

GESTION STRATEGIQUE DU TEMPS

Objectifs du séminaire :

- clarifier sa mission en cohérence avec sa fonction
- intégrer les principes de base d'une efficacité personnelle
- identifier les pratiques chronophages et gaspilleuses d'énergie
- élaborer un projet stratégique et « *choisir son temps* »
- utiliser son stress et optimiser sa capacité d'action dans les moments importants

Programme :

- * cartographie de sa fonction et activités qui la recouvrent
- * enjeux stratégiques de sa mission
- * identification de l'important et de l'incontournable
- * équilibre et cohérence avec ses choix personnels ET professionnels
- * construction d'objectifs dans le respect d'une écologie personnelle
- * représentation du temps et réflexes mentaux
- * outils et méthodes d'organisation, mise en œuvre
- * choix stratégiques pour « choisir son temps »
- * plan d'action motivant et réaliste

Méthodes pédagogiques :

Apports théoriques, exercices pratiques individuels, expérimentation à partir de cas apportés par les participants, travaux de groupe et de sous-groupes, partage d'expériences.

