

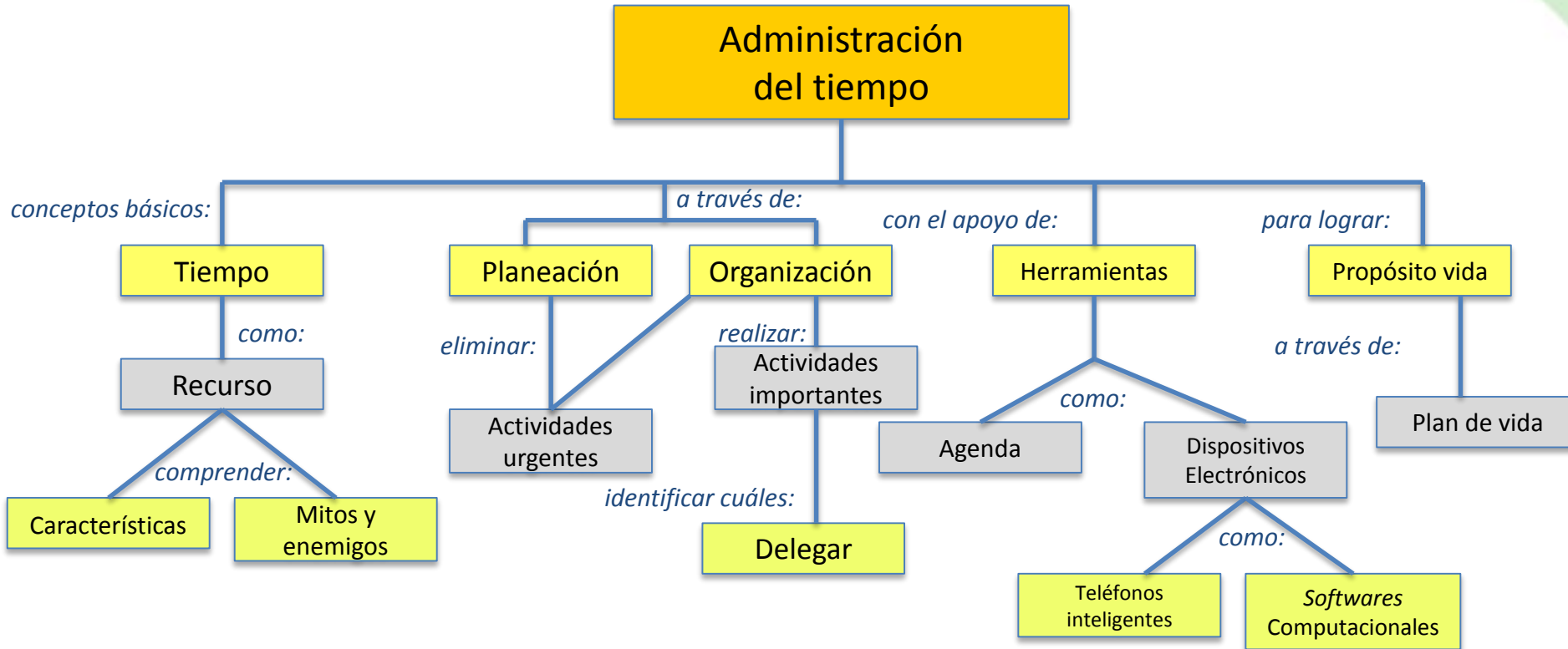


Innovación que transforma vidas.

Curso: La administración del tiempo en mi propósito de vida

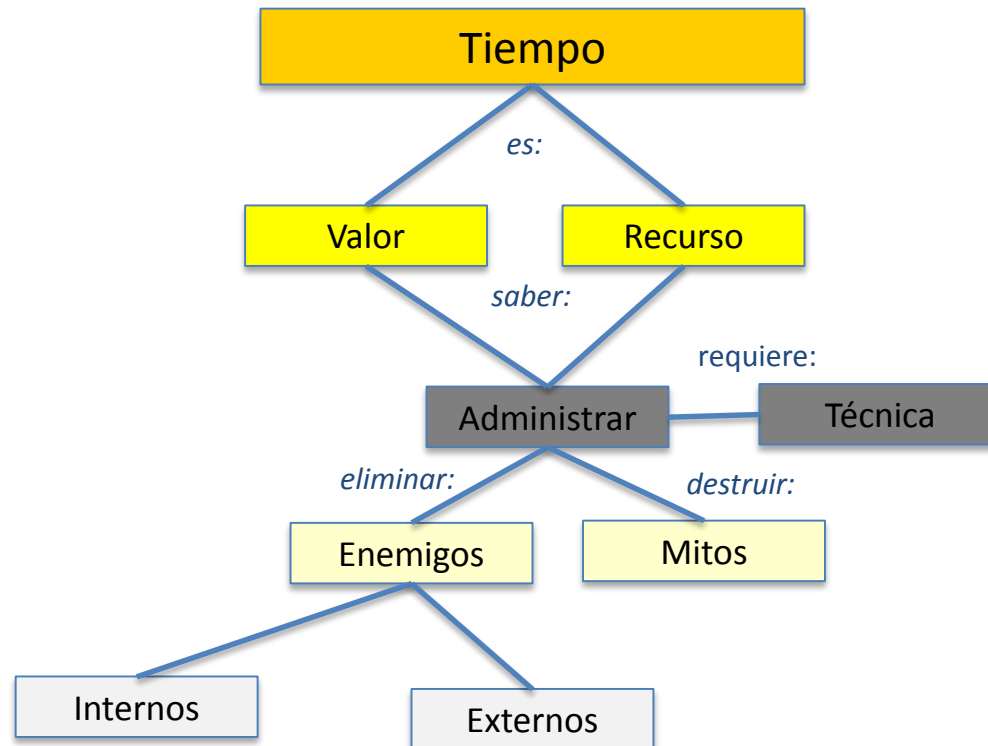
La administración del tiempo en mi propósito de vida

