

AU travail, ça roule?



Par
Vicky Bellehumeur
David Lamothe
Marie-Hélène Larouche
Annie Rémillard

Conseillers en emploi au
Service de placement de l'Université Laval



Le Service de placement

Trouvez votre piste pour être bien au travail

AFFICHE-CONCEPT

PERSONNELLE

- Le sens du travail
- Le sentiment de compétence
- La motivation, l'engagement et le plaisir
- L'apprentissage et l'accomplissement
- L'authenticité
- L'attitude positive

RELATIONNELLE

- Le respect
- L'encouragement
- La reconnaissance
- La collaboration

ORGANISATIONNELLE

- La vision, la mission et les valeurs assumées
- Le milieu physique adéquat
- Les conditions de travail convenables
- La charge de travail équilibrée

D'ENGRENAGE

- La clarté des rôles
- La communication
- La confiance

Au travail, ça roule? peut vous aider à comprendre ce qui influence votre propre bien-être au travail et celui de ceux que vous côtoyez! Mais attention: il peut aussi vous en rendre responsable!

Vous êtes TOUS concernés par le bien-être au travail!



Conseillers
d'orientation

Conseillers
en emploi

Diplômés

Employeurs

Finissants

Gestionnaires

Spécialistes des
ressources humaines



Travailleurs

Le bien-être au travail, c'est une question...

PERSONNELLE | RELATIONNELLE | ORGANISATIONNELLE | D'ENGRENAGE



Besoin d'un exemple?

17 facettes sont abordées  accompagnées d'exercices introspectifs 

« Il n'y a guère au monde un plus bel excès que celui de la reconnaissance. »
Jean de La Bruyère

Reconnaissance

Vous voilà enfin arrivé en haut de la montagne! Tant d'efforts accomplis dans cette ascension, tant de mois d'entraînement, de sacrifices et de travail au quotidien. Tout cela est souligné à la ligne d'arrivée par les applaudissements chaleureux de vos partisans. Ils sont tous venus pour souligner votre talent et votre réussite et pour vous dire à quel point ils sont fiers de ce que vous avez réalisé. Cela vous fait le plus grand bien. Pendant que vous savez de moment, vous prenez conscience d'une chose: tous les encouragements reçus et tous les commentaires soulignant vos capacités, vos efforts et votre application à l'entraînement ont grandement contribué à la réussite d'un tel exploit.



À vous de pédaler!

Pensez à un emploi que vous avez occupé où vous vous sentiez reconnu. Pour quelles raisons éprouviez-vous ce sentiment?

Quels sont les derniers commentaires positifs que vous avez reçus sur votre travail?

ainsi que de judicieux conseils aux employeurs!

Pour commander :
www.septembre.com

Intéressé par une conférence?

Communiquez avec
Vicky Bellehumeur
Service de placement
de l'Université Laval
418 656-3575



La minute de l'encadreur

- **Exprimez votre reconnaissance à vos employés le plus régulièrement possible!** Le faire lors d'une journée annuelle ou d'une soirée qui est intéressante, mais le moment ne doit pas être le seul où vos attributés sont remerciés pour leurs performances ou leurs bons coups. Profitez plutôt de la force que génère une reconnaissance sincère et spontanée.
- **Apprenez à voir et à souligner les choses simples:** le temps investi dans un dossier, l'initiative, la résolution d'un problème, l'attitude adoptée avec un client difficile, etc. Ces gestes simples prouvent que vous êtes en mesure d'observer et de reconnaître tous ces petits gestes du quotidien qui font une différence. Pas besoin de faire de grandes annonces devant toute l'équipe: une parole ou un petit journal de remerciement sincère font droit au cœur de votre destinataire.
- **Reconnaissez non seulement les actions et les résultats, mais aussi la personne pour ce qu'elle est.** Par exemple, mentionnez à un employé que vous appréciez travailler avec lui parce qu'il a une attitude positive.