

# LA MOTIVATION : Agir sur son avenir !



La motivation est l'ensemble des facteurs déterminant l'action et le comportement d'un individu pour atteindre un objectif ou réaliser une activité. Il s'agit de la combinaison de l'ensemble des raisons conscientes ou non, collectives et individuelles, qui incitent l'individu à agir. Comment formuler, révéler et analyser les causes et les conséquences de votre démotivation ? Quelles sont vos réelles sources de motivation ? Comment vous approprier les règles indispensables d'une motivation à impact positif et durable pour réussir dans votre vie personnelle et professionnelle ?

L'atelier *La motivation : agir sur son avenir* est animé par une consultante et formatrice en développement personnel. Il vous sera aidé à :

- découvrir vos propres astuces pour vous motiver
- vous préparer au changement
- surmonter vos peurs afin de reprendre votre vie en main
- vous apprendre à faire de nouveaux choix pour trouver l'équilibre nécessaire à notre bien-être
- faire face avec harmonie au stress au quotidien
- réaliser vos objectifs avec plaisir

Ses objectifs : renforcer votre motivation, accroître votre créativité, apprendre à rester motivé dans un environnement négatif, avoir les meilleurs outils pour faire face aux changements, booster votre estime de soi, rendre contagieuse votre énergie positive.

Animé par Miliana Dakini, Conférencière, Formatrice, Déclencheuse de Motivation et Spécialiste de la Confiance en Soi et l'Estime de Soi, Fondatrice [Surya Evolution](http://Surya Evolution) - développement personnel et organisationnel.

Atelier  
15

## Date:

- Début: 30/11/-0001 00:00
- Fin: 30/11/-0001 00:00