EduGroupe
Accompagner pour réussir

# Manager au quotidien : gérer sa polyvalence

Référence : **RESEP013** Durée : **2 jours (14 heures)** Certification : **Aucune**

## Connaissances préalables

- Aucunes

## Profil des stagiaires

- Toutes personnes ayant un poste avec de multiples fonctions

## Objectifs

- Mieux s'organiser, gérer son temps de travail, travailler en équipe, s'adapter au changement, savoir s'affirmer

## Certification préparée

- Aucune

## Méthodes pédagogiques

- Mise à disposition d'un poste de travail par participant
- Remise d'une documentation pédagogique papier ou numérique pendant le stage
- La formation est constituée d'apports théoriques, d'exercices pratiques et de réflexions

## Formateur

- Consultant-Formateur expert Management des équipes et des personnes

## Méthodes d'évaluation des acquis

- Auto-évaluation des acquis par le stagiaire via un questionnaire
- Attestation des compétences acquises envoyée au stagiaire
- Attestation de fin de stage adressée avec la facture

## Contenu du cours

### 1. Mieux s'organiser

- Le temps, un allié de la croissance : Comment structurer son temps
- Prise de conscience individuelle, premier diagnostic et niveaux de motivation de chacun
- Utiliser ses forces positives : Mieux connaître son capital énergie, ses rythmes de travail
- Savoir se concentrer, se motiver, s'arrêter, se relaxer

## 2. Travailler en équipe

- Pourquoi et comment y répondre ?
- Comprendre les difficultés relationnelles rencontrées avec certains interlocuteurs
- Les canaux de communication pour se faire mieux comprendre
- Le facteur stress

## 3. Sortir de sa zone de confort

- Identifier sa zone de confort
- Sortir progressivement de sa zone de confort
- Se lancer un petit défi par semaine
- Apprendre quelque chose de nouveau pour sortir de sa zone de confort
- Élargir son cercle social pour sortir de sa zone de confort

## 4. S'adapter : la gestion du changement

- Définir le changement
- Analyser le projet
- Rechercher les solutions envisageables
- Mettre en place un plan d'application

## 5. L'affirmation de soi

- Savoir dire non
- Identification du changement
- Avoir confiance en soi
- Se fixer des objectifs
- Pratiquer la pensée positive
- Evaluer sa satisfaction

Notre référent handicap se tient à votre disposition au 01.71.19.70.30 ou par mail à referent.handicap@edugroupe.com pour recueillir vos éventuels besoins d'aménagements, afin de vous offrir la meilleure expérience possible.