



# Devenir autonome au quotidien

## LA DEFINITION D'UNE JOURNEE TYPE DE TRAVAIL

Définition d'une journée type de travail  
Définition de l'ossature d'une journée type  
du métier

## LA MOTIVATION

Les différents types de motivation  
Mieux connaître son capital énergie, ses rythmes de travail  
Connaitre ses ressources positives, s'en  
servir comme multiplicateur d'énergie  
Savoir se concentrer, se motiver, s'arrêter,  
se relaxer

## L'AUTONOMIE

La notion d'autonomie dans sa fonction  
Définition de l'autonomie dans son cadre de travail  
Identifier sa zone d'autonomie  
Les pièges à éviter  
Les secrets d'une autonomie efficace

## LA RESPONSABILITE

La notion de responsabilité dans sa fonction  
Définition de la responsabilité  
Quel est mon champ de responsabilité ? Prendre conscience de ses points forts et de ses points à  
améliorer dans le cadre de son management :  
- Le savoir-faire & le savoir-être)  
- La gestion des priorités (l'importance et l'urgence),  
- L'utilisation des outils de gestion,  
- Le suivi (utilisation et maîtrise)  
- Les relations hiérarchiques (la communication adaptée)  
- Les relations clients (Fierté d'appartenance & images)

## Mises en situation

## OBJECTIFS

Visualiser, comprendre et repérer les zones  
d'autonomie au travers de la motivation, la  
responsabilité, la hiérarchie et les priorités  
à définir  
face aux différentes tâches et face aux  
différents acteurs

## PRÉ-REQUIS

Aucun

## PUBLIC

Chefs de service, encadrants opérationnels  
en HCR

## METHODES PEDAGOGIQUES

### AVANT LA FORMATION : IMPLIQUER

Questionnaire pré-formation et/ou recueil  
des besoins pour préciser les attentes  
individuelles

### PENDANT LA FORMATION : APPLIQUER

Méthodes actives et participatives  
Mises en pratique (70%), échanges (20%) et  
apports théoriques (10%)  
Elaboration de son plan d'actions  
personnalisés

### APRES LA FORMATION : ACCOMPAGNER

Rappels de contenu envoyés par mail  
Suivi post-formation

## RESSOURCES PEDAGOGIQUES

Support de cours, exercices

## EVALUATION

### Evaluation des compétences

Tests, cas pratiques, exercices, mises en  
situation, jeux de rôle..

### Evaluation de la formation

Questionnaire de satisfaction stagiaire.  
Synthèse fin de stage du formateur

## VALIDATION

Attestation de fin de formation  
Attestation de présence

## MODALITÉS DE SUIVI D'EXÉCUTION DE LA FORMATION

Le contrôle de l'exécution de la formation  
est assuré par le formateur

## Référents pédagogiques

Nos intervenants sont des spécialistes du domaine visé et sont sélectionnés selon un  
processus de qualification très rigoureux permettant d'évaluer notamment : leur  
expérience professionnelle, leurs compétences pédagogiques, leur capacité  
d'animation, leur personnalité et leur créativité...