



ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO: MI TIEMPO Y YO



Área: Sin clasificar
Modalidad: Presencial
Duración: 4 h
Precio: Consultar

[Curso Bonificable](#)
[Contactar](#)
[Recomendar](#)
[Matricularme](#)

OBJETIVOS

- Conocer mi perfil de gestión del tiempo
- Trabajar las 10 estrategias clave en la gestión del tiempo
- Diseñar un plan personal de efectividad en el uso del tiempo

CONTENIDOS

- Los 4 principios
- El "perfil" para la Gestión del Tiempo
- las 10 estrategias: Actitudes, Objetivos, Prioridades, Análisis, Planificación, Programación, Interrupciones, Reuniones, Procrastinación y Gestión Digital
- Plan de acción