

## Time management

Il corso è basato su un approccio integrato organizzativo e relazionale, al fine di analizzare con i partecipanti come presidiare gli obiettivi di ruolo e sviluppare le soft skills per arginare i fattori di disturbo e di interruzione. I partecipanti impareranno a ridefinire le priorità alla luce del contesto e del proprio modo di lavorare.

Il modello di riferimento è il DISC, che consente di identificare il profilo del proprio stile di Time Management. Ogni dimensione sarà approfondita e sperimentata in relazione all'impatto che ha nel raggiungimento degli obiettivi del proprio ruolo.

### Destinatari

Professional e manager

### Metodologia Didattica

Time Management Self Assessment® per favorire un insight sulla gestione del tempo (modello DISC di John G.Geier per la comprensione dei comportamenti)

**Durata:** 1 giorno

### Obiettivi

- Acquisire consapevolezza sul modo di gestire il tempo e sulle dimensioni da migliorare per presidiare gli obiettivi.
- Individuare le priorità sulla base di obiettivi e responsabilità di ruolo.
- Programmare le attività prima che diventino urgenze.
- Sviluppare soft skill per gestire le interruzioni e i fattori di disturbo.

### Programma

- Analisi del proprio stile di gestione del tempo, a partire dagli esiti del questionario Time Management Profile DISC sulle dimensioni di gestione.
- Auto-analisi dei propri obiettivi e delle azioni per raggiungerli
- Definizione delle priorità in base al proprio ruolo e alle responsabilità da presidiare.
- Principio di Eisenhower per determinare l'importanza e l'urgenza delle attività.
- Scelta del sistema di programmazione, in base alle esigenze e caratteristiche personali/professionali.
- Fattori di disturbo e interruzioni: "pesatura" e prevenzione con l'esercizio dell'assertività.

