

VENTIQUATTRO ORE DI TEMPO

QUANDO NE ABBIAMO BISOGNO?

Le agende cartacee, le agende elettroniche, le tecniche di time management: usiamo tanti strumenti per gestire meglio il tempo, eppure siamo spesso in ritardo ed è sempre venerdì.

	<p>Obiettivi e contenuti</p>	<p>Quanto dura il tempo? Ci sono giornate che arrivano a sera in un lampo e ci sono giornate in cui le ore non passano mai. Al lavoro, l'email, i messaggi, velocizzano i nostri tempi di risposta dandoci la sensazione che stiamo sempre rincorrendo qualcosa.</p> <p>In questo webinar approfondiremo come ognuno di noi ha una sua visione della durata del tempo, cosa ci ruba il tempo, perché distrarsi a volte è un buon meccanismo di difesa e di come possiamo cambiare la nostra percezione di essere rincorsi dalle cose da fare.</p>
	<p>Metodologia</p>	<p>Webinar: lezioni online in modalità sincrona in cui partecipanti e docenti interagiscono in diretta; utilizzo di filmati, slides, esercitazioni, mappe mentali.</p>
	<p>Destinatari</p>	<p>Donne e uomini, livelli medio e medio-alto, dirigenti.</p>
	<p>Durata</p>	<p>2 ore</p>