

# Les fondamentaux du Bonheur au Travail pour les managers

Pour un management bienveillant générateur de bien-être pour les collaborateurs et de performance durable pour l'organisation.

La Qualité de Vie au Travail (QVT) est un enjeu majeur pour les organisations qui souhaitent développer leur attractivité et stimuler l'engagement de leurs collaborateurs. Les managers ont un impact direct et fort sur l'amélioration de la QVT dans leurs équipes. Notre conviction est qu'il est essentiel de les aider à appréhender ce changement de paradigme et de les outiller pour qu'ils prennent en compte cet enjeu dans leurs pratiques. En s'appuyant sur la science du bonheur (neurosciences, psychologie positive, économie du bonheur), cette formation a pour vocation de transmettre aux managers les connaissances et les outils pour relever le défi de l'entreprise heureuse.

## Enjeux de cette formation

- Engager son équipe dans la réalisation d'une vision partagée.
- Créer un climat de confiance propice à la prise d'initiatives.
- Reconnaître la valeur de ses collaborateurs et les accompagner dans la réalisation de leur potentiel au service de l'organisation.

## Participants

- Cadres dirigeants et managers à la recherche de nouvelles pratiques de travail pour eux-mêmes et leurs équipes.
- Professionnels des Ressources Humaines et de la QVT.
- **Pré-requis** : occuper une fonction managériale.

## Objectifs

- A l'issue de la formation, le participant sera en mesure de :
- Comprendre le rôle du manager dans l'amélioration de la qualité de vie au travail.
  - Incarner une posture managériale de facilitateur bienveillant pour permettre aux talents de s'exprimer pleinement.
  - Mettre en œuvre des pratiques et des outils qui favorisent l'engagement, la coopération, la créativité et la performance.

## Les +

- Un « best of » des pratiques les plus impactantes et des savoirs incontournables en faveur de la Qualité de Vie au Travail
- Des temps pour expérimenter et accélérer le changement de posture à travers des mises en situation.
- Une initiative de la Fabrique Spinoza : après la formation, les participants sont invités à intégrer un réseau actif et solidaire d'acteurs engagés en faveur du bonheur : les [Passeurs du Bonheur au Travail](#).

## Pédagogie

- **Des contenus éprouvés** : cette formation s'appuie sur des apports scientifiques (psychologie positive, neurosciences, économie et sociologie du bonheur...) ainsi que sur les connaissances et expériences de la Fabrique Spinoza, le think tank du bonheur citoyen.
- **Une pédagogie active** : alternance d'expérimentations, d'apports théoriques et de temps d'échange d'expériences entre pairs. Pendant toute la formation, les participants travaillent sur des actions concrètes à mettre en œuvre à leur retour en entreprise.
- **Une dynamique de groupe forte** : cette formation s'appuie aussi sur les outils de l'intelligence collective.

## Programme

Cette formation est organisée en 4 modules répartis sur 2 journées.

### 1 - Décoder l'essentiel de la "science du bonheur" au travail

Etat des connaissances scientifiques sur le bonheur.  
Liens entre Qualité de Vie au Travail et performance.  
Attentes spécifiques des jeunes générations.

### 2 - Intégrer une nouvelle posture managériale

Faire évoluer son regard sur le travail et l'homme au travail.  
Adopter une posture positive, centrée sur les forces et les potentiels.  
Cultiver optimisme et enthousiasme.

### 3 - Créer les conditions de l'épanouissement au travail

Favoriser l'autonomie et la coopération de façon durable.  
Reconnaître les talents et les mettre au service de l'organisation.  
Comprendre les sources de la motivation et les faire émerger au sein de son équipe.

### 4 - Passer de l'intention à l'action

Des temps spécifiques sont prévus tout au long de la formation pour construire son plan d'actions individuel en faveur du bonheur au sein de son équipe.

*Une attestation de fin de formation est remise à chaque participant.*

## Les formateurs

**Amélie Motte** : Après 15 ans d'expérience en entreprise dont les 7 dernières en tant que Directrice Associée de Business Interactif (groupe Publicis), Amélie s'oriente vers la formation professionnelle en 2009.  
Elle intervient notamment à Sciences Po Paris Executive Education et à l'ESSEC BBA. Elle est également Chief Happiness Officer de la Fabrique Spinoza.

**Sylvain Boutet** : Depuis 20 ans, Sylvain accompagne la transformation des entreprises, notamment à travers l'évolution de leurs systèmes d'informations. Sylvain est facilitateur en intelligence collective et praticien en Appreciative Inquiry.  
Il a coordonné la programmation de la première Université du Bonheur au Travail (120 participants en octobre 2015).

## Tarifs

Tarif Entreprises : 1 850 € HT - Tarif Associations et TPE : 1 150 € HT  
**15% du prix d'inscription** est destiné à soutenir les travaux de recherche de la Fabrique Spinoza sur le Bonheur Citoyen.  
*Frais de repas non compris.*

## Intra

Cette formation peut être dispensée en intra-entreprise.  
Contactez-nous pour définir les modalités.