

FORMATION et AUTOSéminaire

"Maîtrisez Votre Temps ou comment agir et décider pour tenir vos objectifs et réaliser vos projets"

Tarifs, conditions, réservation



Autoséminaire



INDIVIDUEL



INTRA

Méthode STATERA 6ème édition 2011 (V6) entièrement revue

Objectifs

"Débordé, dérangé... reprenez le contrôle grâce à la méthode STATERA®, une nouvelle méthode progressive pour votre gestion du temps. Plus d'efficacité personnelle ne veut pas dire travailler plus. En fait, vous devez clarifier vos objectifs et agir en cohérence. **Vous devez déplacer vos efforts** et non pas faire "plus de la même chose". Une mise en oeuvre concrète, par étapes, où vous êtes guidé pas à pas. En arrivant en quelques jours à 80% de vos objectifs quotidiens, vous êtes sur la voie du calme, de la confiance, de la concentration. "

La méthode STATERA® est orientée sur le **comment faire**, sur **les solutions**. Elle est faite pour que vous réalisiez **naturellement** vos actions, vos projets.

Sa spécificité se résume en 4 points

- **une méthode globale** : elle traite le quotidien et le long terme, mais aussi votre Système Personnel de Références. base de votre développement personnel
- **progressive** : pour la mise en oeuvre, le chemin est tracé et les étapes définies
- **applicable directement** : les principes avancés sont traduits directement en actions, grâce au **kit de mise en oeuvre** intégrable sur PC avec un navigateur d'accès.



- **avec des résultats dès le début** mesurés
Pour agir et décider, vous avez besoin de principes forts et d'une méthode concrète.

Vous êtes concerné

La méthode STATERA® s'adresse à ceux qui ont simultanément besoin de traiter le quotidien et d'avoir un œil sur le long terme, à ceux qui se trouvent la plupart du temps en surcharge, dans des situations de multiactivités, de multiprojets, avec de nombreuses tâches segmentées. Pour ceux qui veulent renforcer leur efficacité personnelle et changer les niveaux de leur vie. Elle est particulièrement adaptée aux "entrepreneurs" : responsables d'entreprises, de centre profits, d'activités, dirigeants, cadres, professionnels.

Prérequis

Base de développement personnel, elle s'adresse à ceux qui, au-delà de la "mécanique" de mise en oeuvre, sont prêts à faire un travail sur eux, donc ayant une certaine maturité, à des gens d'expérience.

Méthodes pédagogiques

Présentation de la méthode en échange permanent avec les participants en séminaire. Exercices de pensée pour élargir les limites mentales. Initialisation par les participants de leur kit de mise en oeuvre. Prise d'engagement. Repris en autoséminaire.

Animateur

Daniel NEURY est consultant. Il intervient dans : le management des services clients, avec objectif d'amélioration des performances, le management de projets avec objectif d'aboutissement et l'efficacité personnelle avec objectif de faire réussir. Il est l'auteur de la méthode STATERA®.

Il est ingénieur Arts et Métiers et ENSIMAG.

Contact

EXTRALAND
109 bis Route de la Reine
92100 BOULOGNE BILLANCOURT
tél. +33 1 46 04 45 85
extraland@extraland.com

organisme de formation n°11 92 08928 92

RCS Nanterre B 404 850 869

Pour décider et agir
vous avez besoin de principes forts
et d'une méthode concrète.

Daniel NEURY

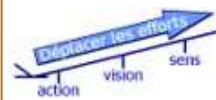


vidéo

Programme

1^{ère} partie : situer le vrai problème, et les solutions

- **AGIR LÀ OU IL FAUT**, déplacer les efforts pour donner une vision et un sens aux actions



Les tendances, l'agenda, outil et méthode, le levier de l'efficacité, la cohérence, le diagramme de l'action efficace, gestion du temps et maîtrise...

2^{ème} partie : le plan de journée en 3 étapes pour faire beaucoup de choses, contrôler les tâches puis contrôler le temps

- **PILOTER** traiter concrètement, savoir faire comment La tâche (clôture, interruptions) Le plan de journée : l'ordre (priorités), la durée, l'horaire, les tactiques

3^{ème} partie : du long terme au court terme, du rêve à la réalité, en 6 niveaux, comment injecter le long terme pour faire les bonnes choses

- **NAVIGUER** rêver, ambitionner, élargir ses limites mentales, concrétiser, fixer l'itinéraire et garder les caps, clarifier son but, ses objectifs
Les plans à long terme, les projets, les enchaînements et exécution, les stratégies

4^{ème} partie : le Système Personnel de Références : les raccourcis, les accélérateurs, et les outils spécifiques pour renforcer encore votre maîtrise, pour faire les choses prévues

- **PUISSANCE** se donner les moyens pour avancer en cohérence vers ses objectifs, oser, décider, croire, énergie Le référentiel psychologique (valeurs...), les règles de l'art (principes...), les outils d'aide à la décision

5^{ème} partie : la mise en oeuvre effective

- **DÉMARRER s'engager, progresser**
Les processus, le plan de progression, les niveaux d'intégration, l'engagement

Ce séminaire a été sélectionné
par HEC Management
(Université d'été 1998)

**Formation
Module MVT - 2 jours
ou Autoséminaire STA**



EXTRALAND

**L' amélioration de vos performances
L' aboutissement de vos projets**

Tarifs, conditions, réservation



Autoséminaire



INDIVIDUEL



INTRA

EXTRALAND marque et logo déposés.

© EXTRALAND 2003 - 2011