

**Programa de Pós-Graduação em Direito – Mestrado Profissional em  
Direito da Empresa e dos Negócios**

Disciplina: Gestão Jurídica e de Contencioso para Advogado Internacional

Professor: Dr. Éderson Garin Porto

Mestranda: Nicélia Pereira Lima Ferreira.

**Gestão do Tempo**

**1 A História da Administração do tempo.**

**2 Conceito de tempo**

- 2.1 Primeira Geração
- 2.2 Segunda Geração
- 2.3 Terceira Geração
- 2.4 Quarta Geração

**3 Principais desperdiçadores de tempo**

**4 Sugestões para se ter mais tempo**

**5 Matriz de gerenciamento de tempo**

- 5.1 Quadrante 1 Importante, urgente
- 5.2 Quadrante 2 Importante, não urgente
- 5.3 Quadrante 3 Urgente, não importante
- 5.4 Quadrante 4 Não urgente, não importante

**6 Aplicação da Matriz de Gerenciamento do Tempo**

**7. Conclusão**

**REFERÊNCIAS**

BARBOSA, C. A Tríade do Tempo. São Paulo: Campus, 2008.

COVEY, S. Os Sete Hábitos das Pessoas Altamente Eficazes. [tradução de Celso

Nogueira] São Paulo: Nova Cultural, 1989.

Inhuma, T. S. (2017). Gestão do tempo e motivação: fatores intrínsecos e extrínsecos que influenciam na realização de metas profissionais. Revista Científica On-Line Tecnologia – Gestão – Humanismo, Revista v., 29–44.

Revista de Gestão e Secretariado, São Paulo, v. 2, n. 2, p.121-144, jul./dez. 2011.

TRÍADE DO TEMPO – Pesquisa geral no site. Disponível em:

<HTTP:// www.triadedotempo.com.br> Acesso em: 01 nov. 2020.