

## Scheda aggiornamento

Titolo dell'aggiornamento	TIME MANAGEMENT: LA GESTIONE DEL TEMPO
Ente erogante	CDA SCUOLAS DI COUNSELING AD INDIRIZZO SOCIO PSICO PEDAGOGI
Durata espressa in ore	4
Tipologia di corso	<input type="radio"/> In presenza <input checked="" type="radio"/> FAD <input type="radio"/> Mista
Date e orari di svolgimento	26/02/2022 9/13
Sede di svolgimento	on line
Costo omnicomprensivo	70 euro <input type="radio"/> + IVA <input checked="" type="radio"/> IVA inclusa <input type="radio"/> IVA esente
A chi si rivolge	<input type="radio"/> Solo a counselor <input checked="" type="radio"/> A counselor e altre tipologie di professionisti
Numero massimo di partecipanti	15
Responsabile didattico dell'aggiornamento	DOTT.SSA SABRINA GIANNINI
Nominativo/i del/dei formatore/i	GIAMPAOLO ANSELMI PROFESSIONAL COUNSELOR ASSOCOUNSELING 2596-2020
Metodologia didattica	<input type="radio"/> Teorica <input type="radio"/> Esperienziale <input checked="" type="radio"/> Mista
Documento rilasciato al discente	Attestato contenente le ore e il programma svolto con evidenziati gli estremi del riconoscimento di AssoCounseling
Materiale didattico consegnato al discente	<input type="radio"/> Dispense <input type="radio"/> Materiale audio/visivo <input checked="" type="radio"/> Altro <input type="radio"/> Nessun materiale
Modalità di richiesta informazioni	WHATSAPP, MAIL

Programma dettagliato del corso

- analisi del concetto di tempo sviluppato nei secoli
- la misurazione del tempo e la percezione
- principio di Pareto
- distinzione tra il concetto di IMPORTANZA E URGENZA
- PRIORITA'
- metodo MOSCOW
- metodo SMART
- metodo GTD
- LA MATRICE DI EISENHOWER
- TO DO LIST

riflessioni e conclusioni

tutta la parte teorica sarà intervallata da laboratori esperienziali ed esercizi pratici

Varie