



Objetivos

Los alumnos aplicando sus conocimientos de gestión del tiempo aprenderán a controlar el estrés y a evitar el hábito de la postergación de tareas importantes, mediante el análisis en profundidad de las herramientas de gestión del tiempo ya aprendidas así como un análisis de los hábitos adquiridos y de la cultura y el entorno. Aprenderá a realizar sus propias herramientas de gestión del tiempo así como técnicas de motivación que le permitirán no caer nunca más en los errores del pasado.

Gestión del tiempo
avanzada

‡ 30 horas

Alumnos > 6

Precio 400 €/alumno

Subvencionable

Dirigido a

Profesionales, estudiantes y particulares que, teniendo conocimientos en gestión del tiempo, deseen profundizar al máximo en el potencial de esta herramienta, así como entender las causas personales y culturales que provocan la postergación y crean malestar.



Contenido

El hábito de posponer – Diagnóstico del entorno –Por qué posponemos – La gestión del tiempo acaban con el hábito de posponer –Terapia Racional Emotiva – El camino hacia la eficacia – Agilizar tareas – Una vida plena – Que pueden hacer las empresas- Herramientas de implementación de los contenidos del curso.



Duración

El curso tiene una duración de 30 horas.

La formación puede impartirse en 6 sesiones de 5 horas, 1 día a semana.

Precio

El curso puede ser **bonificado con una subvención**, con cargo a la Fundación Tripartita, de hasta el 100% del importe. Este curso se imparte a partir de 6 alumnos, teniendo un **coste de 400 €/alumno**.

Dudas o preguntas

Si tiene alguna duda, puede localizarnos llamando al **628 198 037**.

El responsable de formación es **José E. Estarlich**, y su email josee@consultoresvalencia.com