**Ma stratégie de motivation**

Il est évident que toutes les tâches auxquelles nous consacrons du temps dans notre vie personnelle ou au travail, ne présentent pas le même intérêt à nos yeux. De ce fait, nous avons naturellement tendance à nous impliquer plus spontanément dans les activités qui nous apportent du plaisir et des satisfactions.

La façon dont nos moteurs se combinent entre eux donne des indications sur le type d'expériences que nous considérons comme stimulantes. Pour identifier nos activités préférées, il suffit de croiser nos trois premiers moteurs comme suit :

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |
| (Moteur 2 x Moteur 3) |  | (Moteur 1 x Moteur 3) |  | (Moteur 1 x Moteur 2) |
|  |  |  |  |  |
| **ACTIVITE** **3** | 🡪 | **ACTIVITE** **2** | 🡪 | **ACTIVITE** **1** |
|  |  |  |  |  |
|  | | | | |

Ce tableau permet d’identifier facilement vos activités préférées :

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  | **Accompagner** | **Rencontrer** | **Créer** | **Explorer** | **Construire** |
| **Conquérir** | coopérer - secourir | entreprendre | promouvoir | défricher | exploiter – produire |
| **Construire** | faciliter la vie | faire du business | modeler – transform. | administrer – gérer |  |
| **Explorer** | conseiller | com. - transmettre | concevoir |  |  |
| **Créer** | éveiller | animer |  |  |  |
| **Rencontrer** | favoriser la relation |  |  |  |  |

Mes activités préférées

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **ACTIVITE** **3** | 🡪 | **ACTIVITE** **2** | 🡪 | **ACTIVITE** **1** |
| (Moteur 2 x Moteur 3) |  | (Moteur 1 x Moteur 3) |  | (Moteur 1 x Moteur 2) |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |
| *Les opportunités de ....* |  | *me donnent envie de...* |  | *afin de consacrer du temps à...* |