

Le Job-Crafting

Comment retrouver du plaisir au travail?

Objectif de la formation:

Le Job Crafting est une approche permettant aux collaborateurs de remodeler leur travail pour le rendre plus gratifiant et qu'il soit aligné avec leurs forces et intérêts. La formation Job crafting permet de booster la motivation et donner du sens au travail, mais aussi renforcer la coopération et la cohésion d'équipe

Public et prérequis:

Tous publics, aucun prérequis

Programme:

❖ Introduction au job crafting

- Quels sont les avantages du Job Crafting pour le bien-être au travail ?

❖ Adapter ses tâches

- Passez en revue une semaine type de travail et identifiez toutes les activités réalisées (et les sous activités) en mettant en évidence celles qui sont répétitives

❖ Repenser sa relation aux autres

- Identifiez qui sont vos interlocuteurs et quelles sont la nature et la fréquence des relations avec vos clients internes et externes

❖ Identifier ses difficultés

- Identifiez ce qui vous prend du temps et de l'énergie , pensez également à l'environnement de travail et aux conditions de travail.
- Apprendre à identifier ses moments de flow

❖ Faire le bilan

- Dressez votre fiche de poste idéale. Laissez libre cours à votre créativité

❖ Ecrire son plan d'actions

- Quelles habitudes pourriez vous changer pour insuffler un peu de motivation et d'enthousiasme dans votre travail ?
- Comment prendre soin de vos relations au travail?
- Comment se sentir plus utile ?

Encadrement et suivi de l'action:

La formation est dispensée par Doris Ponzoni, formatrice en développement personnel et professionnel. Vous bénéficierez d'un suivi personnalisé durant toute la durée de la formation.

Moyens pédagogiques:

Co-création sur la façon de travailler et de collaborer plus efficacement. Travail coopératif.