



## 4 axes pour démarrer

### **Mieux comprendre ce qui vous motive :**

finalement, si je vous demande ce qui vous motive vraiment au travail, êtes-vous certains de pouvoir me répondre instantanément ?

De quoi avez-vous besoin pour être bien, ou mieux au travail ?

**L'intérêt de votre travail :** en quoi votre travail vous plaît, vous permet de vous réaliser, de vous épanouir, de trouver du sens, en être fier...

ou que vous manque-t-il ?

hum hum pas si simple non plus...

**L'autonomie dont vous disposez :** vous laisse-t-on suffisamment de marge de manœuvre pour prendre des initiatives, proposer, créer, réussir tout en tenant compte de votre avis, et en respectant vos limites ? Ah...ok, peut mieux faire non ?

**Au-delà de la satisfaction de ces besoins personnels,** vous pourrez ensuite, dans un second temps, vous questionner sur le sens de votre travail, la qualité de la reconnaissance de votre manager, clients, patients, usagers, et les relations avec vos collègues...

**En nourrissant votre motivation personnelle, vous pourrez sentir les effets positifs de l'auto-motivation pour être mieux et moins dans l'effort dans votre quotidien.**

## MOTIVATION, MOTIVATION !

Comme s'il existait une **baguette magique** pour rendre les salariés heureux d'aller travailler ou leurs managers naturellement motivés...

Quels que soient votre contexte ou votre situation, et même avec le job le plus intéressant, **la nature humaine est ainsi faite**, il nous faut toujours faire un effort pour nous mettre en action.

**La motivation est un phénomène complexe** car elle est avant tout personnelle et individuelle, avant que d'autres éléments puissent la développer.

S'il est aisé d'en comprendre les mécanismes, il n'existe pas de recettes miracles pour la créer.

Heureusement, il est possible de **nourrir notre motivation en commençant par l'auto-motivation**, c'est -à-dire en commençant par satisfaire nos propres besoins, trouver un intérêt et un plaisir dans l'action avant d'attendre toute autre récompense externe.

**SMILE, LE TRAVAIL AUTREMENT...**

[www.smile-lta.com](http://www.smile-lta.com)

[contact@smile-lta.com](mailto:contact@smile-lta.com)

06.16.07.06.43

**Smile**  
le travail autrement..