

Gérer son temps et ses priorités

« Le progrès va si vite que la vie semble ne plus pouvoir suivre. Etre dans les temps, c'est déjà être dépassé. »

Bernard Leblanc Halmos

Le temps a toujours intrigué l'homme. Il a toujours voulu le maîtriser. Or, comment avoir la maîtrise d'une chose irréaliste ?

Les sociétés humaines ont eu des approches différentes sur cette notion. Si certaines prennent le temps de faire les choses en rythme, d'autres sont dans l'urgence de l'immédiateté. Il s'agit pourtant du même temps au regard des étoiles et du soleil. Comment peut-on avoir une incidence sur ce facteur inhérent de notre civilisation ?

A partir d'une **approche anthropologique** et d'un travail sur nos **représentations**, cette formation permet de mieux appréhender le temps et ainsi de mieux le gérer ; non seulement pour soi, mais vis-à-vis des autres également.

A vos montres, le temps passe.



Programme de la formation

1. Décider de prendre le temps ou le laisser

- Qu'est ce que le temps et pourquoi vouloir le gérer ?
- Comment l'aborder, le matérialiser ?
- Comprendre les mécanismes de l'architecture temporelle de notre société
- Quelles sont les représentations du temps dans les Cultures (linéaire, circulaire...)
- Comment synchroniser les différents temps : physique, psychique,...

Atelier de réflexion : Analyse du temps par les différents cultures et civilisations

2. Savoir étirer le temps ou le raccourcir

- Se connaître et connaître ses capacités
- Définir le temps, ses propres représentations et les priorités
- Comment travailler sur l'irréel du temps et ne plus travailler en mode urgence ?
- De la modification des perceptions temporelles

Atelier : formaliser mes rapports au temps et les impacts en terme d'organisation

3. Partager les missions, le temps et l'espace

- Quel est le lien entre son temps et l'environnement : approche anthropologique
- Notre temps est-il subi ou géré ?
- Comment sont calculé les temps en entreprise ?
- Quelles réactions adopter et comment parler de votre gestion du temps avec les autres ?

Atelier : élaborer son agenda indiscret avec un chronomètre et le présenter aux autres



Informations pratiques :

Durée : 2 jours soit 14 heures

Lieu :

Dates :

Nombre de stagiaires : 8