

FAÇONNE TON JOB (FTJ)

Code formation CPF :
Non éligible au CPF

Prérequis :
Aucun

Modalités d'accès à la formation :
L'entrée en formation peut s'effectuer tout au long de l'année.

Délai d'accès à la formation
La formation se déroulant en ligne, les accès à la plateforme de formation sont donnés 48 heures après la validation de votre inscription

Public visé :
Personnes souhaitant retrouver du sens et de la motivation dans leur poste actuel

Durée :
16 heures (travail personnel inclus)

Format & Rythme :
100% en ligne (distanciel)
Formation en vidéos, disponible 24h/24, 7 jours sur 7 à votre rythme pendant la période prévue

Recommandations :
Cette formation s'applique sur votre poste actuel, il est donc préférable d'être en poste.
La formation étant en ligne, vous devez savoir utiliser quelques outils bureautiques (Word, Excel, navigation Internet) et avoir accès

Objectifs de la formation :

Objectif(s) pédagogique(s)

- Retrouver du SENS et de la motivation au quotidien dans son poste
- Apprendre à mieux se connaître
- Retrouver du plaisir dans ses RELATIONS professionnelles
- Faire son choix : partir ou rester

Compétences visées (opérationnelles et évaluables)

A l'issue de la formation, vous devez être capable de :

- Comprendre la méthodologie du job crafting et de la méthode SEROM
- Identifier sur les 5 axes de la méthode les points de friction et d'amélioration
- Définir, tester et valider les actions correctives nécessaires

Profil de l'intervenant :

Emilie AMIC, consultante-formatrice a elle-même pratiqué le job crafting (l'art de façonner son travail) dans sa carrière et est l'auteure du livre « Façonne Ton Job ! » aux éditions Gereso.

Moyens pédagogiques, techniques et d'encadrement mobilisés :

- Formation individuelle en distanciel
- La théorie est réduite à l'essentiel pour permettre au stagiaire de mettre en pratique directement ce qu'il apprend sur son projet de création.
- Accès à la plateforme de formation en ligne 24h/24 7j/7
- Forum pour poser des questions (réponse sous 72h max.)

Modalités d'évaluation :

Une attestation de compétences validant les compétences acquises, en fonction des résultats obtenus lors de l'évaluation par un quizz en ligne

Accessibilité aux personnes en situation de handicap :

En cas de situation de handicap nécessitant des adaptations spécifiques, n'hésitez pas à contacter notre référent handicap, Emilie AMIC, au 07.83.86.89.08 ou contact@luceliandre.com



à un ordinateur et une connexion Internet.

Tarif 2021/2022 :
229 € T.T.C

Informations complémentaires :

Le programme a été **conçu de manière pratique** et concrète, à chaque étape, **vous mettez directement en pratique sur votre poste actuel** ce que vous venez d'apprendre.

La plateforme de formation offre aussi un **forum en ligne** pour **poser toutes vos questions**.

Contact :

AMIC Emilie
07.83.86.89.08
contact@luceliandre.com
www.luceliandre.com

Avis et évaluations :

Note d'enquête de satisfaction interne : **9,2/10** (mise à jour : Oct. 2021)

Feedback client :

Adeline – 41 ans - Manager responsable du Pôle Etudes

« Il y a un an, quand je me suis inscrite au programme « Façonne ton job », j'étais en perte de motivation et d'intérêt pour mon métier et j'éprouvais une forme de lassitude. Le principe du coaching collectif m'a tout de suite plu car j'ai pu partager avec des personnes aux profils très différents du mien mais qui rencontraient des difficultés comparables aux miennes. De mon côté, j'ai saisi tout l'avantage d'être guidée et de pouvoir partager régulièrement l'avancée de mon parcours.

Grâce à cette méthode, j'ai pu réinterroger mes fondamentaux en termes de valeur et de sens, j'ai découvert des techniques faciles à mettre en œuvre sur l'organisation de mon agenda et trouvé des astuces pour rendre plus agréables les tâches administratives les plus pénibles.

