

Formation Efficacité professionnelle

Avec notre formation « Efficacité professionnelle », apprenez à mieux organiser votre temps et dites adieu à la charge mentale !



Avec M'Ability, vos managers seront capables de :



Être au clair sur leur rapport à l'efficacité et leur sens de l'organisation



Découvrir et expérimenter des outils pratiques pour gagner en productivité



Gérer les distractions pour rester focalisé et éviter les pièges du multitasking

Le programme de la formation :

01 Etre efficace, maintenant

- Apprenez les idées reçues sur l'efficacité professionnelle et déjouez-les
- Comprenez la différence subtile entre l'efficacité et l'efficacite
- Découvrez la formule secrète de l'efficacité professionnelle
- Déterminez votre profil d'efficacité au travail : plutôt fonceur ou planificateur

02 Deux méthodes pour s'organiser

- Découvrez le meilleur moyen de s'organiser pour être efficace au travail : trouver votre ikigai
- Apprenez quels sont les outils et les meilleures astuces pour planifier et prioriser efficacement
- Structurez votre pensée avec le mind-mapping et découvrez des techniques pour l'appliquer
- Devenez un as de l'organisation grâce à des mises en situation

03 Accomplir

- Découvrez les méthodes simples de Zorro pour devenir efficace au quotidien
- Ne souffrez plus du multitasking
- Apprenez à gérer les distractions et la procrastination et combattez les ennemis de l'efficacité

04 S'améliorer en continu

- Développez l'art du feedback et les bénéfices que vous pouvez en tirer
- Apprenez à réagir au feedback positif et négatif et quelles leçons sont à en retenir
- Découvrez le cycle itératif et des méthodes de travail avec des exemples concrets vous permettant de vous intégrer au mieux dans le mécanisme

05 Validez votre formation

- Entraînez-vous en mettant au défi vos collègues en duel !
- Excellez dans la mise en pratique des méthodes d'efficacité professionnelle
- Validez votre formation grâce aux compétences acquises
- Obtenez votre certificat en remportant le challenge final !



Les modalités disponibles

Mobile / e-learning

Format disponible



La durée

40 minutes en mobile ou e-learning, pour les autres modalités : nous consulter

Langue

