



POLITECNICO
MILANO 1863

“La Gestione del tempo”

Webinar

Obiettivi del corso

Il Politecnico di Milano intende proporre al personale delle quattro Scuole presenti un corso dedicato alla gestione del tempo.

Affrontare il tema della gestione del tempo significa entrare in un paradosso: investire tempo per ragionare su come liberarne.

Richiede di fermarsi a riflettere su come meglio pianificare le proprie attività, considerando che siamo noi stessi spesso “nemici” dell’uso opportuno del tempo, attraverso abitudini inefficaci e affanni alla rincorsa delle attività da portare a termine.

Pensare al tempo come risorsa misurabile consente di progettare come utilizzarne gli spazi, apprendere un metodo per impostare le nostre attività in funzione degli obiettivi da raggiungere e darsi strumenti per individuare le priorità. Esistono strumenti e tecniche finalizzati allo sviluppo dell’efficienza e dell’efficacia personale e di team.

Gli obiettivi sono quindi:

- Analizzare l'attuale uso del tempo professionale
- Acquisire metodo e strumenti per pianificare in modo efficace ed efficiente il proprio tempo in funzione del ruolo
- Individuare azioni migliorative personali e di team

Programma

- La dimensione soggettiva del tempo
- Il tempo come “contenitore”
- Esercitazione individuale sull’uso del tempo
- Individuazione dei fattori soggettivi che influiscono sull’uso del tempo
- Individuazione delle inefficienze e delle aree di autonomia
- Gestire il proprio tempo in funzione degli obiettivi: un metodo in più tappe
- La pianificazione in più livelli:
 1. aree di attività

2. attività che le compongono
 3. compiti
 4. planning conseguente
- La matrice importanza-urgenza, per individuare le priorità
 - Contrastare i “ladri di tempo” esterni
 - Contrastare i “ladri di tempo” interni: aspetti psicologici non funzionali e correttivi
 - L’organizzazione delle attività di team

Metodologia didattica

L’attività proposta è così articolata:

Pre-work Rilevazione sull’uso del tempo	1° Modulo (gruppi misti)	Attività di interfase	2° Modulo (gruppi misti)	Attività di interfase	3° Modulo (gruppi misti)
---	------------------------------------	--------------------------	------------------------------------	--------------------------	------------------------------------

I moduli, pur prevedendo un lavoro personale sulla propria agenda, sfrutteranno l’occasione di confronto per uno scambio interattivo con colleghi delle altre Scuole.

Sede e orari del corso

- **Edizione 1**
11 ottobre ore 9.30-12.30
14 ottobre ore 14.00-17.00
19 ottobre ore 14.00-17.00
- **Edizione 2**
20 ottobre ore 9.30-12.30
25 ottobre ore 9.30-12.30
28 ottobre ore 9.30-12.30
- **Edizione 3**
4 novembre ore 9.30-12.30
10 novembre ore 9.30-12.30
18 novembre ore 9.30-12.30

Tutti gli incontri si terranno su zoom.

Docente

Enrica Poltronieri, Idea Consulenza e Formazione