

## **PROGRAMMA CORSO SPECIALIZZAZIONE PER PROFESSIONAL ORGANIZER 'ORGANIZZARE IL TEMPO' - I LIVELLO**

### **Primo giorno**

#### **La percezione del tempo**

- Cosa è la percezione del tempo
- Perché esiste una percezione individuale
- Influenze culturali
- La consapevolezza della diversa percezione

#### **Approccio del PO in ambito gestione del tempo**

- Cosa fa il PO in questo ambito
- Su quali nozioni base fondare gli interventi
- Limiti, abitudini, resistenze

#### **Focus: teorie e metodi organizzativi**

- Carrellata su teorie e metodi per la gestione del tempo
- Analisi critica delle teorie

#### **E ancora**

- Casi studio e role playing
- Sessione domande e risposte

### **Secondo giorno**

#### **Focus: gli strumenti base – calendario vs agenda**

- Conoscere gli strumenti di programmazione e pianificazione
- Analisi degli stili e attitudini nell'utilizzo del calendario

#### **Focus: tempo e emozioni**

- Come tempo e emozioni sono correlati e come si influenzano
- Agire sulle emozioni per agire sul tempo

#### **Focus: gestione del tempo e gestione dell'attenzione**

- Perché tempo e attenzione sono correlati e in che modo
- Intervenire sull'attenzione per impattare sulla gestione del tempo
- Strumenti per aumentare la consapevolezza e per organizzare il tempo

#### **E ancora**

- Casi studio e role playing
- Sessione domande e risposte
- I passi futuri