



dynargie

human side of business

Gestão do Tempo



Nosso programa Gestão do Tempo ensina como estabelecer objetivos, prioridades, organização e produtividade.

OBJETIVOS

- Melhorar a eficiência e eficácia para uma gestão do tempo adequada e inteligente
- Administrar o tempo e conciliar todas as tarefas

RESULTADOS

- Melhoria da produtividade
- Maior motivação na execução das atividades
- Maior organização e priorização das tarefas diárias

METODOLOGIA

A Dynargie é uma consultoria internacional com mais de 40 anos, que trabalha o lado humano dos negócios. Transformamos comportamentos, para impactar resultados. Nossa metodologia permite que os participantes desenvolvam o que eles já sabem e adicionem novos aprendizados através de treinamento prático intenso, feedback personalizado e reflexão. A eficácia do nosso método consiste em foco no "como" (ferramentas) e não no "o quê" (conteúdo).

Durante os Programas, trabalhamos 80% do tempo, praticando com:

- Reflexões
- Resolução de casos práticos
- Role-plays
- Cartões de Memorização
- Feedback personalizado e em tempo real
- Preenchimento de um plano de ação individual

CONTEÚDO DO PROGRAMA: GESTÃO DO TEMPO (8h)

Estabelecer objetivos

- Definição das áreas-chave
- Como formular objetivos – método CARAT

Estabelecer prioridades

- Quais os critérios de definição de prioridades?
- Situações de alteração de prioridades

Planejar para a realização dos objetivos

- Planejamento de longo prazo – visão global anual
- Planejamento de médio prazo – esquema mensal e semanal
- Planejamento de curto prazo – plano diário
- Planejamento do previsível e do imprevisível

Lidar com a procrastinação: Adiar constantemente uma tarefa

- Como evitar a procrastinação?
- Em que situações faz sentido procrastinar?

Gerenciar as interrupções

- Diferentes tipos de interrupções
- Como lidar com as interrupções?
- Saber dizer “não”

DETALHES DO PROGRAMA

Programa com 8h de duração: realização em 2 períodos de 4h com intervalos de 15 minutos

Turmas: de 8 até 15 participantes

Para mais informações

Telefone / WhatsApp: 011 5505-1460

e-mail: brasil@dynargie.com.br

www.dynargie.com.br

www.blog.dynargie.com.br



dynargie

human side of business