

DESCRIPCIÓN

Hoy en día nos vemos sobrepasados por la cantidad de acciones que realizamos diariamente, informaciones que recibimos, pensamientos que tenemos y situaciones que, en definitiva, hacen que utilicemos nuestro tiempo de una forma no provechosa, poco efectiva, lo que en muchas ocasiones genera frustración, desánimo y problemas.

En el presente curso proponemos pararnos y reflexionar sobre la importancia del tiempo, que como nos recuerda una frase de Benjamín Franklin es oro.

“El tiempo es oro”, incluso nosotros creemos que es mucho más valioso... Partiendo de ser conscientes de la importancia del tiempo y de cómo esto influye en nuestra vida diaria y la utilización que hacemos del mismo, iremos viendo diversas opciones para mejorar esa gestión, planteando objetivos, descubriendo los ladrones de tiempo más comunes y aplicando herramientas y técnicas que nos ayuden a mejorar y optimizar nuestro tiempo para lo que nosotros realmente queramos.

Por tanto, vamos a darle al tiempo la importancia que tiene, aprendiendo a utilizarlo como nosotros elijamos.

DIRIGIDO A

Todas aquellas personas que independientemente de su actividad laboral o situación, quieran aprovechar mejor su tiempo, tanto en el ámbito laboral como personal.

REQUISITOS ESPECIALES DE ACCESO Y OBTENCIÓN DEL TÍTULO

No se precisan conocimientos previos en la materia.

FICHA DEL CURSO

**Modalidad Elearning**

Duración: 25 h

Plazo máximo de realización: 21 días

**Titulación Otorgada**

Gestión eficaz del tiempo

**Título emitido por**

Intedya
International Dynamic Advisors

**Material Entregado**

El curso está compuesto por material interactivo, con:

- Videos explicativos de cada unidad didáctica
- Pruebas de evaluación
- Tutorización on line
- Examen Final

FICHA DEL CURSO



Modalidad Elearning

Duración: 25 h

Plazo máximo de realización: 21 días



Titulación Otorgada

Gestión eficaz del tiempo



Material Entregado

El curso está compuesto por material interactivo, con:

- Videos explicativos de cada unidad didáctica
- Pruebas de evaluación
- Tutorización on line
- Examen Final



Título emitido por

 **Intedya**
International Dynamic Advisors

TEMARIO

- El tiempo, introducción. El tiempo en nuestras vidas
- Autoconocimiento y autoestima
- Herramientas para la gestión eficaz del tiempo. La gestión del tiempo y las nuevas tecnologías
- Ladrones del tiempo
- La organización, los equipos de trabajo y el tiempo
- Objetivos, planificación y programación