

Gérer et organiser son temps de travail

Objectif :

- Nommer les principes de base d'une organisation de travail
- Utiliser des astuces pour faire face aux « voleurs de temps »
- Mesurer l'urgent et l'important pour gérer ses priorités
- Construire et utiliser des outils pour gagner en efficacité

Public

Tout public

Prérequis :

Parler et écrire français

Durée : 14h00

Contenu

Définir, analyser et remettre en cause son organisation personnelle

- Définir sa relation et ses attitudes face au temps
- Déterminer les freins à une bonne organisation de travail
- Diagnostiquer sa propre organisation

Exercices d'analyse quantitative et qualitative d'une journée de travail – autodiagnostic de ses freins – échanges d'expériences

Appliquer les principes d'une bonne organisation

- Les 8 lois de la gestion du temps
- Acquérir les méthodes de base

Présentation magistrale et exercices applicatifs

Analyser et prévenir les pertes de temps

- Gérer les interruptions et les imprévus
- Proposer des solutions

Exercice individuels sur les interruptions et échanges d'expérience

Gérer les priorités

- Définir les priorités de sa fonction
- Définir l'urgent et l'important
- Evaluer ses tâches et établir ses priorités

Cas pratique sur les priorités : élaborer le carré des priorités – échanges en groupe

Utiliser une panoplie d'outils cohérente

- Détailler la méthode L.I.M.I.T.E.R
- Employer d'autres outils

Construction en groupe d'un plan de journée. Echanges sur l'utilisation des tâches dans la messagerie électronique

Faire face aux sollicitations

- Repérer les différents niveaux de sollicitations
- Négocier un délai avec la méthode DESC

Échanges d'expérience et jeux de rôle

Groupement de Recherche sur les Cultures et Techniques Agricoles des Sols Forestiers d'Aquitaine

ZAE Sylva 21 - 4 rue Nicolas Brémontier - 33830 BELIN-BELIET - T/ 05.56.88.01.98 - F/ 05.56.88.04.59

grceta@grceta-sfa.fr - www.grceta-sfa.fr

Association loi 1901 - N°9488 - Préfecture de Bordeaux - Siren 39363528900027 - APE 9412 Z

Méthodes pédagogiques : Méthodes pédagogiques : pédagogie active basée sur l'interactivité et l'échange d'expériences. Exercices, cas pratiques, jeux de rôle. Apports théoriques.

Moyens techniques : utilisation de la vidéo projection. Transmission d'un support pédagogique par email

Intervenant : ETESIA Bruges

Moyens d'encadrement : Coach certifié et formateur à la gestion d'équipe.

Evaluation des acquis : exercice : adopter le meilleur comportement possible à une situation décrite.

Evaluation de la satisfaction des stagiaires : questionnaire individuel

Accessibilité handicap : nous contacter pour la prise en compte des situations de handicap temporaire ou permanent.

