

# Être manager et chercheur

Date: 13 et 14 juin 2024

Lieu: DR4-Gif-Sur-Yvette

Nombre de stagiaires : 10

### **Objectifs**

- Identifier les leviers pour concilier les missions de management et celles de chercheur
- Avoir les clés pour échanger avec ses collègues et collaborateurs
- Savoir gérer les priorités

### **Public visé**

## Modalités pédagogiques

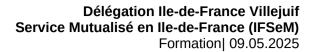
#### **Programme**

Module 1 : Etablir un premier diagnostic de ses missions et de sa gestion du temps

Prendre du recul sur sa pratique professionnelle en analysant son poste de travail et sa gestion du temps pour identifier les améliorations possibles.
Définir les axes d'amélioration

Module 2 : Comprendre les principes de la gestion du temps

- Identifier les points de vigilance à prendre en compte dans la gestion du temps et les règles à respecter pour optimiser son organisation à tous les niveaux de son activité (règle de Sérendipité) Pareto. loi de Parkinson. Prendre temps son pour en gagner Nourrir motivation les activités jackpot sa L'importance des délais des interruptions et le poids





Les voleurs de temps internes externes et comment les déjouer Module méthodes 3 Mettre pratique des de gestion du en temps Définir des objectifs méthode **SMART** - Différencier urgent et important pour hiérarchiser ses activités (matrice d'Eisenhower) Anticiper à court / moyen / long terme Pourquoi comment dire et non Module Planification et suivi – les outils de la gestion temps - Découvrir les outils d'auto-coaching : des outils pour donner un cadre à ses propres difficultés (Pomodoro, kiffs, - Connaitre et expérimenter les outils de planification et de suivi, choisir ceux qui correspondent à ses besoins pour développer son efficacité (Prévoir des plages de disponibilité, trello) Outils de planification, avantages inconvénients utilisation et communication Les enjeux d'une efficace courriels. réunions, etc. - Outils de suivi : planning partagé, check-list et tableau de bord

## **Conditions d'inscription**

Date limite d'inscription : 24/05/2024

Inscription: <a href="https://formation.ifsem.cnrs.fr/">https://formation.ifsem.cnrs.fr/</a>

Renseignements: ifsem-formation.contact@cnrs.f