

Actividad formativa	Gestionando mi tiempo y mi comunicación
----------------------------	--

Fechas de Ejecución	19, 20 y 21 de abril de 2022
Lugar de Impartición	Aula virtual Webex Abastare
Destinatarios	PAS
Duración en Horas	5 horas
Total Participantes	--
Nº de Ediciones	1
Objetivos	<p>OBJETIVOS GENERALES</p> <ul style="list-style-type: none"> • Capacitar a los participantes para comunicar adecuadamente en la organización y ser capaces de dar feedback para generar hábitos saludables en el equipo que reviertan en resultados. • Aportar herramientas a los participantes para la gestión personal y mejora del rendimiento, contribuyendo a la disminución del estrés que nos produce la desorganización y la falta de control. <p>OBJETIVOS ESPECÍFICOS</p> <ul style="list-style-type: none"> • Incrementar el conocimiento de cada uno de los participantes sobre sus propias fortalezas y debilidades, permitiéndoles el diseño personalizado de su hoja de ruta. • Ser capaces de discernir entre lo URGENTE y lo IMPORTANTE. • Identificar, y eliminar a los CRONÓFAGOS o LADRONES DE TIEMPO. • Aprender a trasladar adecuadamente los mensajes teniendo en cuenta qué queremos transmitir, cómo lo queremos transmitir y cuál es la vía más adecuada para ello. • Superar las barreras que les impiden desarrollar una comunicación eficaz frente a un equipo de trabajo / colaboradores. • Comprender la importancia de realizar críticas constructivas dentro del equipo, como herramienta de mejora dentro de la organización.



Contenidos	<ul style="list-style-type: none">• Aprendiendo a detectar nuestros ladrones del tiempo.• La matriz de Eisenhower: clarificando lo importante y urgente.• ¿Qué hábitos hemos de cambiar?• La importancia de ser flexible.• ¿Puedo ser rentable a la hora de comunicar?• Cómo ser eficaz y eficiente en mis comunicaciones.• ¿Es el feedback necesario? ¿Afecta a la gestión de mi tiempo?• La Técnica de Grupo Nominal: una herramienta motivadora para gestionar reuniones.
Directora/ Formadoras	Ana del Pino
Organización	Grupo Abastare

