

ЦИКЛ СЕМИНАРОВ, МАСТЕР-КЛАССОВ И ТРЕНИНГОВ  
ДЛЯ УЧАЩИХСЯ ШКОЛ, КОЛЛЕДЖЕЙ И ВУЗОВ



# ГРАНИ МОЕГО Я

АВТОР: СОКОЛОВ ПЕТР ПЕТРОВИЧ

## ЦЕЛИ

### «ГРАНИ МОЕГО Я»

Один из ключевых проектов Университета «Синергия» и Школы Бизнеса «Синергия».

### ОСНОВНЫЕ АСПЕКТЫ:

- Многостороннее развитие личности
- Повышение личной эффективности
- Приобретение эмоциональной устойчивости и уверенности в себе
- Развитие коммуникативных навыков
- Успешная интеграция в деловую среду
- Развитие предпринимательских навыков
- Деловые игры, квесты и другие упражнения, формирующие ключевые навыки и компетенции
- Увлекательный процесс обучения



# КЛЮЧЕВЫЕ ПРИНЦИПЫ

---



## ОРИЕНТАЦИЯ НА ПРАКТИКУ

Упражнения, квесты и деловые игры для повышения эффективности усвоения учебного материала.



## МОТИВИРУЮЩАЯ АТМОСФЕРА

Формирование у слушателей желания дальнейшего развития, стимулирование интереса к концепции непрерывного образования.



## ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ

По окончании обучения все участники получают именные сертификаты и рекомендации для дальнейшего развития.

# ЛИНЕЙКА СЕМИНАРОВ И ТРЕНИНГОВ

## «ГРАНИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»

Развитие предпринимательских навыков, обучение основам создания и развития бизнеса с нуля, формирование навыков успешного предпринимателя.

## «ГРАНИ ТРУДОУСТРОЙСТВА»

Первичное трудоустройство, составление продающего резюме, прохождение собеседования и испытательного срока, вопросы повышения в должности и заработной плате.

## «ГРАНИ WORLDSKILLS»

Тренинг направленный на всестороннюю психологическую подготовку конкурсантов и экспертов к соревнованиям и чемпионатам проекта «Молодые профессионалы» (WorldSkills Russia).



# ЛИНЕЙКА СЕМИНАРОВ И ТРЕНИНГОВ

## «ГРАНИ РАЗВИТИЯ»

Зона комфорта, мотивация, повышение личной эффективности, тайм-менеджмент.

## «ГРАНИ ЛИДЕРА»

Лидерство, достижение успеха, управление ресурсами.

## «ГРАНИ КОММУНИКАбельНОСТИ»

Ораторское и актерское мастерство, искусство и культура общения, невербальная коммуникация, постановка голоса.

## «ГРАНИ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ»

Умение правильно ставить цели и добиваться результата.

## «ГРАНИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ»

Работа со страхами, повышение общей стрессоустойчивости, подготовка к важным мероприятиям.



# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 16 часов

## «ГРАНИ РАЗВИТИЯ»

- Систематизация этапов получения знаний и опыта.
- Как организовать себя на получение и эффективное использование новых знаний.
- Виды и методы личной мотивации, меняющие жизнь к лучшему.
- Что такое зона комфорта и какое влияние она оказывает на нашу жизнь.
- Как привить себе полезные привычки и искоренить вредные.
- Работа над ключевыми компонентами полноценной жизни.
- Осознание своей жизненной перспективы, жизненных путей, целей и способов их достижения.
- Отработка умения личного позиционирования в коллективе.
- Тайм-менеджмент или как эффективно распоряжаться своим личным временем.

# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 16 часов

## «ГРАНИ ЛИДЕРА»

- Успешные люди. Кто такие успешные люди и как стать одним из них?
- Ответственность. Как одно качество влияет на все наше восприятие жизни.
- Мышление. Как наше мышление влияет на события вокруг нас.
- Лидерство. Лидер в современном мире - его возможности, преимущества, риски.
- Как выяснить сферу своей наибольшей успешности?
- Как увеличить свою личную эффективность?
- Как выявить и раскрыть свой жизненный потенциал?
- Какие ресурсы мы имеем на разных этапах жизни и как эффективно их использовать.
- Личные инструменты для созидания успеха: знания, умения, опыт, навыки.
- Работа с навыками планирования, принятия и реализации решения.

# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 16 часов

## «ГРАНИ КОММУНИКАбельНОСТИ»

- Составляющие современных коммуникаций.
- Искусство и культура общения, основы риторики.
- Идеальный рассказчик, кто он?
- Невербальная составляющая общения.
- Голос: Оружие, бьющее точно в цель.
- Ораторское мастерство: навыки публичных выступлений.
- Структура публичных выступлений.
- Подготовка и постановка речи, презентационных материалов для предстоящего выступления.
- Актерское мастерство в коммуникациях.
- Преодоление страха публичных выступлений, стрессоустойчивость оратора.
- Проведение успешных переговоров.



# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 16 часов

## «ГРАНИ ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ»

- Что такое «цель» и для чего она нужна в жизни человека.
- Как эффективно формировать, отслеживать и достигать цели.
- Понимание, какие цели являются ключевыми: умение определить истинность и ложность своих целей.
- Цель, желание или потребность: В чем их различие?
- Как формулировать цели с максимальной эффективностью?
- Конкретные шаги по реализации своих целей.
- Повышение личной мотивации к достижению поставленных целей.
- Алгоритмы достижения поставленных целей.
- Как понять, что цель была достигнута?
- Что делать, если цель не достигнута?

# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 16 часов

## «ГРАНИ СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ»

- Что такое стресс? Как он влияет на жизнь человека?
- Позитивные и негативные аспекты стресса.
- Ресурсы стрессоустойчивости – что помогает нам бороться со стрессом?
- Основы позитивного мышления как скрытая возможность противостоять стрессу.
- Причины возникновения стресса в учебной деятельности.
- Определение уровня личной стрессоустойчивости.
- Почему возникает страх и как его контролировать?
- Выявление личных источников страхов.
- Биохимия страхов.
- Классификатор страхов.
- Освобождение от груза негативных привычек.

# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 1.5 до 24 часов

## «ГРАНИ ТРУДОУСТРОЙСТВА»

- Знакомство с собой в сфере профессиональной деятельности.
- Позиционирование себя на рынке труда.
- Создание уникального коммерческого предложения.
- Поиск источников информации о работе.
- Подготовка к интервью.
- Встреча с работодателем.
- Обратная связь после собеседования.
- Заключение договора с работодателем.
- Успешное прохождение испытательного срока.
- Оценка достоверности информации, которую предоставляет работодатель.
- Как избежать работы в «недобросовестных» компаниях.
- Современные стратегии трудоустройства.

# ПРОГРАММЫ

---

Общая продолжительность: от 8 до 36 часов

## «ГРАНИ ПРЕДПРИНИМАТЕЛЬСТВА»

- Оценка личных предпринимательских качеств
- Генерация бизнес-идеи
- Исследование рынка
- Создание бизнеса с нуля, формирование бизнес плана, регистрация компании
- Минимизация финансовых затрат на создание и продвижение своего бизнеса
- Создание и продвижение сайта, эффективное использование онлайн-ресурсов
- Способы привлечения клиентов, принципы успешных продаж
- Технологии удержания клиентов и конверсии в постоянных клиентов
- Развитие навыков успешного руководителя
- Создание и работа над имиджем владельца бизнеса, его атрибутами, брендбуком компании
- Нетворкинг в бизнесе: умение создавать и использовать сеть деловых связей
- Организация деловых встреч и ведение переговоров
- Подбор, трудоустройство и мотивация сотрудников, увеличение их рабочей нагрузки и повышение результативности
- Участие в рекламных мероприятиях владельца бизнеса и его сотрудников
- Типовые ошибки начинающих предпринимателей

# ПРОГРАММЫ

---

## «ГРАНИ WORLDSKILLS»

### **Модуль №1: «Командообразование»**

*Продолжительность - 10 часов.*

- Создание крепких и слаженных отношений внутри команды участников
- Получение позитивных навыков взаимодействия
- Повышение уровня личной ответственности за результат
- Ориентация на командные цели и задачи
- Переход из состояния конкуренции к сотрудничеству
- Повышение уровня доверия и заботы между членами команды
- Повышение командного духа и заряд позитивного настроения

### **Модуль №2: «Стрессоустойчивость»**

*Продолжительность - 12 часов.*

- Повышение стрессоустойчивости участников соревнований
- Выявление и искоренение личных источников страхов
- Обучение эффективным приемам социального поведения
- Освобождение от негативных установок, вредных привычек, неконструктивных стереотипов поведения
- Профилактика пост-стрессовых состояний
- Формирование позитивного мышления

