

# Art du Focus

## Priorité - Efficacité - Productivité .....

### Objectifs pédagogiques

- Identifier les mensonges et vérités du focus qui impactent votre productivité quotidienne
- Découvrir les 9 règles d'or du focus pour définir et protéger votre concentration, dans un monde de distractions
- Disposer des outils nécessaires pour obtenir des journées gagnantes et productives



### Public Cible

- Toute personne désireuse de gagner en productivité
- Managers, futurs managers
- Chefs d'entreprises, Dirigeants seniors

### Contenu de la formation

#### Fondamentaux du focus

- Mensonges
- Vérités
- Voleurs de temps

#### Outils et ressources

- La méthode ABCDE (Brian Tracy)
- Arrêter de brasser du vent
- Études de cas

#### Focus en pratique

- Les 9 règles d'or du focus en pratique
- Renforcer sa discipline pour le focus
- Vaincre la procrastination

### Infos pratiques



- En ligne
- 1 jour
- 1 session de 3h
- Suivi gratuit de 15 jours



- Présentiel (à la demande)
- 1 jour
- Sessions dédiées entreprises
- Suivi gratuit de 30 jours
- Dakar, Abidjan, Ouagadougou