



Motivation
&
Performance

Développement de carrière Coaching ▪ Conférences



AM CONSULTING Suisse ▪ Suède ▪ France

20, Rue Adrien Lachenal ▪ CH-1207 Genève
+ 41 (0) 22 737 14 40 ▪ amconsulting@happy-at-work.ch
www.happy-at-work.ch



Motivation & Performance

AM CONSULTING vous apporte un soutien au développement de vos ressources et de votre potentiel.

Nous proposons des services basés sur des concepts scandinaves s'appuyant sur l'importance de la satisfaction dans la vie professionnelle, tant pour les individus que pour les entreprises. De nombreuses études montrent que la motivation et le bien-être au travail :

- procurent une meilleure qualité de vie générale,
- sont source d'efficacité, de créativité et de productivité,
- donnent à chacun plus de vitalité et d'énergie.

Savez-vous combien de temps vous passez au travail, dans votre vie ?

Le travail occupe un tiers de votre vie.

Pendant l'âge adulte, vous consacrez plus de temps au travail qu'à aucune autre activité, sauf dormir...

Alors, ne gaspillez pas tout ce temps !

Utilisez-le au mieux et prenez le chemin vers plus de bien-être au travail.



Notre métier :
Faire grandir vos talents

AM CONSULTING Suisse ▪ Suède ▪ France

20, Rue Adrien Lachenal ▪ CH-1207 Genève
+ 41 (0) 22 737 14 40 ▪ amconsulting@happy-at-work.ch
www.happy-at-work.ch

DEVELOPPEMENT DE CARRIERE - BILANS

« Quel métier veux-tu faire quand tu seras grand » ?

Quelle était votre réponse à cette question quand vous aviez 10 ans ?

Et aujourd'hui, êtes-vous satisfait de votre choix ?

Trouvez-vous un sens à ce que vous faites ?

Dans 10 ou 15 ans, aurez-vous envie de faire la même chose qu'aujourd'hui ?

Le temps passe vite, très vite, et nous vivons tous à un rythme élevé.

Quand prenez-vous le temps de vous arrêter, de faire le point, de vous écouter ?

Quels sont réellement vos objectifs professionnels ?

Nous proposons un accompagnement qui permettra de :

- faire le point sur votre parcours et sur votre situation actuelle,
- mieux connaître et mieux utiliser vos talents et vos atouts,
- définir vos motivations et drivers,
- choisir le bon cap pour la suite de votre carrière,
- vous recentrer sur vos objectifs et vous aider à les atteindre.

Tout bilan comprend un certain nombre d'entretiens avec le consultant ainsi qu'un investissement personnel sous forme d'un travail individuel.

Les outils utilisés sont, le MBTI®, le test de personnalité le plus utilisé au monde, et d'autres tests de motivation et d'aptitudes.

Un bilan dure environ 6 à 15 semaines, en fonction des objectifs fixés.

3 bilans différents sont proposés, en fonction des besoins et des objectifs :

Bilan Happy at Work

Permet de bien connaître les « moteurs internes » : les motivations et les besoins qui vous font avancer et évoluer, afin de vous orienter là où vos talents et vos aptitudes excellent, développant ainsi la performance et l'épanouissement professionnel.

Contenu et déroulement :

- Un entretien gratuit pour définir objectifs et besoins.
- Un entretien MBTI® de 2H pour définir le type de personnalité et les axes de progrès.
- 5 entretiens individuels de 1H30 avec un travail sur :
 - le parcours, les réalisations et la satisfaction,
 - l'inventaire des talents et atouts,
 - la détermination des drivers et des aspirations,
 - l'inventaire des valeurs essentielles,
 - les outils d'épanouissement professionnel : communication interpersonnelle et attitude proactive,
 - les objectifs et le plan d'action.

Soit 10H d'entretien auquel il convient d'ajouter environ 10H de travail personnel.
Document de synthèse élaboré.

Bilan de compétences et de personnalité

Permet de clarifier votre profil professionnel en termes de compétences, de personnalité et d'aspirations, de bien cerner votre potentiel d'évolution et d'établir un objectif d'orientation réfléchi et ciblé.

Contenu et déroulement :

- Un entretien gratuit pour définir objectifs et besoins.
- Un entretien MBTI® de 2H pour définir le type de personnalité et les axes de progrès.

- 7 entretiens face à face de 1H30 avec un travail sur :
 - le parcours et l'expérience,
 - l'inventaire des compétences et les réalisations,
 - l'inventaire des ressources personnelles,
 - l'exploration et la détermination des drivers et des facteurs de motivation,
 - les potentialités permettant d'élargir les perspectives,
 - le projet professionnel,
 - la synthèse et le plan d'action.

Soit 13 H d'entretien auquel il convient d'ajouter environ 12 H de travail personnel.
Document de synthèse élaboré.

Bilan de carrière et d'orientation

Etablit un bilan complet, sur l'évolution, les compétences, le profil de personnalité, les motivations, les forces et les faiblesses et élabore un projet d'évolution de carrière avec un plan stratégique et un accompagnement dans la transition.

Contenu et déroulement :

Identique au bilan de compétences et de personnalité avec en plus :

- 2 séances d'accompagnement dans la transition pour vous permettre de mettre en place efficacement votre projet professionnel.
- 1 entretien de suivi.