Depuis un an, j'ai recentré mon activité sur ce que j'aime le plus faire, j'ai gagné en efficacité dans la gestion de mon agenda, des réunions et des relations. Bref, j'ai retrouvé ma boussole et je garde le cap sur mes priorités en perdant moins de temps sur les situations qui me rendaient dingue auparavant. »

PROGRAMME DE LA FORMATION

La méthode SEROM, que j'ai développée, est fondée sur :

- Résultats des **recherches en psychologie** de l'école de Management de Yale sur le « **job crafting** » (*l'art de sculpter son travail afin qu'il corresponde plus à nos envies et nos compétences*) qui ont établi que celui-ci **a un impact avéré sur :**
 - La SATISFACTION
 - L'ENGAGEMENT
 - La PERFORMANCE
 - L'EMPLOYABILITE
- **Mon expérience personnelle**, j'ai appliqué les principes du « job crafting » tout au long de ma carrière avec succès
- Sur **les apprentissages et retours d'expérience des clients que j'ai accompagnés** pour leur permettre de retrouver du sens et de la motivation dans leur travail.

Emilie AMIC

MODULE 1 : Lancez-vous du bon pied

Dans ce module, vous allez découvrir la puissance des techniques de la méthode « Façonne ton job », du « job crafting » et les principaux axes sur lesquels vous allez vous appuyer pour transformer votre job actuel en job « idéal » (quasi-idéal, la perfection n'étant pas de ce monde).

Vous allez aussi identifier vos éventuels freins au changement et levez vos blocages pour vous lancer pleinement dans l'aventure !

MODULE 2 : SENS – (Re) trouvez le sens de votre travail

Vous ferez le point sur le sens et l'utilité de votre travail grâce à l'outil « la chaîne de sens ». Pour déterminer le sens de votre travail, votre apport dans le monde et l'entreprise, vous allez aussi apprendre à mieux vous connaître (vos valeurs, vos forces...) en tant que personne au travail et définir vos objectifs professionnels (où vous voulez aller ? pourquoi ? comment ?).

MODULE 3 : MISSIONS – Façonnez vos missions selon vos envies et vos compétences

Dans le module 3, vous plongerez dans les activités que vous menez chaque jour : lesquelles sont sources de satisfaction ? lesquelles vous sapent votre énergie, votre motivation ? Vous allez faire le tri dans vos missions en fonction de critères liés à l'obligation, au plaisir et aux limites. Et, ensuite, vous déterminerez les actions à mener pour adapter vos missions à vos envies et vos compétences.

MODULE 4 : RELATIONS – Faites le ménage dans vos relations

Les relations aux autres sont un élément-clé de votre épanouissement au travail. Durant le module 4, vous allez donc faire le point sur vos relations professionnelles et déterminer lesquelles conserver et comment les améliorer si besoin. Vous déterminerez aussi le niveau de reconnaissance dont vous avez besoin au travail et comment faire pour l'obtenir.

MODULE 5 : ORGANISEZ-vous pour être efficace et serein

Vous vous attaquerez à tous les « mangeurs de temps » de votre quotidien professionnel. Grâce à ce que vous allez découvrir et mettre en œuvre, vous allez mettre à jour des gisements de productivité et de temps insoupçonnés ! (*à vous de choisir à quoi vous allez les employer*)

MODULE 6 : Changez d'ENVIRONNEMENT

Vous allez redéfinir votre cadre et vos conditions de travail afin qu'elles correspondent plus à vos besoins et vos envies.

Vous déterminerez aussi les activités « extra-professionnelles » à mettre en place pour vous garantir l'équilibre dont vous avez besoin entre votre vie personnelle et votre vie professionnelle.

MODULE 7 : Cap sur l'épanouissement

A ce stade, vous aurez déjà largement vu l'impact des actions mises en œuvre tout au long du programme sur votre satisfaction et votre motivation au travail.

Vous allez donc regrouper les dernières actions à mener pour finaliser la transformation de votre job actuel en job idéal. Ce sera aussi le moment de regarder le chemin parcouru et de célébrer !