

Vidéo n°4 : « La roue de la motivation »

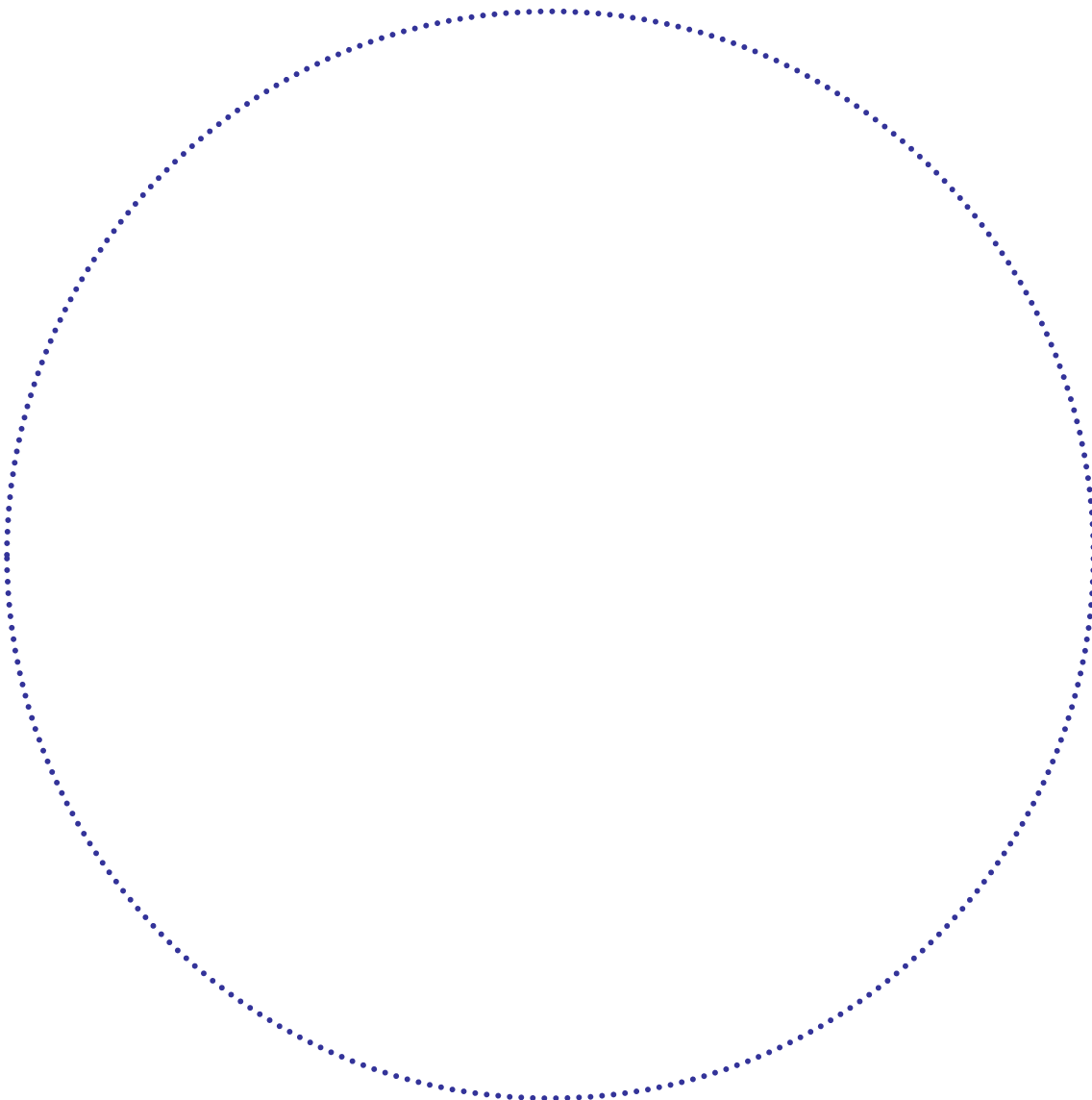
Annexe 2

Indiquez vos facteurs de motivation dans un cercle. Plus le facteur de motivation est important à vos yeux et plus la portion dans le cercle doit être grande.

"Quelles sont mes motivations à travailler ?"

"Qu'est-ce qui me donne envie de chercher du travail ?"

"Quels sont les avantages à travailler ?"



Voici des exemples pour vous y aider :

- Retourner au resto
- Rencontrer de nouvelles personnes
- Utiliser mes compétences
- Me sentir utile
- Sortir de chez moi
- Retrouver un statut social
- Faire du shopping
- Acheter une maison
- Avoir un enfant
- Eprimer de la satisfaction à la fin de la journée
- Partir en vacances
- Retrouver un rythme de vie normal
- Apprendre de nouvelles choses
- Valoriser ma formation
- Recherche de nouveauté