cette formation en INTRA

intra@docendi.fr
www.docendi.com