



METODOLOGIE DI LAVORO PERSONALE

Corso n. 2019.107

L'accelerazione in tutti i campi della quotidianità lavorativa è oggi da considerare un megatrend. Le aziende debbono agire rapidamente per mantenere le proprie posizioni sui mercati. La necessità di agire sempre più rapidamente porta con sé numerose sfide.

Le metodologie di lavoro sviluppate sino ad oggi non portano sempre al successo. Gli imprevisti e le sorprese rendono necessari cambiamenti di pianificazione praticamente ogni giorno. I partecipanti debbono perciò acquisire una chiara concezione dei propri obiettivi, delle proprie priorità e dei propri compiti. Altrettanto importante è un approccio costruttivo alla gestione del proprio tempo, che comprende la capacità di riconoscere il proprio carico di lavoro e la capacità di gestire lo stress.

Obiettivi	Riflettere sul proprio rapporto con la risorsa-tempo e valutare le «trappole del tempo». Elaborare una procedura personale orientata all'obiettivo per definire le priorità. Formulare misure di miglioramento della propria gestione del tempo in base alle proprie inclinazioni personali.
Contenuti	La gestione del tempo nell'era della digitalizzazione e dell'industria 4.0. Aspettative e sfide nel mondo del lavoro volatile: identificare gli spazi di manovra. Definire obiettivi e priorità. Utilizzare in modo sensato gli strumenti di pianificazione: sfruttare lo spazio disponibile nella settimana. Gestire la giornata lavorativa con rapidità e flessibilità grazie a una buona preparazione. Organizzazione: elaborare una strategia personalizzata per la gestione del tempo. Gestire il sovraccarico: come affrontare lo stress e la pressione. Suddividere la responsabilità: il processo di delega.
Pubblico di riferimento	Personale di conduzione, capi progetto e collaboratori che desiderano ottimizzare il proprio tempo di lavoro e le proprie risorse personali. I partecipanti portano con sé la propria disponibilità al confronto attivo su sé stessi e la propria situazione personale, oltre alla propria apertura nei confronti degli altri.
Metodologia	Input su metodologie di lavoro e gestione del tempo. Lavori individuali e di gruppo. Presentazioni. Video.
Certificazione rilasciata	Al termine del corso verrà rilasciato un attestato di frequenza se il corsista avrà seguito almeno l'80% delle lezioni.
Partecipanti	Minimo 6 persone - massimo 12 persone
Durata	2 giorni (16 UD)
Periodo	Da definire
Luogo	AITI Associazione Industrie Ticinesi, Corso Elvezia 16, 6900 Lugano
Costi	Soci AITI, AMETI, Swissmem CHF 780.00 Altri CHF 960.00