

GESTION DU TEMPS

OBJECTIF

Savoir optimiser l'utilisation de son temps pour être plus efficace.
Apprendre à gérer son temps pour être mieux organisé et libérer du temps pour ses priorités.

CONTENU

Au cours de cette formation, les participants apprennent à :

- Identifier de quelle manière ils gèrent leur temps aujourd'hui, grâce à un diagnostic individuel de la structuration et de l'utilisation du temps.

Ce diagnostic s'appuie sur un audit factuel de l'utilisation du temps, ainsi que sur un éclairage fourni par les types de personnalité et leurs modes de relation au temps.

- Diminuer l'emprise des «voleurs de temps», qu'il s'agisse de l'influence de l'entourage professionnel, ou des habitudes individuelles (utilisation des outils de communication, tendance à la procrastination, style de management, difficulté ou non à déléguer)

- Définir leurs objectifs professionnels, à court terme et à long terme, et leur associer des indicateurs personnalisés de réussite

- Utiliser des outils et des stratégies simples qui leur permettront de piloter leur gestion du temps et de maintenir une attention critique sur les dérives éventuelles

- Aborder et traiter de manière plus efficace les imprévus et les urgences

- Mettre en place un plan d'action pour l'atteinte de leurs objectifs

- Mesurer les progrès effectués et le chemin parcouru.

Suivi à 6 mois pour faire le point sur les évolutions notoires dans la gestion du temps.

MÉTHODE

Outils d'autodiagnostic, apports théoriques, exercices individuels et en sous-groupes, feed-back.

PUBLIC

Managers, cadres, responsables d'équipe.

DURÉE

Deux jours séparés par une inter-session permettant la mise en oeuvre des acquis de la première journée.

NOMBRE DE PARTICIPANTS

5 à 12 personnes.

LIEU

Au sein de notre Cabinet, ABC Compétences, métro République (lignes 3, 5, 8, 9 et 11) ou tout autre lieu désigné d'un commun accord au cours du premier entretien.

TARIF

Nous consulter.

NOTE : DES MODIFICATIONS MINEURES POURRONT ÊTRE APPORTÉES À CE PROGRAMME EN FONCTION DES ATTENTES EXPRIMÉES

CONTACT

CHEF DE PROJET
Tel : 01 42 62 46 90
Fax : 01 42 57 19 04

32 boulevard du Temple - 75011 Paris
Mail : contact@abccompetences.fr
Site : www.abccompetences.fr