REINTERROGER LE SENS ET LES PRATIQUES DANS L'EXERCICE DE SON METIER



Réf AF05A



Dans un environnement de travail exigeant et sans cesse en tension, il est essentiel de prendre un moment pour réfléchir au sens que l'on donne à son métier. À travers des échanges et des exercices pratiques, vous serez amené(e) à revisiter vos motivations, vos valeurs et à identifier des pistes pour continuer à vous épanouir dans votre pratique. L'objectif est de vous offrir des outils pour nourrir votre engagement au quotidien, renforcer votre satisfaction professionnelle et faire face aux défis du métier avec sérénité.

Objectifs de la formation

- Explorer et clarifier le sens de son engagement professionnel.
- Découvrir des leviers pour maintenir ou raviver la motivation au quotidien.
- Identifier des actions concrètes pour nourrir son sentiment de satisfaction au travail.
- Acquérir des outils pour gérer les défis du quotidien tout en préservant sa santé mentale et physique.
- Explorer les pratiques favorisant la bienveillance et la collaboration au sein de l'équipe.
- Développer une attitude constructive face aux défis professionnels.
- Mettre en place des actions concrètes pour renforcer le sens dans son quotidien professionnel.

Contenu

1. Pourquoi et comment redonner du sens à son métier ?

- L'importance du sens dans l'exercice de la profession.
- Réflexion individuelle et collective sur le sens et les motivations au travail (avec la méthode IKIGAI)

2. Les leviers pour maintenir la motivation et l'épanouissement

- Les différentes sources de satisfaction au travail : reconnaissance, autonomie, impact positif.
- Les actions possibles pour revitaliser son engagement dans sa pratique professionnelle.

3. Le maintien d'un équilibre durable

- Partage de pratiques de gestion du stress et de prévention de l'épuisement.
- Discussions de groupe sur des stratégies de résilience et de bien-être au travail.

4. Une dynamique positive au sein de l'équipe

- Outils pour améliorer la communication et renforcer les relations de travail.
- Réflexions sur l'importance du travail collaboratif et de la bienveillance dans les pratiques quotidiennes professionnelles.

5. Construire un plan d'action pour mieux épanouir son avenir professionnel

- La définition d'objectifs personnels et professionnels à court et moyen terme.
- Élaboration d'un plan d'action concret pour intégrer les apprentissages dans la pratique quotidienne.
- Conclusion : Nourrir la motivation au quotidien et sur le long terme

Public

Professionnels de santé



Pré-requis

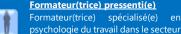
Formation dispensée en français, maîtrise de la langue française.



Durée

de la santé

2 jours, soit 14h (en présentiel)



Nombre de participants (intra)

De 2 à 8 personnes

Matériel nécessaire

Aucun

Moyens et méthodes pédagogiques et techniques :

Apports théoriques en pédagogie active

- Echanges et partages
- Travaux de groupe
- Diaporama (Transmis après la formation)
 Ordinatour et vidéoprojectour
- Ordinateur et vidéoprojecteur
 Mise à disposition d'un espace extranet
- Mise à disposition d'un espace extranet individuel

Modalités et délai d'accès

TARIF

Nous contacter pour obtenir un devis personnalisé

Besoin d'un conseil ? d'une information ? d'un devis ? Vous êtes en situation de handicap ?



Contactez-nous 06.09.08.02.20



contact@cjformation.com

www.cjformation.com

Carine ANCIAUX

Présidente, Référente handicap Référente pédagogique et numérique Aurélie Fauchet et Claire Royer Assistantes administratives



positionnement

Tour de table de

Tour de table de recueil des attentes

Ouestionnaire de



Evaluations formatives régulières par le formateur

Evaluation sommative des connaissances à chaud

Evaluation sommative de la

qualité de la formation à chaud Délivrance d'un certificat de réalisation de la formation



Bilan téléphonique avec le client Bilan téléphonique avec le formateur

Evaluation du transfert des acquis et mesure d'impact (de 1 à 3 mois)



« Le code de la propriété intellectuelle dispose que toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle, faite sans le consentement de l'auteur ou de ses ayants droit ou ayant cause, est illicite (article L.122-4). Cette représentation ou reproduction par quelque procédé que ce soit, constituerait donc une contrefaçon sanctionnée par les articles L.335-2 et suivants du code de la propriété intellectuelle ».