



**FEIRA DO
EMPREENDEDOR**

De 14 a 17 de agosto de 2008
Londrina - Paraná

Administração do Tempo

Palestrante: Paulo Dias Fernandes

Administração do Tempo

- Priorizando ações importantes...
Importantes para você!



Administração do Tempo

"-Não tenho tempo" ?

Bodil Jönsson em seu livro: "Dez considerações sobre o tempo", escreveu: *o tempo não é uma questão que se possa resolver de uma vez por todas. Trata-se de um processo que dura a vida toda.*

-Que tal então a proposta de não utilizar mais a frase "Não tenho tempo?"



Administração do Tempo

- Priorizou tempo para estar aqui?!

- **Chronos** é o tempo dos relógios, é o mensurável, o tempo cronológico.
- **Kairos** é o tempo em relação aos valores, à qualidade, é o tempo vivido.
- **Vivemos muito Chronos e pouco Kairos?**
- Para fazer bem feito... Fazer de corpo e alma! [Oração ao Tempo](#)



Administração do Tempo

- Roda da Vida –D.C.*



Administração do Tempo

"Mergulhadas no ópio da rotina, as pessoas negligenciam seus sonhos e vão perdendo a capacidade de sonhar.

Levam suas vidas sem direção, sobrecarregadas e insatisfeitas, escravas de suas construções burocráticas, na fantasia de que um dia tudo mude se ganharem na loteria, se a esposa deixar, se o chefe... Se Deus ajudar... Como estas pessoas estarão em 2015? Se não houver ações claras e direcionadas da sua parte, não se iluda, tudo pode continuar exatamente do jeito que está. "

César Souza

Administração do Tempo

- Ladrões do seu tempo.

- **Telefone**
- **Falta de planejamento**
- **Indisciplina**
- **Indefinição de objetivos**
- **Indefinição de prioridades**
- **Má utilização dos recursos (fone, PC, TV, etc.)**
- **Visitas inesperadas**



Administração do Tempo

- Estabeleça horários – uso diário de agenda...



Administração do Tempo

- Planejamento, organização, comprometimento e autodisciplina.

- **Planejamento = -tempo na execução e + resultados.**
- **Organização = +execução + produtividade - estresse.**
- **Comprometimento = começar + “meiar” + terminar**
- **Autodisciplina = cumprir conforme o planejado**

Administração do Tempo

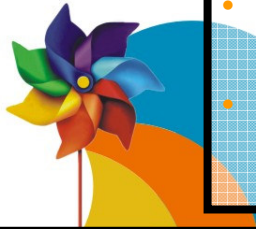
- +concentração = -tempo (sem interrupções)

- **Intercalar coisas fáceis e prazerosas com coisas difíceis de executar.**
- **Coisas difíceis dividir em etapas menores de tempo.**

Administração do Tempo

- Regra de Pareto*

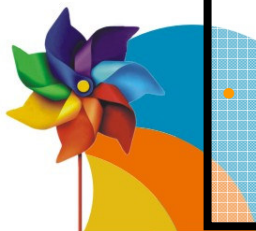
- **Priorize atividades que trarão o maior resultado.**
- Regra de Pareto:
- 20% do que fazemos traz 80% dos resultados.
- Procure identificar os 20% das melhores ações e delegue o restante.



Administração do Tempo

- Soluções práticas

- **Utilizar agenda (curto, médio e longo prazos)**
- **Acompanhar as atividades realizadas**
- **Organizar acesso a informação**



Administração do Tempo

- Soluções práticas

- **Utilizar comunicação clara e simples**
- **Criar condições de concentração (máx. 90m)**
- **Ser realista. Evitar excessos.**
- **Imprevistos acontecem.**



Administração do Tempo

- Importante x Urgente [O tempo desperdiçado](#)

Nem importante, nem urgente	Não importante, mas urgente
Importante, mas não urgente	Importante e urgente



Administração do Tempo

- Eficiência x Eficácia.

- **Eficiência=fazer**
- **Eficácia =fazer bem feito**



Administração do Tempo

- Fazer com eficácia (tempo e atenção)

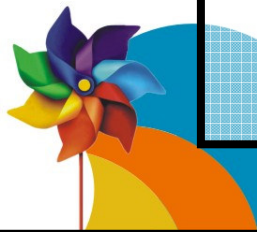
- **Curso de idioma**
- **Tempo em família**



Administração do Tempo

- Tenha tempo para tudo.

• Tenha tempo para tudo



Administração do Tempo

- Créditos

- Bibliografia
- GUIA PARA A ADMINISTRAÇÃO DO TEMPO
- Roy Alexander - Editora campos
Tempo e Comprometimento
- Capítulo 7 – O Aluno Virtual -Um guia para trabalhar com
estudantes online
- Rena M. Palloff & Keith Pratt
- Não deixe para depois o que você pode fazer agora - Rita Emmett
- TEXTO: Não tenho tempo
- *Ehuinder Fernandes, Margareth Macedo, Nara Liane,
Joao Carlos Moreno e Paulo Dias Fernandes*



Administração do Tempo

- Créditos

- *Músicas*

Time – Pink Floyd / Oração ao Tempo – Caetano Veloso / Amanhã ou Depois – Nenhum de Nós

- *Vídeos / Sites / Links*

<http://webinsider.uol.com.br/index.php/2003/01/30/algumas-dicas-para-a-administracao-do-tempo/>

<http://www.chaves.com.br/TEXTSELF/MISC/timemgt.htm>

<http://www.sonhosestrategicos.com/tempo/>

http://www.reisner.com.br/mais/art_dicas_tempo.pdf

<http://www.youtube.com/watch?v=hSnUrW2Iuds>

<http://www.youtube.com/watch?v=pMXbl4Oav14>

<http://www.youtube.com/watch?v=3-iJO4QA5wU>

