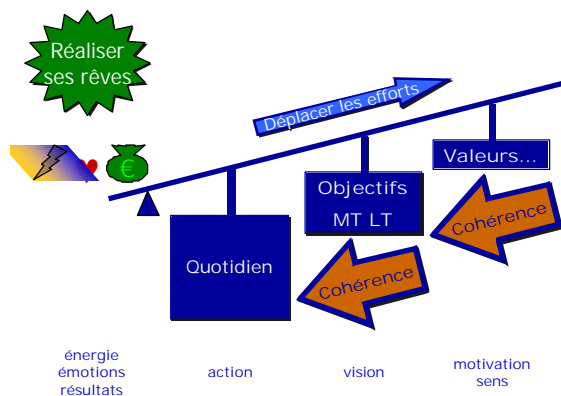


PLUS EFFICACE SANS TRAVAILLER PLUS

Simplement déplacez vos efforts
et redonnez du sens à vos actions

Dans votre quotidien, vous êtes de plus en plus sollicité, par des appels téléphoniques, par des SMS, par des courriels. Ils sont toujours plus nombreux et vous atteignent où que vous soyez. Dans ce tourbillon, cette sursollicitation, cette surinformation, comment pouvez-vous faire face et néanmoins tenir vos objectifs, réaliser vos projets, concrétiser vos rêves ? Comment allez-vous garder votre équilibre de vie, tant professionnelle que personnelle ? Peut-être au contraire êtes-vous dans l'inaction, en manque d'objectifs. Dans les deux cas le stress vous guette.



Plus d'efficacité personnelle ne veut pas dire travailler plus. En fait, vous devez principalement clarifier vos objectifs et agir en cohérence. Vous devez déplacer vos efforts et non pas faire "plus de la même chose".

En effet, c'est bien de savoir vous organiser au quotidien pour en faire plus. Mais pour quels objectifs ? Vos actions au quotidien sont-elles en cohérence avec vos objectifs à moyen et à long termes ? Et vos objectifs, sont-ils vôtres ? Ou sont-ils liés à la pression de l'environnement, à la mode ? Autrement dit, vos objectifs sont-ils en cohérence avec vos valeurs ?

dn

Pour être efficace, vous ne devez pas faire plus d'efforts. Vous devez les déplacer. C'est pourquoi la méthode STATERA® traite les trois volets : bien sûr le quotidien (l'action), mais aussi les objectifs (la vision) et les valeurs... (le sens, la motivation). Cela vous demande moins d'effort de travailler vos objectifs et vos valeurs, même si cet effort est moins évident.

Ainsi vous retrouvez du sens et vous mettez vos actes en accord avec vos principes. En déplaçant vos efforts, vos résultats seront plus importants.

La méthode STATERA® vous apporte des réponses concrètes. Les réponses sont tant opérationnelles que psychologiques et impliquent un travail personnel, un travail sur vous.

Cet ouvrage décrit les principes de la méthode STATERA® qui est présentée en séminaires. A l'issue des séminaires et depuis l'origine, 95% de participants s'en disent satisfaits..

Le texte est illustré de situations vécues dans l'entreprise et de nombreuses références sportives. Des questions d'application vous permettent d'utiliser directement les principes présentés.



De formation ingénieur, Daniel NEURY est consultant. Il intervient en entreprises pour du conseil en management, Il est l'auteur de la méthode STATERA®

<http://www.extraland.com/statera>

Parution mars 2010
chez VUIBERT

© EXTRALAND 2009



« L'amélioration de vos performances
l'aboutissement de vos projets » ©

109 bis Route de la Reine 92100 BOULOGNE-BILLANCOURT France
Tel : +33 1 46 04 45 85