# ПРОГРАММЫ

---

## «ГРАНИ WORLDSKILLS»

### **Модуль №3: «Концентрация внимания»**

*Продолжительность - 8 часов.*

- Фокусировка внимания на поставленной задаче
- Повышение личной эффективности и продуктивности
- Улучшение обучаемости в различных условиях
- Уменьшение количества совершаемых ошибок и недочетов
- Поддержание мозга в тонусе в течение дня
- Острота и ясность ума в сложных ситуациях
- Профилактика синдрома дефицита внимания
- Профилактика болезней вызванных снижением интеллектуальной нагрузки

### **Модуль №4: «Лидерство»**

*Продолжительность - 12 часов.*

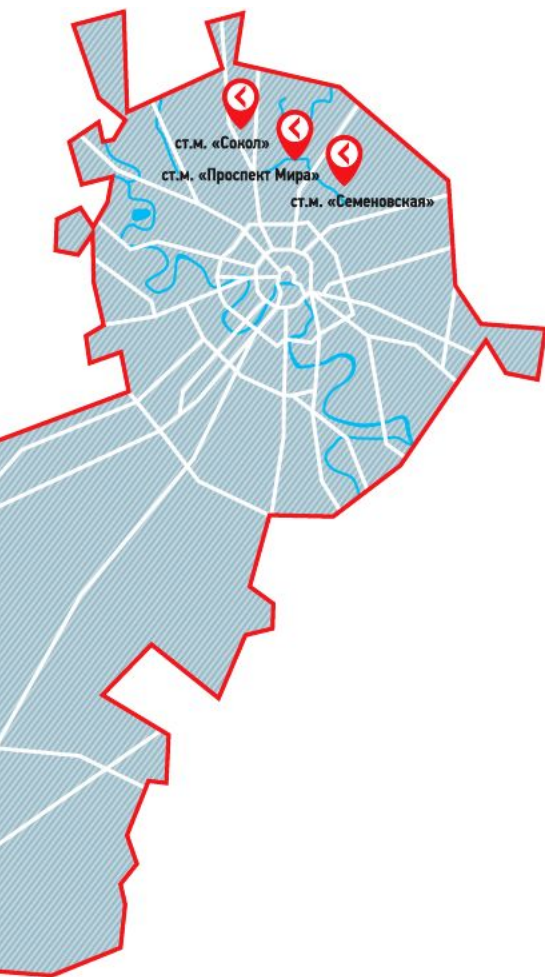
- Формирование представлений о лидерстве, осознание и проявление своих сильных сторон
- Повышение эффективности действий в ситуациях, требующих применения лидерских способностей
- Формирование умения вести за собой и развивать других
- Раскрытие личностного потенциала участников группы
- Освоение технологий укрепления лидерских позиций в эмоционально-напряженных и проблемных ситуациях
- Управление мотивацией команды и организация групповой работы

# ПРОДОЛЖИТЕЛЬНОСТЬ

Семинары и тренинги «Грани моего Я» могут иметь продолжительность от 1,5 до 36 часов (в зависимости от потребностей в объеме учебного материала).

СОСТАВ МЕРОПРИЯТИЯ	ФОРМАТ «СЕМИНАРЫ»		ФОРМАТ «ТРЕНИНГИ»			
	1.5 часа	3 часа	1 день (8 часов)	2 дня (16 часов)	3 дня (24 часа)	5 дней (36 часов)
Базовая теория	+	+	+	+	+	+
Практические упражнения			+	+	+	+
Расширенная теория		+		+	+	+
Деловые игры				+	+	+
Обратная связь			+	+	+	+
Индивидуальная обратная связь					+	+
Задание на дом		+	+	+	+	+
Контроль промежуточных результатов				+	+	+
Моделирование и разбор кейсов					+	+
Квесты						+
Аттестация участников группы						+
Выдача именных сертификатов			+	+	+	+

