

Efficacité professionnelle

Développez des attitudes professionnelles positives

Cette formation permet d'optimiser ses performances relationnelles avec les autres. Mettre son contexte professionnel dans un schéma positif et travailler sur ses motivations individuelles contribue à être plus performant dans son quotidien professionnel.

dates de la formation

Dates sur-mesure – Nous contacter

Objectifs

- Planifier son temps
- Gérer les priorités et les urgences
- Anticiper pour ne plus les subir

Savoir se fixer des priorités

- Clarifier ses missions et ses tâches
- Différencier l'urgent de l'important
- Distinguer ses missions et ses objectifs
- Faire un diagnostic de structuration de son temps

Savoir concevoir son propre outil de gestion du temps

- Utiliser les principes d'organisation de gestion du temps
- Utiliser les différents outils de gestion du temps
- Réussir à planifier son temps sans subir

Savoir analyser son mode de gestion du temps

- Connaître sa relation au temps
- Analyser son emploi du temps
- Savoir déléguer à son entourage
- Réussir à dire non, savoir s'arrêter

- Déléguer utilement et efficacement
- Renforcer ses bonnes pratiques professionnelles

Savoir se protéger à long terme

- Définir ses projets professionnels
- Analyser son capital et son énergie
- Définir son système de valeurs

Méthodes Pédagogiques

- Animation participative
- Exercices pratiques

durée

2 jours

prix

Intra : 1 700 € HT la journée

En présentiel

Sur-mesure : nous contacter

[intra : nous contacter](#)

intervenant

Conseil en Organisation

public

Toute personne souhaitant optimiser son organisation

Aucun pré-requis

Formulaire d'inscription

Nom

Prénom

Email

Téléphone

Nom de l'entreprise

Intitulé du poste

Thème de la formation

Choisissez votre type de formation : Choisissez votre type de formation : ☐ Inter-entreprise
☐ Intra-entreprise

Message

Envoyer

[Télécharger le bulletin d'inscription](#)

Inscrivez-vous à la newsletter

Aptitudes RH vous enverra les dernières actualités de son activité.

Message de succès

E-mail

[Je m'abonne](#)

Contactez-nous

Téléphone

+33 (0)4 69 84 77 36

Adresse

Immeuble Le Fontenoy
96 bd Marius Vivier Merle 69003 Lyon