Programme de Formation

Formation Gérer son temps et ses priorités

Organisation

Durée : 7 heures

Mode d'organisation : Mixte

Contenu pédagogique

Public visé

- Toute personne souhaitant améliorer son rapport au temps et à ses priorités.

Objectifs pédagogiques

- Mieux se connaître pour mieux gérer son temps et ses priorités
- Adopter une véritable philosophie de la gestion du temps et des priorités
- Mettre en place des outils favorisant l'utilisation optimale de son temps.

Description

Introduction

- Présentation de la formation Gérer son temps et ses priorités, des participants et de leurs attentes spécifiques.

Mieux comprendre son rapport à la gestion du temps

- Estimer sa gestion du temps
- Découvrir ses principaux voleurs de temps
- Pourquoi gérer son temps?

Maîtriser son rapport au temps

- La notion d'adaptation

La philosophie de base du gestionnaire du temps

- La parabole des gros cailloux
- Distinguer l'urgent et l'important
- Construire une grille d'analyse de mission individuelle permettant de définir ses activités, ses priorités et la répartition du temps.

Planifier son organisation et/ou celle de ses collaborateurs

- Une base de départ solide : la définition de mission
- Construire des plannings cohérents.

Utiliser des outils pour affiner sa gestion du temps

- Les règles d'or de la délégation
- Optimiser ses relations avec les autres
- La gestion des e-mails et de l'agenda.

Elaborer un projet personnel de progression

- Rédaction d'un plan d'amélioration individuel en fonction des problématiques identifiées pendant la formation.

Bilan, évaluation et synthèse de la formation Gérer son temps et ses priorités.

Prérequis

- Pas de prérequis spécifique

Modalités pédagogiques

- Tour de table pour validation des attentes spécifiques, des objectifs, du programme…
- Le formateur alterne entre méthode démonstrative, interrogative et mise en œuvre par des jeux de rôles et mises en situations concrètes.

Moyens et supports pédagogiques

- Un support de cours numérique ou papier sera remis à chaque participant.

Modalités d'évaluation et de suivi

- La validation des acquis sera réalisée à travers un quiz et/ou une certification
- Une évaluation qualitative de la formation sera complétée par le stagiaire