



“La Time Line: comprendere il proprio rapporto con il tempo per poterlo gestire al meglio nel contesto professionale e privato”

(2 giorni)

Obiettivo

Attraverso un “viaggio” nel tempo personale, favorire una maggiore consapevolezza del proprio modo di rapportarsi ad esso, così da poterlo utilizzare in modo equilibrato e costruttivo, sia nella quotidianità della vita sia nella pratica professionale.

Contenuti

- Alcune diverse visioni del tempo
 - Il nostro personale rapporto con il tempo: il passato, il presente ed il futuro
 - Il tempo come risorsa
 - Sprecare tempo: un’analisi dell’impiego attuale
 - “Ladri di tempo” e “antifurti”
 - Pianificare obiettivi e attività
 - I benefici di un miglior uso del tempo
 - A cosa diamo importanza? Un’analisi delle priorità
 - Il mio tempo e quello degli altri
 - Stabilire un percorso personale di cambiamento
-