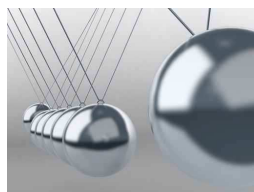


## Finalità del corso

Un atteggiamento positivo e attento nei riguardi del tempo influisce molto sul successo nella vita personale e professionale di ognuno di noi. Il rapporto che instauriamo col tempo è il motore delle nostre aspettative, perché influenza molto il nostro agire quotidiano rendendolo più o meno produttivo. Il tempo, infatti, è una risorsa critica da gestire, una risorsa importante che non ritorna e non si ricrea. Se non si gestisce il tempo lavorativo a disposizione significa che è il tempo lavorativo a gestire noi. Ecco perché la causa di mancati obiettivi non va ricercata nella carenza di tempo avuto a disposizione, ma nel come si sono scelte ed effettuate le attività. Non abbiamo bisogno di più tempo, ma di utilizzarlo nel modo migliore per dare più valore al nostro tempo e di conseguenza alla nostra vita. La finalità del corso è rendere così cosciente che il tempo può essere gestito, si può prevedere, pianificare e programmare. Tutto ciò attraverso delle azioni ben definite che permettono di renderci consapevoli di tutto ciò che stiamo facendo e come lo stiamo facendo. Ai corsisti verrà data la possibilità di affiancare ai contenuti teorici, delle esercitazioni pratiche e delle simulazioni per comprendere meglio ciò che è stato studiato. Il corso si pone inoltre la finalità di dare quegli strumenti necessari e concreti per cominciare a gestire meglio il proprio tempo sia nella vita personale che in quella professionale.

## Argomenti



- Il concetto di tempo
- Le 7 leggi del tempo
- Gli errori tipici nella gestione del tempo
- Le azioni efficaci per gestire e risparmiare tempo
- Organizzare il tempo relazionale
- I costi di una pessima gestione del tempo
- Tecniche da utilizzare per una buona gestione del tempo
- Tests di valutazione della gestione del tempo

## Tempo di svolgimento

**Durata/sede:** 12 ore - 4/11/18/25 ottobre 2010 - 19.00/22.00 - via Torretta, 12 Bergamo

## Strumenti

Oltre alla classica lezione frontale, il corso si avvale di molte esercitazioni pratiche, di role-playing e test finale. Per coinvolgere nel miglior modo gli utenti, si è pensato inoltre di strutturare alcune lezioni con lavori di gruppo e l'utilizzo di particolari tecniche formative come ad esempio il brainstorming.

## Costo previsto

€ 180,00 + IVA

## Certificazione rilasciata

Attestato di frequenza alla fine del corso

***Il corso è rivolto ad aziende associate e sarà attivato al raggiungimento di un numero minimo di partecipanti***