

## Connaissance de soi - Expertise

Référence : DP-CDS-03– Mise à jour le 29/07/2024

**OBJECTIFS :**

Identifier et savoir utiliser ses motivations profondes.  
Distinguer ses motivations de son profil d'action  
Jouer sur les leviers de « préparation-action » pour être plus efficace

**PRÉ-REQUIS :**

Avoir suivi le module connaissance de soi découverte et optimisée

**PUBLIC VISÉ :**

Cette formation sur les motivations profondes correspond à toute personne souhaitant maîtriser ses comportements, ses émotions, afin d'atteindre une meilleure efficacité personnelle et professionnelle.



7 heures (1 jour)



Présentiel



Intra 1 900€ HT  
Inter 590€ HT  
(TVA 20%)



Stagiaires :  
Min. 5  
Max. 12



N'hésitez pas à nous  
contacter, nous  
analyserons avec vous  
la meilleure formule  
de formation adaptée  
à votre situation

**PROGRAMME :****Retour sur les types de personnalités et leurs spécificités**

- Différencier le profil d'action des motivations à l'action

**Découvrir ses motivations profondes**

- Les 5 motivations
- Ce qui me stimule avant l'action
- Les différentes énergies autour des motivations
- Points forts à intégrer pour une meilleure efficacité personnelle et relationnelle
- Points de vigilance liés à l'impact de mes motivations dans mes interactions

**Association du profil d'action et des motivations profondes**

- Dissocier motivations profondes et type de personnalité
- Motivation en accord ou contradiction avec ma typologie de personnalité : profil hybride ou homogène. Comment agir en fonction.
- Se servir de ses motivations pour être plus efficace dans la résolution de problème, ou les périodes de difficulté

## Méthode et modalités d'évaluation

### Évaluation des acquis théoriques et pratiques :

Évaluation des connaissances en début et fin de formation sur la base d'un questionnaire.  
Une attestation de fin de formation est remise au stagiaire qui a participé à l'ensemble de la formation.

### Mesure de la satisfaction des bénéficiaires :

Évaluation en fin de formation de la satisfaction des participants sur l'organisation et les conditions d'accueil, les qualités pédagogiques du formateur ainsi que les méthodes, moyens et supports d'apprentissage utilisés. Individuelle par compétences tout au long de la formation.

## Méthodes pédagogiques

Alternance exposés théoriques / exercice d'application et partage d'expériences.  
Séquences individuelles et de groupes.

Une documentation pédagogique sera remise aux participants, afin de revenir sur le contenu et les exercices pratiqués.

## Moyens pédagogiques

Contenus clés par vidéo projection. Support stagiaire synthétisant la formation.  
Jeux de réflexion et ateliers.

## Compétences du formateur

Notre intervenant est spécialisé en pédagogie pour adultes, justifie d'une expérience significative dans l'opérationnel du domaine de la formation et des approches comportementales.

## Adaptation

Ce programme de formation peut être adapté en fonction de vos objectifs, de vos contraintes et notamment pour les personnes en situation de handicap. N'hésitez pas à nous contacter.

## Modalités d'accès

Cette formation sera dispensée dès la signature d'une convention de formation et/ou prise en charge, ainsi que des Conditions Générales de Vente.

## Planning

A fixer avec le formateur. Délai d'accès sous 15 jours calendaires.

*Ce programme de formation peut être adapté en fonction de vos objectifs, de vos contraintes et notamment pour les personnes en situation de handicap. N'hésitez pas à nous contacter.*

Téléphone : 06.99.32.1234  
Mail : [contact@runetsense.fr](mailto:contact@runetsense.fr)  
Nicolas BOURADA  
Réfèrent administratif et pédagogique