

# Time Management



Το πρόγραμμα απευθύνεται σε στελέχη επιχειρήσεων όλων των επίπεδων



8 ώρες



## Στόχοι Εκπαίδευσης

- + Η κατανόηση, μάθηση και πρακτική εφαρμογή, δεξιοτήτων ικανοτήτων και μεθόδων αποτελεσματικής διαχείρισης του χρόνου.
- + Η ανάπτυξη ενός προσωπικού συστήματος διαχείρισης του χρόνου που οδηγεί σε προσωπική επιτυχία



## Μεθοδολογία

- + In class / Video based Training  
διαδραστική προσέγγιση
- + Ατομικές και ομαδικές ασκήσεις
- + Case Studies

## Οφέλη παρακολούθησης

- + Η βαθιά αντίληψη και κατανόηση του χρόνου ως πολιτικού πορου-εργαλειου για τους managers, αποτελεσματική διαχείριση του οποίου οδηγεί σε προσωπική και συλλογική επιτυχία



Χρόνος! Ένας πόρος που διαρκεί αλλά παραμένει άφθαρτος. Ένας πόρος περιορισμένος - 1 ημέρα διαρκεί μόνο 24 ώρες- και εξαρτάται αποκλειστικά από εμάς να πάρουμε όσο το δυνατόν περισσότερα από αυτόν. Ο κόσμος κινείται σήμερα με απίστευτη ταχύτητα, είναι πολύ πιο μπροστά από τον πραγματικό χρόνο και η ερώτηση που 'απαιτεί' απάντηση είναι χρόνος που έχει ξοδευτεί ή έχει επενδυθεί;

## Εκπαιδευτικές ενότητες

### Ενότητα 1. Η ανάγκη για την αποτελεσματική διαχείριση του χρόνου

- + Χρόνος ένας πολύτιμος πόρος για τους managers
- + Η σημαντικότητα διαχείρισης του χρόνου
- + Οι λειτουργίες διαχείρισης του χρόνου

### Ενότητα 2. Δεξιότητες διαχείρισης χρόνου και βέλτιστες πρακτικές

- + Διαχείριση χρόνου και προτεραιότητες
- + The Eisenhower matrix
- + The ABCDE technique
- + Task lists vs. to Do lists
- + Zooming in, Zooming out
- + Βέλτιστες πρακτικές

### Ενότητα 3. Time management styles

- + Τα 4 styles της αποτελεσματικής διαχείρισης χρόνου

## Action Plan