

8. TIME MANAGEMENT

SPEND time to SAVE time: Strumenti e tecniche efficaci di pianificazione e gestione del proprio tempo di vita e di lavoro

Ciascuno di noi dispone di 24 ore al giorno, 168 alla settimana, 720 al mese, 8.760 all'anno. Eppure praticamente tutti sentiamo la necessità di "avere più tempo". Come mai? Probabilmente perché esso rappresenta la risorsa più preziosa: un "bene esauribile" che possiamo soltanto consumare, di certo non aumentare o conservare. È possibile, tuttavia, apprendere a pianificare e gestire il nostro tempo di vita e di lavoro con efficacia e produttività. Come fare?

> Obiettivi

Obiettivo del corso di formazione è proprio quello di imparare ad usare al meglio il tempo a nostra disposizione, trasformandolo da elemento potenzialmente limitante, in prezioso alleato, a beneficio personale e professionale, nonché dell'organizzazione a cui apparteniamo.

> Contenuti

1. Introduzione evidence-based al time management
2. Tempo cronologico vs tempo psicologico
3. Time Spending Analysis: Pianificare e organizzare il proprio tempo di vita personale e professionale
4. Approfondimento dei principali ostacoli al time management: procrastinazione, distrazioni
5. Metodi di gestione del tempo: Metodo Eisenhower, Metodo Pomodoro, Metodo Smart (Goal Setting)
6. I concetti di Importante, Urgente e Prioritario
7. Strumenti pratici (e tecnologici) per pianificare e organizzare il proprio tempo: usare al meglio agenda e to do's list
8. Time Management tra Ruolo e Sistema Organizzativo: come conciliare le mie priorità con le priorità della mia organizzazione
9. Nel ruolo del manager, coordinatore, leader: il processo di delega
10. La gestione del tempo e la comunicazione assertiva delle relazioni: interruzioni e imprevisti, imparare a dire di no
11. Time Management: quali benefici a livello personale, lavorativo ed organizzativo

> Destinatari

Manager, responsabili e quanti desiderano intraprendere un percorso di crescita in azienda, potenziando le proprie human skills, oggi fattore differenziante per il successo delle aziende industriali impegnate in processi di cambiamento continuo.

> Durata

1 giorno

> Metodologia

Il metodo di formazione privilegiato dal team di EBMc si basa sull'approccio Evidence-Based Management (EBMgt) che prevede l'integrazione di evidenze derivanti dalla ricerca scientifica, alle esperienze professionali e di gestione organizzativa. Specificatamente, l'intervento formativo fondato sull'EBMgt consiste nel facilitare, nelle organizzazioni, il processo di presa di decisioni ricorrendo ai dati e risultati ottenuti da differenti fonti scientifiche, formulando le domande più pertinenti, acquisendo, ricercando e valutando le prove di efficacia.

> BPR Group e EBMc • Lean e Grinta

EBMc affianca e supporta BPR Group nella progettazione e realizzazione di interventi formativi e di consulenza organizzativa che poggiano su fondamenta scientifiche, poiché ispirati all'approccio Evidence-Based Management. La sinergia tra queste due realtà permette di preparare adeguatamente l'uomo al cambiamento e all'innovazione che la filosofia Lean porta nei processi.



**Percorsi
formativi
2021**

Sfoggia il nostro
catalogo corsi su
www.bprgroup.it

