MÓDULO 1

GLOSARIO DE TÉRMINOS

Fundamentos de la gestión del tiempo

Gestión y Administración del Tiempo Laboral

Escuela Yo Creo

Material de estudio · Documento de demostración

Glosario de términos

Gestión del tiempo. Conjunto de decisiones y hábitos para asignar el tiempo a lo que importa.

Ladrón de tiempo. Actividad o interrupción que consume tiempo sin aportar valor.

Urgencia. Necesidad de atención inmediata, real o percibida.

Importancia. Grado en que una tarea contribuye a los objetivos.

Agenda. Herramienta donde se distribuyen compromisos y bloques de trabajo.

Prioridad. Criterio que ordena las tareas según su impacto.

Multitarea. Alternancia rápida entre tareas que reduce la concentración.

Procrastinación. Postergación voluntaria de una tarea a pesar de sus consecuencias.

Ley de Parkinson. El trabajo se expande hasta ocupar todo el tiempo disponible.

Registro de tiempo. Herramienta de diagnóstico que anota en qué se ocupa la jornada.