



**ACCADemia
DOMANI**

ACCELERARE IL TUO FUTURO

Corso Online

Self-Efficacy e Time Management

del dott. Renato Votta





Programma del Corso

Self-efficacy e Time Management

Modulo 1 – Efficacia ed efficienza personale

1. Efficacia ed efficienza personale e nella gestione del tempo
2. Importanza e urgenza

Modulo 2 – Gestire per importanza

3. La matrice di Eisenhower
4. La matrice di Eisenhower: dalla teoria alla pratica

Modulo 3 – Cosa ci sottrae tempo

5. I ladri di tempo: tipologia e definizione
6. Poca programmazione e riunioni inutili
7. Disordine e incapacità di dire di no
8. Previsioni irrealistiche, lavori incompiuti, ansia
9. Trasferte inutili e ladri di tempo esterni, parte 1
10. Ladri di tempo esterni, parte 2
11. Ladri di tempo esterni, parte 3
12. Le 7 regole della gestione del tempo

Quiz finale

Conclusione del Corso e il Certificato frequenza e superamento del Corso

