

La dynamique motivationnelle

Comprendre pour rester motivé: persévéérer, retrouver l'élan, tenir dans la durée

Pitch

La motivation est un système dynamique, sensible au contexte, au feedback, au sens et au sentiment de compétence. Cette conférence donne une lecture claire des mécanismes motivationnels et des stratégies concrètes pour soutenir l'engagement durable, la persévérence et la progression, y compris lorsque la pression augmente.

Publics concernés

Directions, RH, managers, équipes L&D, enseignants, formateurs, étudiants, équipes sous transformation.

Objectifs

- Comprendre les facteurs qui déclenchent l'engagement ou provoquent le décrochage.
- Clarifier les liens motivation–effort–performance–confiance.
- Mettre en place des leviers de persévérence : objectifs, feedback, environnement, routines.
- Transformer la baisse de motivation en signal stratégique plutôt qu'en échec personnel.

Déroulé

- Les causes typiques de décrochage : surcharge, manque de sens, peur de l'erreur, fatigue attentionnelle.
- Les leviers : autonomie, compétence, appartenance, objectifs clairs, progrès visibles.
- Persévérence intelligente : distinguer effort productif et effort stérile.
- Stratégies de relance : micro-objectifs, feedback exploitable, suivi de progression, régulation émotionnelle.

Méthode et style

Approche orientée réalité terrain, avec exemples organisationnels et éducatifs, outils de diagnostic, et stratégies directement transférables.

Résultats attendus

Une compréhension actionnable de la motivation et un plan de maintien d'engagement basé sur des leviers concrets, mesurables, et alignés avec les objectifs.

Options

- Déclinaison entreprise : motivation, performance durable, conduite du changement.
- Déclinaison éducation : engagement en classe, effort, persévérance.
- Atelier associé : plan motivationnel individuel ou équipe.

The Learning Revolution by Dr. Sarah Chardonnens