



Formation Audit Conseil

DEVELOPPEMENT PERSONNEL

GESTION DU TEMPS

DURÉE :
2 jours

PUBLIC :
Toutes personnes
souhaitant améliorer
sa maîtrise du temps,
les commerciaux, les
managers

PREREQUIS :
Aucun

**OBJECTIF DE LA
FORMATION :**
Analyser les activités
chronophages,
structurer pour ne
plus perdre de temps

**MOYENS
PEDAGOGIQUES :**
Exercices pratiques et
mise en situation (jeux
de rôles, sketches,
vidéos)
Moyens humains :
formateur expert dans
le domaine

**NOTRE PLUS
SMV ACADEMY:**
Notre formateur vous
accompagne avant,
pendant et après la
formation.

🔍 AUTODIAGNOSTIC

- ▶ Votre situation actuelle
- ▶ Vos activités « chronophages » : où perdez-vous du temps ?
- ▶ Votre discipline dans le travail
- ▶ Votre méthode d'organisation
- ▶ Votre aptitude à vous contrôler et à communiquer (en interne, au téléphone, lors de vos rendez-vous)

🔍 STRUCTURER

- ▶ Découvrir et mettre en œuvre les 4 actions-clés :
 - Anticiper - hiérarchiser - planifier – contrôler
- ▶ Différencier Urgent et Important
- ▶ Classer vos tâches par ordre de priorité et d'importance : jour, semaine, mois
- ▶ Etablir un carnet de bord journalier

🔍 LES TEMPS MODERNES

- ▶ Comment optimiser votre agenda
- ▶ Utiliser les nouveaux moyens : ordinateur, agendas électroniques
- ▶ Développer votre communication grâce au mailing : les contraintes du support et les conditions d'efficacité
- ▶ La simplification des tâches par l'optimisation du temps
- ▶ Optimiser la gestion du temps collectif (exemple : réunion)

🔍 LES PRINCIPES DE BASE DE LA COMMUNICATION TELEPHONIQUE

- ▶ Etre accessible
- ▶ Etre pertinent
- ▶ Faire agir

🔍 DEFINIR LE STRESS

- ▶ Connaitre son mécanisme
- ▶ Identifier les sources du stress
- ▶ Découvrir les remèdes adaptés
- ▶ Savoir gérer les imprévus

- Evaluation de fin de formation

Objectifs pédagogiques :

A l'issue de la formation le stagiaire sera capable de :

- Analyser les activités chronophages
- Structurer et optimiser afin de ne plus perdre de temps
- Connaître les principes de base de communication téléphonique
- Définir le stress

V1. 22/8/2023