

## 1 heure pour apprendre à se motiver

### Objectifs :

Si les obligations, les dates-limites et les contraintes de temps constituent des formes de motivation bien connues, il existe d'autres techniques, bien plus douces et efficaces pour se motiver à faire ce qu'on n'aime pas. Ce webinaire vous permettra de découvrir et d'appliquer ces techniques.

### Date et durée :

Jeudi 21 novembre 2024 de 10h à 11h (1h), sans pause, en distanciel synchrone via le logiciel Zoom (un lien de connexion vous sera envoyé 48h avant le début de la formation).

### Prix par personne :

- Adhérent de France Gestion : 0 €
- Non-adhérent de France Gestion : 80 € HT

**Public concerné :** Adhérents de France Gestion, dirigeants de TPE

**Intervenante :** Laurence EINFALT, formatrice en efficacité et auteure de guides pratiques chez Eyrolles

### Pré-requis :

Aucun

### Moyens techniques et pédagogiques :

#### Techniques

- Accès à une plateforme de visioconférence Zoom après envoi d'un lien et d'un code de connexion

#### Pédagogiques

- Exposés théoriques
- Démonstrations
- Remise d'un support pédagogique à la suite de la formation

### Moyens avant la formation :

Un questionnaire d'analyse des besoins et d'évaluation des acquis avant la formation conçu par l'intervenant et validé par France Gestion sera transmis aux participants avant la formation afin que le formateur s'adapte à leurs attentes et leurs besoins.

### Validation des acquis :

Validation des objectifs de la formation :

#### Lors du déroulement de la formation

- Quiz sur le savoir présenté

#### A l'issue de la formation

- Questions orales et réponses
- Quiz d'évaluation des connaissances acquises, résultats et corrigés

### Qualité et évaluation de la formation :

- Un questionnaire d'évaluation (lien Google Forms) sera remis à chaque participant à la fin de la formation pour mesurer le niveau de satisfaction au regard des attentes.

**Organisme Mixte de Gestion Agréé** de membres de l'Ordre des Experts-Comptables  
Association loi du 1<sup>er</sup> juillet 1901 - Numéro d'identification 102755 - Siret : 312 449 226 00041

**Organisme de formation** n°11 75 409 14 75

Siège : 50 ter, rue de Malte - 75540 Paris Cedex 11 - Tél : 01 43 14 40 50 - Mél : paris@france-gestion.fr  
38 rue des Etats Généraux - 78000 Versailles – Tél : 01 39 07 49 00 – Mail : versailles@france-gestion.fr

[www.france-gestion.fr](http://www.france-gestion.fr)

**Accessibilité :**

Si l'un des futurs participants de la formation (ou vous-même si vous êtes le participant) est en situation de handicap, et pour toute question y compris sur l'accessibilité, vous pouvez prendre contact avec notre référent handicap :

- Francis Villos, responsable formation
- [Francis.villos@france-gestion.fr](mailto:Francis.villos@france-gestion.fr) / Tél. 01 39 07 49 15 (ligne directe)

Du lundi au jeudi de 8h30 à 18h00 et le vendredi de 8h30 à 17h.

Nous vous répondrons sous 48 heures.

**Programme :**

- 1 – Repérer ce qui nous décourage... pour mieux y travailler
- 2 – Comment créer de la motivation là où il n'y en a pas
- 3 – Trois techniques à utiliser selon les enjeux