

Gérez votre temps et vos priorités

2 jours

Objectifs

Prix : 1100 euros HT

- Identifier la structuration du temps.
- Maîtriser les lois de gestion du temps.
- Prévoir ses activités et planifier ses objectifs.
- Développer son efficacité personnelle.

Cet atelier interactif est basé sur des mises en situation filmées et le debrief d'un coach.

Public

Tous publics

Programme de la formation

Par groupe de 8 personnes

- 1. Analyser l'utilisation de votre temps avec l'établissement d'un diagnostic.**
- 2. Définir vos priorités et planifier vos différentes tâches.**
- 3. Analyse de la délégation et du contrôle.**
- 4. Acquérir des outils de gestion du temps.**
- 5. Gérer les interruptions et imprévus.**
- 6. Remettre en cause vos comportements dans votre relation au temps.**
- 7. Définir votre plan d'action.**

Le suivi

Cette formation est faite en groupe et peut être suivie d'entretiens individuels personnalisés pour des séances de coaching.