

GAGNER EN EFFICACITE



Prérequis : Être élu local au moment de la formation.

L'efficacité personnelle peut se traduire comme l'alliance du développement personnel et de la performance professionnelle. En développant votre efficacité personnelle, vous êtes à même de mieux vivre votre quotidien d'élu tout en améliorant votre manière de travailler en équipe au service de vos concitoyens, en gérant les situations difficiles et en maîtrisant votre temps.

Public : Tous les élus locaux

Objectifs opérationnels et évaluables de la formation :

S'appuyer sur ses ressources personnelles pour influencer les événements
Acquérir de l'assurance dans la gestion de situations difficiles
Apprendre à gérer son action et son temps en maîtrisant son stress

Durée : 6 heures
1 jour (9h- 16h00)

Programme

Maitriser son temps :

Renouer avec les enjeux de la gestion du temps
Repérer les voleurs de son temps, son rythme biologique et son rapport psychologique au temps,
Connaître les 6 lois qui régissent le temps
Faire le point sur ses priorités
Gérer ses interlocuteurs et son environnement pour maîtriser son temps

Dates : 2022

Gérer son stress :

Distinguer le stress positif du stress négatif
Repérer les déclencheurs et manifestations personnels de stress
Choisir ses stratégies de régulation du stress

Modalités pédagogiques :

1 journée en présentiel
Jeux de rôles et ateliers de mise en situation
Diaporama
Vidéos

Se motiver et s'animer :

Mieux se connaître pour repérer ses facteurs personnels de motivation
Être congruent dans ses comportements, ses compétences et ses motivations
Déclencher le cycle de la réussite
Développer son pouvoir d'influence

Modalité d'évaluation de la satisfaction

QCM fin de formation
QCM à froid – J+15

Modalités d'accès et d'organisation : Inscription en ligne via mon compte formation élu :

<https://www.moncompteformation.gouv.fr/espace-public/compte-elu>

Délai d'accès au parcours : 1 mois à compter de la date d'inscription

Lieu : Tulle.

Accessibilité aux personnes handicapées : Locaux accessibles aux Personnes à Mobilité Réduite. Autre handicap : nous consulter

Thématique :

Communication

**Formation généraliste communication
ELU0405**

Contact : Isabelle BAUDRY

Tel : 05.55.93.74.43

Email : Isabelle.baudry@adm19.fr

Notre formatrice :

Valérie GUHUR-PIROUX, formatrice
experte des collectivités locales, ancienne élue, certifiée en systémie et au modèle ComColors

Hôtel MARBOT

**9, Rue René et Emile FAGE
19000 TULLE**

www.maires.correze.net