

Le bonheur et l'épanouissement sont aujourd'hui des sujets scientifiques étudiés par un vaste réseau académique mondial. Cette « science du bonheur » a mis en évidence les mécanismes qui favorisent le bien être, la motivation et l'engagement dans les organisations. Cette formation a pour vocation de transmettre les connaissances et l'énergie nécessaires pour intégrer cette dynamique dans votre offre d'accompagnement.

Enjeux de cette formation

- Comprendre et incarner les fondamentaux du bonheur au travail.
- S'appuyer sur la dynamique positive du bonheur au travail pour impulser le changement chez ses clients.
- Utiliser de nouveaux outils pour accompagner la transformation positive des organisations.

Participants

Professionnels de l'accompagnement : coachs, consultants, formateurs, facilitateurs.

Pré-requis : aucun.

Objectifs

A l'issue de la formation, le participant sera capable de :

- Expliquer l'essentiel de la « science du bonheur », ses enjeux, freins et modalités.
- Utiliser des outils qui favorisent l'engagement, la motivation, la coopération.
- Enrichir et valoriser son offre avec les apports de la science du bonheur, convaincre ses clients de la valeur ajoutée de la démarche.

Les +

- Un « best of » des pratiques les plus impactantes et des savoirs incontournables en faveur du bonheur au travail.
- Une expérimentation concrète des outils..
- 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.
- **Une dynamique de groupe forte** : les participants travaillent sur leur propre plan d'action en s'appuyant sur le groupe à l'aide des outils de l'intelligence collective.

Programme

Cette formation est organisée selon **2 formats**:

Présentiel: 2 jours consécutifs

Distanciel (vidéo-conférence) : 2 jours (1 jour+ 2 demi journées)

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

Les travaux scientifiques sur le bonheur montrent qu'un collaborateur heureux est plus engagé, plus efficace et plus créatif.

- Etat des connaissances scientifiques sur le bonheur.
- Liens entre bonheur et performance.
- Lever les freins pour passer à l'action.

2 - La théorie des forces

La théorie des forces a un impact fort sur l'engagement des collaborateurs et contribue à un fonctionnement optimal des individus et des équipes.

- Introduction à la théorie des forces.
- Identifier ses propres forces et les mettre en œuvre.
- Découvrir des applications concrètes.

3 – Les leviers de la motivation

Ce module met en lumière les clés de la motivation, réhabilite le rôle positif des émotions et permet de mieux comprendre la dynamique de fonctionnement des individus et des équipes.

- Présentation d'un modèle théorique de la motivation.
- Identifier ses propres leviers.
- Faire le lien entre motivation et émotions.
- Utiliser ces savoirs dans ses interactions avec ses clients.

4 - Les chemins vers l'entreprise heureuse

Entreprise libérée, humaniste, heureuse, ... ce module permet de se repérer et de s'inspirer de ces nouveaux modes d'organisation qui remettent l'humain au centre.

- Intégrer une nouvelle vision de l'être humain au travail.
- S'inspirer des pratiques en émergence dans les organisations innovantes.
- Expérimenter une nouvelle grille d'analyse d'une organisation.

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 : 1 650 € HT - Tarif Associations et TPE : 950 € HT

Nous contacter pour les tarifs du format Distanciel

15% du prix d'inscription est destiné à soutenir les travaux de recherche de la Fabrique Spinoza

Frais de repas non compris.

Intra

Cette formation peut être dispensée en intra-entreprise.

Contactez-nous pour définir les modalités.