

<http://www.devop.pro/formation/7-regles-dor-pour-developper-son-efficacite-personnelle.html>

Objectifs

BEST

En augmentant votre efficacité personnelle, vous pourrez davantage agir selon votre souhait sur les événements. Cette formation propose de maîtriser **les savoir-faire essentiels de l'efficacité personnelle** en abordant ses différents aspects : comment optimiser votre manière de travailler avec les autres ? Comment **accroître votre leadership** et développer un climat de confiance ? Comment **mieux gérer votre temps** ?

Axes de travail

1. Être proactif et force de proposition

- Prendre des décisions et assumer vos choix,
- Prendre des initiatives,
- Développer la confiance en vous,
- Développer vos talents d'orateur.

2. Identifier clairement vos objectifs

- Définir vos objectifs en cohérence avec vos valeurs et croyances,
- Intégrer les bases et les clés du succès d'un entretien.

3. Gérer votre temps et vos priorités

- Analyser votre gestion du temps,
- Dissocier l'urgent de l'important,
- Intégrer les outils personnels de gestion du temps.
- Maîtriser les principes d'une bonne gestion du temps.

4. Créer un climat de confiance par l'empathie et l'écoute

- Pratiquer l'écoute active pour comprendre votre interlocuteur et susciter sa confiance,
- Demander régulièrement du feedback,
- Développer le travail collaboratif,
- Identifier l'impact de la confiance et de la loyauté dans les relations interpersonnelles.

5. Anticiper et gérer les conflits

- Identifier les signes avant-coureurs du conflit,
- Connaître les modes d'expression du conflit,
- Acquérir une méthode de traitement des conflits,
- Anticiper le conflit.

6. Vous auto-motiver

- Vous motiver par vous-même de manière continue,
- Vous impliquer au quotidien dans l'atteinte de vos objectifs,
- Développer un réseau relationnel pour soutenir votre action.

7. Définir votre plan d'actions personnel

2 jours - 14h
de présentiel

1230€ HT
Collations et déjeuner offerts

Disponible en INTRA
Nous consulter

Points forts



Formation individualisée
de 6 à 8 participants



Formation-action
travail sur vos cas concrets,
production opérationnelle



Centrage sur les besoins
contact avec chaque participant
pour adaptation du contenu



Paris 8ème
proximité immédiate Madeleine,
gare Saint-Lazare, Auber

Vous êtes

Manager ou collaborateur, vous avez besoin de :

- faire un bilan global sur vos points forts et axes d'amélioration,
- rafraîchir votre efficacité professionnelle,
- prendre du recul par rapport à votre expérience.

Pédagogie

accompagnement et entraînement

- Alternance d'échanges, de réflexion et d'exercices,
- Mises en situations sur cas réels des participants,
- Conseils personnalisés, retours d'expériences du consultant-formateur,
- Pratique des techniques de respiration, visualisation et ancrage contre le stress.



Prise de contact individuelle



Echange entre pairs



Autonomie dans la mise en pratique

Le consultant-formateur

Cette formation est animée par un consultant certifié dans sa spécialité et ayant occupé un poste de management.

Les sessions 2017

Paris 8ème

18-19 janvier
9-10 mars
9-10 mars
22-23 mai
12-13 juillet

18-19 septembre
16-17 octobre
16-17 novembre
18-19 décembre

Infos et inscription

4, rue de Castellane - 75008 Paris
Tél. 01 70 38 21 10

S'inscrire en ligne ou
via le formulaire page 66

