


# Сам себе менеджер


Программа элективного  
курса



# Для чего нужен курс ? (основные цели)

- ◆ обучение навыкам, необходимым каждому деловому человеку для успешной работы:
    1. методы и приёмы управления личной карьерой;
    2. искусство и наука самоуправления;
    3. Методы и навыки повышения и самосохранения своей работоспособности.
- 

# Что сделать, чтобы этого добиться? (задачи)

- ◆ познакомиться со спецификой процессов самоорганизации и самопрезентации личности;
  - ◆ сформировать способности формулировать и реализовывать жизненные цели;
  - ◆ повысить уровень профессиональной компетентности в процессе планирования карьеры
- 


# Что может помочь? (формы работы)

- ◆ Лекционные занятия;
- ◆ Самодиагностика;
- ◆ Интерактивные занятия;
- ◆ Деловые игры;
- ◆ Презентации с использованием ТСО



# Что в итоге? (результаты обучения)

Приобретение следующих навыков:

- ◆ Личная организованность;
  - ◆ Самодисциплина
  - ◆ Техника планирования личного времени;
  - ◆ Механизмы памяти и техника запоминания;
  - ◆ Управление стрессом и др.
- 

# Где об этом можно ещё прочитать? (Список использованной литературы)

- ◆ Заверт Л. Ваше время – в ваших руках. М.: ИНФРА-М, интерэкспорт, 1995
- ◆ Ильин Е.П. Мотивация и мотивы. СПб.: Питер, 2003
- ◆ Кузнецова Е. Постройте судьбу// Действующие лица. 2003. №4
- ◆ Шипунов В.Г., Кишкель Е.Н. Основы управленческой деятельности. М.: Смысл,

