

Moteurs d'énergie

Repérer, cultiver, partager

Piloter

CONTEXTE

Qu'est-ce qui, dans le projet, nourrit réellement notre énergie et notre envie d'avancer — et comment le cultiver plutôt que le laisser au hasard ?

Distinguer ce qui procure une satisfaction durable de ce qui n'est qu'une excitation passagère ; accorder du temps à ce qui nourrit même sous l'urgence.

Chaque personne a des moteurs d'énergie propres. Les identifier et les cultiver consciemment évite l'épuisement et renforce la motivation dans la durée.

ETAPES

- 1 Repère, sur les dernières semaines, les moments où tu t'es senti le plus vivant dans le projet.
- 2 Identifie ce que ces moments avaient en commun : type d'activité, personnes, contexte.
- 3 Nomme clairement tes 2 ou 3 moteurs d'énergie principaux, pas une liste vague.
- 4 Organise consciemment plus de temps et d'espace pour ces moteurs au quotidien.
- 5 Partage tes moteurs avec l'équipe, et invite chacun à identifier et partager les siens.

CRITERES A MAITRISER

Les moteurs identifiés sont concrets et vécus, pas des vœux pieux · Du temps réel est réservé pour les cultiver ·

Chaque membre de l'équipe a partagé les siens

4 TYPES DE MOTEURS FRÉQUENTS

Impact

Voir l'effet concret de son travail sur les utilisateurs ou l'équipe.

Apprentissage

Découvrir, progresser, résoudre un problème complexe.

Relation

Collaborer, créer du lien avec l'équipe ou les clients.

Création

Construire quelque chose de nouveau, exprimer sa créativité.

D'autres moteurs existent : autonomie, reconnaissance, sens... À chacun de trouver et nommer les siens, sans se limiter à cette liste.