

Si usted quiere de una vez por todas tomar el control del tiempo en su vida personal y profesional y comenzar a avanzar con paso firme hacia sus mayores objetivos, este podría ser el curso que necesita: Desarrollo de la eficacia personal. Cómo sacar el máximo partido a lo que ya sabe y puede hacer. Optimizar el tiempo para alcanzar los objetivos deseados.

OBJETIVOS

- Cambiar hábitos inadecuados
- Mejorar el uso del tiempo
- Mejorar la calidad de vida y trabajo
- Disminuir el estrés

PROGRAMA

1. **Descubrir programas personales inadecuados que comportan hábitos ineficaces y el modo de modificarlos**
 - Toma de conciencia del estado actual
 - Problemas provocados por hábitos inadecuados
 - Cómo utilizamos el tiempo. Las interrupciones
2. **Descubrir hábitos perjudiciales del entorno y cómo resolverlo**
 - Problemas provocados por la cultura del entorno
 - Lo URGENTE y lo IMPORTANTE
 - Reuniones
3. **Mejorar el establecimiento de objetivos**
4. **Mejorar la programación del tiempo disponible**
 - Prioridades
 - Asignación de tiempo
 - Elección del momento
 - La secuencia
5. **Detectar los ladrones del tiempo y cómo superarlos**
 - Ladrones universales
 - Interrupciones, teléfono, visitas inoportunas
 - Papeleo
 - Medidas en cada caso
6. **Desarrollar las capacidades personales y las del propio equipo:**
 - Cómo ser más asertivo
 - Saber decir NO
 - Trabajo en equipo
 - Secretaría
 - Comunicación
 - Delegación
 - El estrés
7. **Establecer el plan personal de mejora:**
 - Utilización de Agenda
 - Planning
 - Visión / Misión / Propósito



METODOLOGÍA

- El empleo de un lenguaje sencillo, claro y directo, lleno de ejemplos y anécdotas de la vida real en las organizaciones
- Numerosas intervenciones activas de todos los participantes
- Intervenciones breves del instructor y siempre participativas
- Casos prácticos, simulaciones y role-play con sistemática PNL

RESULTADOS

1. Asumir riesgos planificados
2. Automotivación
3. Actitud asertiva
4. Superar el estrés
5. Utilización excelente de su Agenda
6. Uso eficaz del tiempo en las Reuniones
7. Organizar su tiempo
8. Excelente delegación
9. Calidad de vida: personal y profesional

PROFESORADO

Constituimos un grupo multidisciplinar con una especial capacidad de relación para trabajar conjuntamente con nuestros clientes. Unimos la experiencia académica y el rigor universitario con el pragmatismo empresarial.

FORMALIZACIÓN DE MATRÍCULAS

Se podrá realizar:

- **Telefónicamente:** 902 151 743 o 91 548 81 76
- **Fax:** Enviando inscripción al 915595217
- **E-mail:** Enviando datos a info@escueladeinteligencia.com
A través de nuestro **boletín de inscripción on-line**

