



Les 7 habitudes de gens efficaces

Version du 16/02/2024

PREREQUIS ET PUBLIC

Public : Tous

Prérequis : Aucun

OBJECTIFS PÉDAGOGIQUES

Renforcer son efficacité professionnelle

Prendre conscience du pouvoir des habitudes

Pratiquer l'écoute active

Mettre en place des outils d'efficacité

PROGRAMME DE FORMATION

Jour 1 - 7h30

- **Introduction - Culture du Feedback :**
 - Présentation rapide des travaux de S.Covey
 - Première « Pré-habitude » : Développer la culture du feedback :
 - Savoir construire un message assertif
 - La communication non-violente
- **Apprendre à déléguer :**
 - Les 10 règles de la délégation
- **Evolution et habitudes :**
 - Les 3 niveaux d'évolution (dépendance/ indépendance/ interdépendance) et les 7 habitudes de l'efficacité
- **Habitude 1 : Passer de la dépendance à l'indépendance**
 - Être pro-actif et prendre ses responsabilités
 - Les jeux psychologiques - *Exercice en groupe*
- **Habitude 2 : Commencer par définir un objectif**
 - Formuler ses objectifs en utilisant la méthode SMART – *Exercice individuel*

Jour 2 - 7h30

- **Habitude 3 : Commencer par le commencement**
 - Planifier son temps et ses priorités
 - Méthode Pomodoro
 - Matrice d'Eisenhower
 - Les 4D
 - *Analyse pour chaque stagiaire*

- **Habitude 4 : Penser gagnant + gagnant**
 - Le jeu de la collaboration – *Exercice sur la collaboration*
 - Survivre dans le désert
- **Habitude 5 : Chercher d'abord à comprendre, ensuite seulement à être compris**
 - Exercice d'écoute active
- **Habitude 6 : Synergiser**
 - Comment l'équipe peut contrecarrer les biais psychologiques dans la prise de décision
- **Habitude 7 : Affûter la scie: Prendre soin de soi et se mettre en action**
 - Méthode KISS – *Exercice en groupe*

METHODES PEDAGOGIQUES

- Eléments théoriques exposés par le formateur
- Mises en situation sur les cas des participants/ Exercices pratiques
- Jeux de rôles et jeux sérieux

MODALITES D'EVALUATION INITIALE ET FINALE

Evaluation initiale :

- Questionnaire préalable, complétion des e-learning sur les points clés de la méthode est un prérequis

Evaluation en cours de formation :

- Jeux de rôles
- Exercices de groupe

Evaluation finale :

- Questionnaire d'évaluation à chaud
- Questionnaire d'évaluation à froid (3 mois après) afin d'apprécier l'impact de la formation

NOTRE FORMATEUR

Formateur spécialiste de l'efficacité professionnel et de la communication

MODALITES D'INSCRIPTION

Définies en amont avec le client

LIEU ET DEROULEMENT DE LA FORMATION ET DUREE

- Formation de : 15,00 heures ou 2 jours
- En présentiel dans les locaux de l'organisme de formation ou chez le client.

NIVEAU DE PERFORMANCE

- Nombre de stagiaires ayant suivi la formation : 141
- Taux d'assiduité : 80%
- Taux de satisfaction des stagiaires : 97%

ACCESSIBILITÉ

Pour toute demande d'aménagement nécessaire au bon déroulement de la formation pour tous, vous pouvez contacter notre référent handicap :

Léa Ménager , 07 62 50 71 95 lménager@fglearning.fr

CONTACT

FG LEARNING (First Group)
63, avenue de Villiers 75017 Paris

Mail : contact@firstgroup.fr

<https://www.fglearning.fr/>