

EFICÁCIA PESSOAL

ENTRAJUDA-FORMA Regular

Descrição

Refletir através de um conjunto de pistas e de atividades pedagógicas e experienciais sobre a importância de melhor utilizar o tempo. Identificar práticas de eficácia pessoal e saber como utilizá-las.

A quem se destina

Dirigentes e outros quadros de organizações da economia social.

Data: 21 e 23 de Abril de 2021

Horário: 09h30-13h00

Taxa de Inscrição:

15 EUR por participante

Local: *Online* via Plataforma ZOOM

Prazo de Inscrição: 9 de Abril de 2021

FORMADOR

ERIC VANDAME

OBJECTIVOS DE APRENDIZAGEM

No final desta ação, os participantes estarão aptos a:

- Identificar as características individuais face à gestão que faz do tempo.
- Saber definir estrategicamente prioridades.
- Desenvolver e aplicar uma planificação realista e adequada.
- Conseguir otimizar a relação com o meio envolvente através da utilização de ferramentas potenciadoras de uma gestão de tempo mais eficaz.

MODALIDADE DE FORMAÇÃO

Formação de actualização/aperfeiçoamento

MODELO DE ENSINO

À distância

METODOLOGIA

Utilização dos métodos expositivos, interrogativo e activo.

RECURSOS PEDAGÓGICOS

Plataforma Zoom, Computador com acesso à Internet, Microfone e Câmara, Apresentação e Manuais.

CONTEÚDO PROGRAMÁTICO

- Abertura e partilha dos objetivos da sessão.
- O papel da crença e da atitude pessoal na capacidade para gerar eficácia.
- Avaliação do tempo dedicado às várias tarefas.
- Planeamento: o fator-chave.
- Organização do ambiente de trabalho.
- A rejeição de tarefas.
- A delegação de trabalho

CRITÉRIOS E METODOLOGIA DE AVALIAÇÃO

AVALIAÇÃO INICIAL: Através da análise do perfil dos formandos.

AVALIAÇÃO DA SATISFAÇÃO DO FORMANDO: Realizada através de um questionário de apreciação, onde os formandos poderão indicar opiniões, reclamações e sugestões de melhoria.