



# Definire obiettivi e priorità nell'uso del tempo

**Codice del corso**  
**40306**

**Durata del corso**  
**2 ore**



## Requisiti di sistema

- CPU Pentium II 400 MHz
- Ram 32 Mbytes
- Lettore Cd-rom 8X (solo per fruizione off-line)
- Scheda video SVGA 800x600
- Scheda audio 16 bit
- Amplificazione audio
- Web browser Internet Explorer 5.0 o superiore
- Plug-in Shockwave Player
- Plug-in Flash Player

## Supporti didattici:

Immagini, supporti in formato pdf.

## Autore/Relatore:

Skillsoft

## OBIETTIVI

Nel mondo frenetico e competitivo di oggi, è facile essere sopraffatti e perdere il controllo. Devi definire le tue priorità e stabilire chiari obiettivi per dare forma alla tua vita e raggiungere l'equilibrio. Devi gestire il tuo tempo in modo efficace e indirizzarlo verso i tuoi obiettivi prioritari, semplificando o eliminando i progetti secondari. Questo corso è incentrato sull'utilizzo ottimale del tempo per raggiungere gli obiettivi prefissati ed essere felici nella vita.

## DESTINATARI

I quadri, i dirigenti, i supervisori, i team leader, i componenti del team, e chiunque altro debba accettare la sfida di gestire un tempo limitato in modo che il lavoro prioritario venga eseguito.

## INDICE DEL CORSO

### Equilibrare la vita

- capire l'importanza di creare un equilibrio fra i diversi aspetti della vita
- individuare gli aspetti più importanti della vita per fissare degli obiettivi
- individuare le priorità per fissare degli obiettivi
- individuare le aree di compromesso per trovare un equilibrio nella vita.

### Il modo in cui porsi degli obiettivi

- capire l'importanza di fissare degli obiettivi
- individuare come scendere a compromessi
- individuare le fasi per fissare gli obiettivi
- individuare come fissare degli obiettivi.

### Mantenere il controllo

- capire come mantenere il controllo del tempo
- individuare le cause di interruzione
- individuare come predisporre lo spazio fisico di lavoro per controllare le interruzioni
- individuare le tecniche comportamentali per controllare le interruzioni.

## CREDITI FORMATIVI

Il corso prevede il rilascio di **2** Crediti Formativi Professionali (CFP)