- Mapa conceptual de los temas



Tema 2. El tiempo, conceptos principales

- Mapa conceptual del tema 2





Tema 2. El tiempo, conceptos principales

Es un recurso limitado.

Requiere administrarse eficiente para aprovecharlo.

Hay enemigos del tiempo que impiden aprovecharlo.

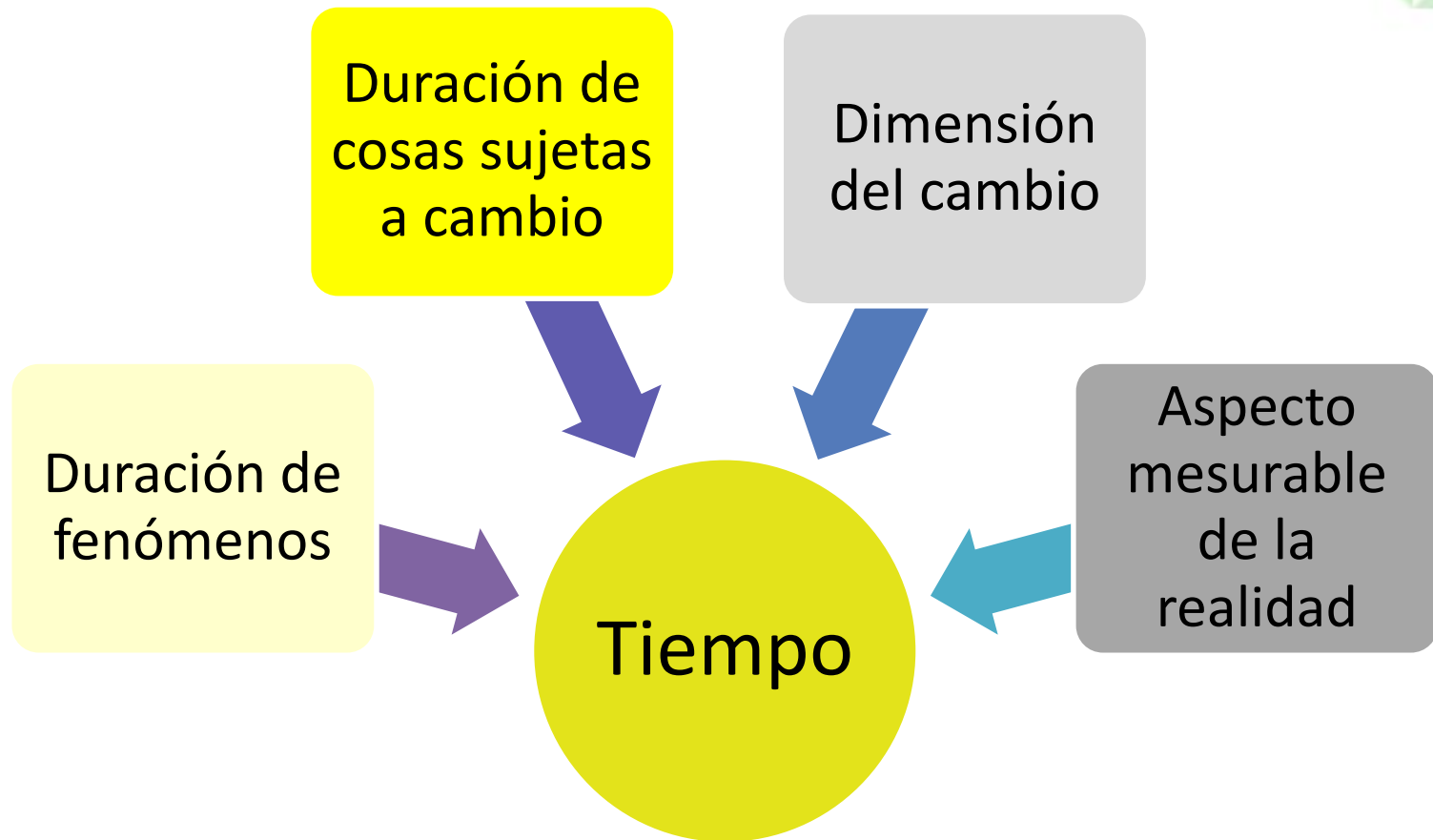
Hay mitos sobre el tiempo que provocan definirlo y usarlo equivocadamente.

