

## « Cultiver ses envies »

Fiche 6/6

Durée : 1h30

### Matériel nécessaire :

- Un tableau blanc, un feutre
- Des feuilles de brouillon
- Feutres noirs fins ou stylos
- Des «moving motivators» imprimés et découpés

### Objectif :

Cette activité est basée sur un outil issu du management qui permet de comprendre quelles sont les motivations majeures de chacun.e en les classant dans l'ordre d'importance. Dans un 2e temps, on se base sur ce classement pour analyser les impacts d'un changement souhaité sur ces notions qui nous mettent en action.

Cet atelier qui semble complexe a priori est en fait accessible une fois qu'on l'a pris en main. Encore plus que pour les autres activités, il est recommandé de l'essayer pour soi ou avec un.e complice pour se l'approprier.

# LES MOTIVATIONS MOUVANTES



### Étapes :

- Inviter tout d'abord les participant-e-s à prendre place autour de la table et introduire l'atelier en expliquant que la session va porter sur la notion de motivation.
- Distribuer à chaque participant-e un jeu de cartes des motivations mouvantes.
- Lire à voix haute la description de chaque carte et les présenter comme les valeurs qui peuvent nous motiver dans la vie. Préciser que chaque carte a une importance différente pour chacun.e.
- Proposer à chacun.e de ranger ces notions horizontalement, de la moins importante (à gauche) à la plus importante (à droite).
- Inviter les participant.e.s à présenter son classement des valeurs.
- Ensuite, demander à chaque personne de réfléchir à un projet, à un changement qu'il ou elle voudrait apporter à sa vie (travaux, coiffure, formation, etc.) et

### Bénéfices :

- Cet exercice est très utile et porteur d'une énergie positive : connaître ses propres motivations et valeurs, mieux se connaître pour faire les bons choix, se poser un objectif sous forme de projet

de le noter sur une feuille.

- Expliquer que tout projet a un impact sur ces notions. Par exemple, un voyage va aller dans le sens de la curiosité (la carte va alors monter d'un niveau), alors qu'il va faire perdre un peu de maîtrise (descendre d'un niveau) alors que le statut ne va pas être impacté (la carte reste sur place).

- Il est important de passer voir chaque participant-e pour les aider à réfléchir à l'impact de leur choix.

- Si les cartes ont tendance à descendre à gauche et à monter à droite, c'est bon signe ! Si ce n'est pas le cas, il est important que chaque personne note que son projet peut venir fragiliser temporairement une de ses notions piliers. Le fait de l'avoir anticipé permet de le prévoir !

- Noter éventuellement les éléments à aborder en rendez-vous individuel. Ne pas oublier de photographier les productions !

- Analyser l'impact de cette envie pour anticiper ses impacts : qu'est-ce qu'elle vient changer, est-ce qu'elle met en péril temporairement des socles ? Et ce pour



## POUVOIR



J'ai assez de responsabilités pour avoir un impact autour de moi

## ACCEPTATION



Les gens autour de moi m'acceptent tel.le que je suis

## CURIOSITÉ



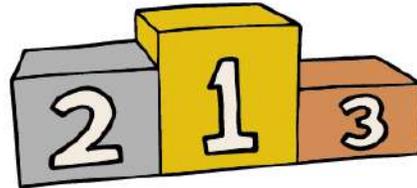
J'ai plein de nouvelles choses à apprendre ou à découvrir

## LIBERTÉ



Je suis indépendant des autres et autonomes sur mes activités

## STATUT



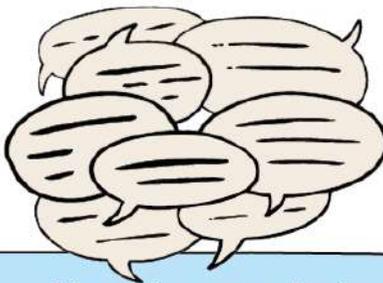
Ma position sociale est reconnue

## BUT



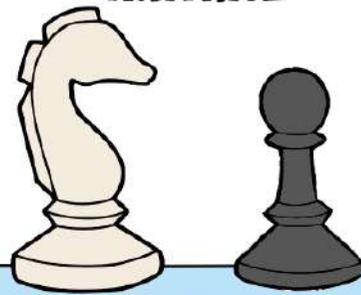
Mon but dans la vie se reflète dans mes activités

## RELATIONS SOCIALES



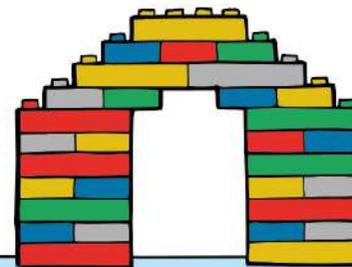
J'ai un entourage proche et éloigné suffisant

## MAÎTRISE



Mes activités sont exigeantes mais restent dans mes capacités

## ORDRE



Il y a suffisamment de règles et d'organisation pour ma sérénité

A imprimer multiplié par le nombre de participant.e.s en A4 et à découper

Moving  
Motivators  
en français!

MANAGEMENT 3.0  
CHANGE AND INNOVATION PRACTICES

[www.management30.com/moving-motivators](http://www.management30.com/moving-motivators)