



Gérer son temps selon sa typologie de personnalité

Contexte de la demande client : Des formations en gestion du temps et en organisation avaient déjà été déployées auprès des collaborateurs de cette entreprise. Cependant, un besoin d'affiner les pratiques, les outils et les méthodologies selon le profil de personnalité était remonté. Cette session de formation est considérée comme un niveau 2 à la gestion du temps et des priorités et à l'organisation personnelle.

<p>2 JOURS Formation – 14h00 0,5 JOUR – 3h30 REX à 12 semaines</p> <p>Intra en Présentiel Max 8 personnes</p>	<p>Objectifs de formation</p> <ul style="list-style-type: none"> ● Reconnaître son profil de personnalité ● Gérer son temps de travail en fonction du profil dominant ● Mieux comprendre la gestion du temps de ses collaborateurs et managers ● Approfondir outils et méthodes de gestion du temps et d'organisation ● Préparer son plan d'action
<p>Public Manager Collaborateur</p> <p>Prérequis Avoir déjà suivi des formations en gestion du temps ou organisation</p> <p>Compétences visées Organisation Connaissance de soi Gestion du temps</p> <p>Evaluation Quiz Activité créatrice Bilan à chaud</p>	<p>Programme</p> <p>Ouverture Présentations, cadre, présentation du programme relève des attentes et des objectifs</p> <p>Définir son profil de personnalité Activité créatrice : « Moi et le temps » Présentation et feedback en groupe Test : Etes-vous cigale, fonceur, optimiste ou dépassé ? Analyser des conséquences à titre personnel Echanges et partages d'expériences Etape 1 du Plan d'Action Personnalisé</p> <p>Comprendre sa structure de personnalité et son rapport au temps Test : Quel est mon driver dominant ? (Analyse Transactionnelle) Présentation des 5 drivers Analyser les avantages et les inconvénients de chaque driver dans le rapport au temps et à l'organisation Rechercher des solutions, outils, et méthodes ajustées à chaque profil Etape 2 du Plan d'Action Personnalisé</p> <p>Comprendre les réactions en situation de stress selon son profil de personnalité PCM Présentation des 6 profils de personnalité Process Communication Model Analyser les réactions sous stress et les conséquences dans la gestion du temps et l'organisation Rechercher les comportements et attitudes les mieux ajustés à chaque profil Etape 3 du Plan d'Action Personnalisé</p> <p>Clôture Evaluation des acquis : quizz et reprise de l'activité créatrice Bilan de satisfaction Tour de table</p>
<p>Formateur Sylvie Delobelle FC certifié Expert en communication Formée à l'AT -la PCM</p>	<p>Méthodes pédagogiques Une pédagogie ludique et active, pour que le stagiaire soit acteur de son apprentissage. Partage d'expériences, Mises en situation individuelle et en groupe, travaux de réflexion individuelle et collective, photo-langage, mise en application avec feedback, exercices.</p>
<p>Code & Thématique EFFPER-5 Développement personnel Efficacité professionnelle</p>	<p>Ce qu'en disent les participants</p> <p>« Une super formation, qui donne des axes de progression très personnalisés, qui va au-delà des acquis » « Je me comprends beaucoup mieux, et je comprends beaucoup mieux mes collaborateurs, qui sont très différents de mes profils » « Stage astucieux, bien mené avec bienveillance. Je repars avec des solutions qui vont faciliter mon quotidien professionnel et personnel »</p>