

## Atelier pratique de changement professionnel



### Public

Toute personne qui vit ou est appelée à vivre un changement professionnel (mutation promotion, changement d'environnement... ainsi que toute personne désireuse de faire évoluer son travail pour développer plus d'épanouissement

### Objectifs

Avec cette formation, vous allez redevenir acteur de votre projet professionnel en travaillant les différents ancrages du quotidien pour les façonner et développer un travail adapté à vos besoins. Vous connaîtrez les différents axes sur lesquels travailler et vous deviendrez autonomes pour « crafter » votre job au quotidien.

Cette formation va alterner les moments de réflexion individuelle, collective. Nous utiliserons des techniques créatives pour développer des pistes d'évolution originales.

Le "job crafting" est une méthode pour améliorer sa qualité de vie au travail en agissant sur différents facteurs. Classiquement, on travaille sa perception du travail, l'environnement de travail, les relations et le contenu des tâches.

### Programme de la formation

- Analyser son propre parcours professionnel (les hauts et les bas).
- Découvrir les principes du job crafting (agir sur 4 facteurs : l'environnement, la perception de la situation, les relations, le contenu des tâches).
- Définir des axes pour « crafter » son propre travail.
- Définir ses intentions/objectifs concrets pour passer à l'action.

## Informations pratiques

> **Droit d'inscription**

> **Certificat - Attestation**

Attestation de participation

> **Aides sectorielles à la formation**

Pouvez-vous bénéficier d'une aide sectorielle ? Pour en savoir plus, consultez l'onglet **Fonds sectoriels de formation** (<https://www.formation-continue.be/aides-la-formation/fonds-sectoriels-de-formation>)