



Capacitación

ADMINISTRACIÓN DEL TIEMPO Y GESTIÓN DE PRIORIDADES

Sábado 21 de mayo

14.00 a 17.00 horas

**Centro Comercial e Industrial de Soriano (Rodó 645,
Mercedes)**

A cargo de



OBJETIVOS:

- Mejorar la eficacia en el logro de objetivos personales y organizacionales desde su planificación, hasta su efectiva obtención aplicando técnicas avanzadas de PNL.
- Proponer técnicas de manejo y estructuración del tiempo como elemento generativo de cambio (manejo eficaz del tiempo necesario para alcanzar el objetivo deseado), tanto personal como laboral.
- Llevar a cabo todas las acciones programadas de antemano. Personales y laborales.
- Favorecer la toma de decisiones frente a múltiples tareas.
- Aprender lineamientos que conduzcan a cumplir las actividades y poder comprobar la idoneidad de la planificación realizada.
- Gestión de las actividades laborales en relación a la prioridad de las mismas. Técnica de los cuatro cuadrantes.
- Conocer los cuatro pilares de la personalidad y su determinación en la administración del tiempo.

TEMARIO:

- Determinación y planificación de objetivos
- Estructuración del tiempo personal
- Gestionar el tiempo laboral



- Técnicas y ejercicios de manejo del tiempo: distinción entre la importancia y la urgencia.
- Meta programas básicos de personalidad
- Dirección y acción, concreción y abstracción
- Escalera de Niveles Lógicos: diagnóstico, orden y solución.
- Auto coaching o liderazgo personal

Instructora: Celina Sasiaín

Psicóloga humanista, Master Trainer en P.N.L & Coach Master Trainer, NLP-IN & ICI, Berlin- Germany. Trainer of Neuro Linguistic Programing, AIP , Hawai & Canada y cuenta con el aval de dichas instituciones por lo que los cursos de PNL y Coaching tienen acceso a la certificación internacional. Entrenadora en PNL , Master Practitioner en PNL , American Board of NLP, California – USA, co directora de Mentoring, Escuela de PNL y Coaching – Comunicación en Desarrollo, Montevideo URUGUAY, estando a cargo de la coordinación de la actividad docente así como de la cátedra de Programación Neuro Lingüística , Coaching y Psicogenealogía .- Desde el año 1998 trabaja en la aplicación de la Programación Neuro Lingüística, tanto en el asesoramiento individual como institucional.- Desde el año 2003 brinda capacitación permanente en forma privada y empresarial ,siendo algunos de sus contratantes, ANEP, Administración Nacional de Educación Pública, CEPA, Centro de Enseñanza de Prevención de Accidentes, SILER S.A., Biriden S.A., Centro de Mediación de Escribanos de Paysandú Centro Gastronómico Hills and Hills, Restaurant Lo de Tere Maldonado, Mutualista COMERO, COSEMI, Club de Tennis TONA, Movistar Uruguay, UNICOM S.A, Frigorífico Centenario, CONAPROLE, Henil Coltirey, ISUSA.

Es Facilitadora en Constelaciones Familiares ,Organizacionales y Estructurales formada con el Profesor Daniel Dancourt Masías. Especialista en Análisis Transaccional

INVERSIÓN:

Socios \$1500

No Socios \$1900

IVA incluido

Informes e Inscripciones:

Centro Comercial e Industrial de Soriano

Rodó 645 esq 18 de Julio

Tel: 45325006 – 45322193

Mail: servicios@centrocomercialsoriano.com