

**Lugar de realización:**  
INSTITUTO DE  
ESTUDIOS CAJASOL  
Hacienda Cartuja,  
Av. del Aljarafe s/n,  
Tomares (Sevilla)

**Precio: 65 euros**  
(Formación bonificable  
por Fundae)

**INSCRIPCIÓN  
ON-LINE**



**Aforo limitado**

**INFORMACIÓN**  
Tel. 954 890 300  
info@institutocajasol.es  
www.institutocajasol.es



Imagen freepik



# Supere el hábito de Postergar

¿Cuántas oportunidades ha perdido  
por **postergar** lo que tenía que hacer?

**3ª edición**

Martes  
30 abril 2019  
De 16:15 a 20:15 h.

Instituto  
de Estudios

**Cajasol**  
BUSINESS SCHOOL

## INTRODUCCIÓN:

El hábito de postergar, también llamado **"procrastinación"**, es una de las principales causas de estrés crónico.

Es un problema que afecta a personas excesivamente **responsables y autoexigentes**, dificultándoles pasar a la acción y, en consecuencia, impidiéndoles alcanzar los resultados y éxitos que corresponderían a sus capacidades. Por suerte, tiene solución.

## CONTENIDOS:

1. Causas por las que nuestra mente ha desarrollado el impulso de postergar.
2. Los frenos y los motores de la productividad personal.
3. La metodología ODF®, que permite superar la postergación crónica (procrastinación).

La metodología  
**ODF®**  
es la única que  
permite ordenar,  
priorizar y  
**"desbloquear"**  
todas sus tareas.

Está basada en la  
neurobiología.

Produce resultados  
sostenidos a largo  
plazo.

## PONENTE



### Christian Lamm

Abogado, coach ontológico y sistémico, facilitador certificado en la metodología LEGO® Serious Play®.  
www.lammconsult.com