

CORSO DI FORMAZIONE “LA GESTIONE DEL TEMPO”

Destinatari

Venditori, Area Manager, Responsabili Tecnici, Manager e tutti coloro che vogliono gestire al meglio il proprio tempo.

Vantaggi/Obiettivi

Il corso offre riflessioni e strumenti per rileggere le abitudini, le attività e l'organizzazione degli impegni con la lente del metodo TM, con l'obiettivo di voler lavorare con meno ansia e più efficienza e gratificazione. Attraverso momenti di confronto ed esercitazioni concrete i partecipanti sperimentano quanto l'organizzazione e la consapevolezza delle priorità personali possa incidere nel mantenere il focus nei propri obiettivi e dare valore al proprio tempo lavorativo e personale.

Contenuti

- *Abc del time management*
 - o Il time management non esiste
 - o Il tempo reale e tempo percepito
 - o Condivisione della mia linea del tempo
 - o Il tempo e il ruolo nella pianificazione del tempo
- *Pianificazione e organizzazione del proprio tempo*
 - o Le azioni della pianificazione
 - o Perché è importante pianificare?
 - o Cosa si può pianificare e cosa no?
 - o Prevedere gli imprevisti
- *Efficienza nella gestione del tempo*
 - o Importanza, urgenza, priorità
 - o La matrice del tempo
 - o Esiste un tempo negoziabile?
 - o I 4 quadranti
 - o Errori comuni da evitare
 - o Definire le priorità e costruire la pianificazione settimanale
- *La costruzione del piano di miglioramento personale*

Date del corso

18/05/2017

Durata

1 giornata da 8 ore

Orari

Dalle 09.00 – 13.00 e dalle 14.00 – 18.00

Sede

Qsfera – Via dell'Industria, 1 37060 Lugagnano di Sona (VR)

Materiale

E' previsto il rilascio di un attestato di partecipazione.

Indicazioni Pratiche

Integrando l'esperienza formativa con le tecnologie, i media, le risorse, un setting formale ed informale, il protagonista della progettazione sarà il discente, che assumerà un pieno controllo del processo di



La formazione che Qualifica

apprendimento. Le metodologie formative che verranno ad attuarsi saranno le seguenti: formazione d'aula, metodo dei casi, *action learning*, *project work*, *role play*.

Docente Mandia Marino

Formatrice e Consulente Aziendale di formazione sistemica, Master in PNL, specializzata in Comunicazione, mediazione e *counselling*. Garantisce l'integrazione delle competenze necessarie per lo sviluppo di progetti complessi monitorandone i risultati. Svolte attività di formazione manageriale, *coaching* e *counselling*.