

GESTION DE TIEMPO, TRABAJO EN EQUIPO Y MOTIVACIÓN



Área: General
Modalidad: Presencial
Duración: 16 h
Precio: Consultar

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

OBJETIVOS

El reto es llevar a sus participantes a trabajar en equipo en un ambiente relajado y divertido, distinto al habitual, a través de una acción combinada única que secuencia actividades lúdicas y de impacto estratégico. Además, trabajaremos algunos recursos relacionados con la gestión eficaz del tiempo.

Las competencias fundamentales que se trabajan en este taller son:

- *Ofrecer técnicas, herramientas y recursos que les permitan mejorar su gestión del tiempo.
- *Revitalizar la Energía y Motivación de todas las personas que participan en el taller.
- *Animar a pasar un rato agradable y de trabajo en equipo.
- *Alentar la participación de todos y cada uno de los participantes en el taller.
- *Cohesionar aún más si cabe, el equipo de trabajo.
- *Trabajar algunas competencias fundamentales.

CONTENIDOS

Parte 1. Gestión eficaz del Tiempo

- *Habilidades para la gestión efectiva del tiempo
- *Matriz urgente vs importante
- *Saber priorizar y planificar de forma efectiva
- *La asertividad aplicada a la gestión del tiempo
- *Los ladrones de tiempo
- *Autocontrol y barreras psicológicas (creencias)
- *Exigencia vs excelencia
- *Procastinación vs productividad

Parte 2. Trabajo en Equipo y motivación

Las dinámicas que se realizarían serían las siguientes:

- *PRUEBA 1. Presentación.
- *PRUEBA 2. Liderazgo.
- *PRUEBA 3. Role-playing Profesional.
- *PRUEBA 4. Dinámica de la Nasa.