Tiempo como recurso



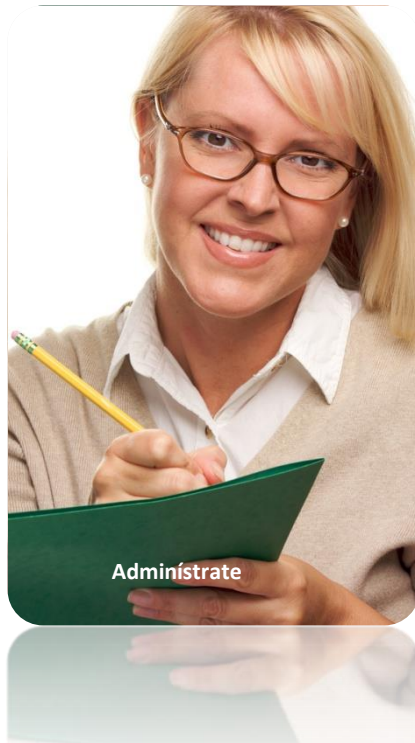
- El tiempo es uno de los valores que más debemos apreciar, la manera en que lo usamos nos define.
- Es el número o la medida del movimiento según un antes y un después, de acuerdo con Aristóteles.

¿Qué es el tiempo?



Administración del tiempo

- Es el conjunto de técnicas y métodos que contribuyen a aprovechar de la mejor manera el tiempo, Rodríguez (2013).



- Es necesario priorizar para maximizar el tiempo del que disponemos.

Características del tiempo

- 1 • Es el más importante
- 2 • El más equitativo
- 3 • Es limitado
- 4 • Es inflexible
- 5 • El más indispensable
- 6 • Es insustituible
- 7 • Es inexorable

¿Cómo te define el tiempo?

Enemigos del tiempo



Externos	Internos
Urgencia	No saber decir NO
Falta de comunicación	Incapacidad de delegar
Distractores visuales	Aplazar cosas
Teléfono	Indisciplinas
Exceso de reuniones	Falta de motivación
Incapacidad del personal que nos rodea.	Actividades sin propósito

Mitos del tiempo

- La persona con más trabajo es más eficiente.
- Es mejor si se pretende hacer las cosas por uno mismo para estar en todo.
- Hay que postergar las decisiones hasta recopilar toda la información.
- Todo el mundo pierde el tiempo.
- Hay que ahorrar tiempo a través de soluciones sencillas y fáciles.



Créditos

- Experto de contenido: Berenice Aguilar Ibarra
- Diseñador instruccional: Alejandra Laura Govea García
- Diseñador gráfico: Julio César Moreno Salazar
- Programadora: Nancy Zavala Morales
- Administradora del proyecto: Adriana M. González González

Dirección de innovación y educación continua
Campus en línea
Vicerrectoría de Formación ejecutiva
Universidad Tecmilenio

La obra presentada es propiedad de ENSEÑANZA E INVESTIGACION SUPERIOR A.C. (UNIVERSIDAD TECMILENIO), protegida por la Ley Federal de Derecho de Autor; la alteración o deformación de una obra, así como su reproducción, exhibición o ejecución pública sin el consentimiento de su autor y titular de los derechos correspondientes es constitutivo de un delito tipificado en la Ley Federal de Derechos de Autor, así como en las Leyes Internacionales de Derecho de Autor.

El uso de imágenes, fragmentos de videos, fragmentos de eventos culturales, programas y demás material que sea objeto de protección de los derechos de autor, es exclusivamente para fines educativos e informativos, y cualquier uso distinto como el lucro, reproducción, edición o modificación, será perseguido y sancionado por UNIVERSIDAD TECMILENIO.

Queda prohibido copiar, reproducir, distribuir, publicar, transmitir, difundir, o en cualquier modo explotar cualquier parte de esta obra sin la autorización previa por escrito de UNIVERSIDAD TECMILENIO. Sin embargo, usted podrá bajar material a su computadora personal para uso exclusivamente personal o educacional y no comercial limitado a una copia por página. No se podrá remover o alterar de la copia ninguna leyenda de Derechos de Autor o la que manifieste la autoría del material.