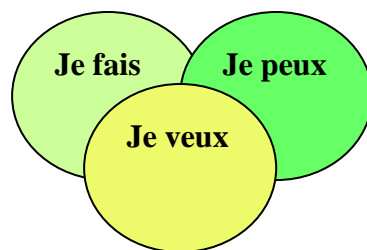
Soit 18H d'entretien et un investissement personnel important.
Document de synthèse élaboré.

COACHING

Combien de temps passez-vous à faire des tâches où vous excellez et qui vous plaisent ?

Plus vous passerez de temps à utiliser vos ressources et talents et à accomplir des tâches qui vous plaisent, plus vous serez épanoui et efficace dans votre vie active.

Est-ce le cas ?



Le coaching vous permet d'être accompagné dans les moments importants de votre carrière dans l'objectif de :

- mieux utiliser vos aptitudes et vos talents,
- augmenter votre confiance et estime de vous,
- mieux vous connaître pour mieux vendre vos compétences et ainsi bâtir votre propre image de marque,
- gérer votre stress et mieux communiquer,
- développer votre potentiel et vous donner les moyens d'atteindre vos objectifs.

Notre démarche est centrée sur l'action et nous proposons un accompagnement utilisant des outils concrets et pragmatiques.



Motivation
&
Performance

SEMINAIRES & CONFERENCES

Nous proposons des séminaires et conférences sur des thèmes divers. Interactifs avec de nombreux exercices pratiques, ils vous apportent des outils concrets pour mieux gérer votre vie professionnelle au quotidien, et à long terme. Parmi les séminaires proposés :

Happy at Work - 6 pas vers plus de bonheur au travail

Un séminaire stimulant pour tous ceux qui souhaitent aller au travail avec le sourire.

Développer l'estime de soi et la qualité de vie au travail

Une bonne estime de vous-même facilite l'actualisation de votre potentiel et favorise la réussite. Découvrez les outils pour accroître la satisfaction et la qualité de vie au travail.

Marketing Personnel

Apprenez à bâtir votre propre image de marque et votre plan RP pour optimiser la communication et ainsi atteindre plus facilement vos objectifs.

Améliorer les présentations orales et la prise de parole en public

Utilisez les outils au service de la prestation et du message : les mots, les phrases, le ton, le rythme de la voix, les silences, l'attitude, le regard... pour réussir vos interventions en public.

Développer les compétences relationnelles et mieux communiquer

Maîtrisez les outils nécessaires aux échanges interpersonnels pour communiquer avec souplesse et mieux faire passer vos messages.

AM CONSULTING Suisse ▪ Suède ▪ France

20, Rue Adrien Lachenal ▪ CH-1207 Genève
+ 41 (0) 22 737 14 40 ▪ amconsulting@happy-at-work.ch
www.happy-at-work.ch



Motivation & Performance

PRESENTATION

Happy at Work a été fondé par **Annika Månsson, AM Consulting Genève** pour répondre au besoin grandissant de trouver plus d'équilibre et de bien-être dans la vie professionnelle.

Notre mission est d'inspirer et de motiver les individus pour aller vers plus de bien-être et d'épanouissement au travail, et d'apporter à chacun un soutien au développement de ses ressources et de son potentiel.

Nos valeurs principales sont basées sur le respect et la bienveillance envers soi et les autres, le bon sens et la simplicité. Ces valeurs de bases sont souvent oubliées dans la vie d'aujourd'hui.

Nous sommes convaincus que le bonheur et le bien-être au travail sont les facteurs principaux d'une carrière florissante et d'une vie professionnelle et privée équilibrée contribuant à la performance des individus et des entreprises.

Annika Månsson est d'origine suédoise et travaille en collaboration avec sa soeur Annelie Månsson, Consultante et Formatrice en Suède. Elles sont entourées par un réseau de consultants, coachs, psychologues, psychothérapeutes et médecins de travail, partageant tous la même vision et les mêmes valeurs.

Annika Månsson a évolué pendant 15 ans au sein du groupe Danone où elle a occupé différents postes de direction pour la marque evian, en particulier dans les domaines commercial, marketing et communication.

Depuis 2003, elle exerce en tant que consultante, coach et formatrice en Suisse, France et Suède dans des domaines divers : gestion de carrière, coaching des managers et des équipes, team-building, assessment, formation des adultes en communication interpersonnelle, efficacité personnelle, employabilité...

Annika est également **co-fondatrice et rédactrice en chef pour le média en ligne Managerama TV**, destiné aux managers et professionnels RH.

Titulaire d'une maîtrise de marketing Annika Månsson est coach diplômée, certifiée en MBTI®, (*Meyers & Briggs Type Indicator*, l'indicateur de personnalité le plus utilisé dans le monde) et en PNL, (Praticien PNL).

Ses clients apprécient particulièrement toute l'énergie positive qu'Annika dégage, son dévouement et sa façon concrète de travailler avec autrui.

Elle partage aujourd'hui sa vie entre son bureau à Genève, son foyer en France, et son exploitation forestière en Suède.

AM CONSULTING Suisse ▪ Suède ▪ France

20, Rue Adrien Lachenal ▪ CH-1207 Genève
+ 41 (0) 22 737 14 40 ▪ amconsulting@happy-at-work.ch
www.happy-at-work.ch