# УЧЕБНЫЕ ЦЕНТРЫ



**Корпус на Соколе**  
ст. м. «Сокол»,  
Ленинградский пр-т,  
д. 80, корп. Г, Е



**Корпус на Семеновской**  
ст. м. «Семеновская»,  
ул. Измайловский Вал, д. 2



# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ



## СОКОЛОВ ПЕТР ПЕТРОВИЧ

Директор тренингового центра, заместитель директора по развитию департамента стратегических программ, спикер школы бизнеса «Синергия»

- Эксперт проекта «Компетентностная платформа» (лидерский проект Агентства Стратегических Инициатив)
- Обладатель награды министерства образования Тверской области «За вклад в развитие и воспитание молодежи», медали «За вклад в развитие образования», а также ряда других наград образовательных организаций РФ
- Провел более 420 образовательных мероприятий в Москве, Московской области и других регионах РФ
- Автор комплексных программ повышения квалификации: «Школа директоров», «Школа заведующего» и «Школа современного педагога», семинаров, тренингов и мастер-классов: «Грани моего Я», «Управление проектами в сфере образования», «Дни профориентации молодежи» и др.
- Консультант компаний-работодателей по подбору и трудоустройству персонала
- Занимается подготовкой бизнес-тренеров, преподавателей и сотрудников холдинга «Синергия»
- Сертифицированный Бизнес-Тренер (Isaac Pintosevich™ Systems)
- 16 лет преподавательского стажа

# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ



## КЯДИКОВА ЕЛЕНА АНАТОЛЬЕВНА

Ведущий преподаватель-эксперт Университета «Синергия»

- Автор семинаров, тренингов и мастер-классов по темам: «Управление командами в образовании», «Профориентация школьников, студентов и профессионалов со стажем», «Психолог в школе: индивидуализация обучения» и др.
- Специалист в этнопсихологии и психологических проблемах поликультурного образования
- Провела более 1000 консультативных и тренинговых часов
- Подготовила и обеспечила посттренинговое сопровождение 1000 молодых специалистов-педагогов
- Специалист в сфере развития и обучения персонала на всех ступенях образования: начальная, средняя, основная школа, бакалавриат, специалитет, магистратура
- 11 лет преподавательского стажа

# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ



## ГОЛЬЦОВ КИРИЛЛ ВЯЧЕСЛАВОВИЧ

Эксперт в области дистанционного образования

- Консультант эксперта при ООН по дистанционному обучению
- Уполномоченный по правам участников образовательного процесса
- Автор научно-популярных и социальных статей, курсов, мастер-классов, тренингов, научно-исследовательских, методических и аналитических работ образовательной тематики
- Участник, инициатор событий и член жюри многочисленных Всероссийских образовательных мероприятий
- Автор ряда крупных уникальных образовательных проектов, связанных с дистанционным обучением и инновационной деятельностью
- Номинант национальных литературных премий «Писатель года», «Поэт года» и «Народный писатель», автор четырёх опубликованных художественных романов и многочисленных сборников стихов для детей и взрослых
- 20 лет преподавательского стажа

# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ



## **ВАЛЕНСИЯ АЛИНА ВЛАДИСЛАВОВНА**

Руководитель проекта «Компетентностная платформа», Руководитель консалтингового агентства «А-линияЯ»

- Кандидат психологических наук
- Консультант и коуч по направлению «акмеология»
- Международный консультант в области проектного менеджмента и бизнес-моделирования
- Исследователь в научной группе SINTE (развитие личности профессионала), Барселона
- Консультант НП «Национальный центр социально-гуманитарных проектов»
- Эксперт Всероссийского фонда «Национальные перспективы» (2011-2013 гг.)
- Докторантура по направлению «Психология образования», Автономный Университет Барселоны (с 2016 по н. в.)

# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ



## КУРЫШКИН ПАВЕЛ ЮРЬЕВИЧ

Преподаватель-эксперт Университета «Синергия»

- 10 лет в продажах
- 2 федеральные франчайзинговые сети
- 2 стартапа
- 10 собственных образовательных программ для образования, бизнеса и спорта
- 5 лет преподавательского стажа

### Образование:

- Военный университет связи;
- Рязанский государственный университет им. С.А. Есенина, преподаватель физической культуры и спорта;
- ГУУ: "Управление развитием территории. Повышение инвестиционной привлекательности территории";
- РЭУ им. Г.В. Плеханова, МВА, направление: "Маркетинг и управление продажами";
- Международная школа бизнес-тренеров ICBT.

# НАША КОМАНДА ПРОФЕССИОНАЛОВ

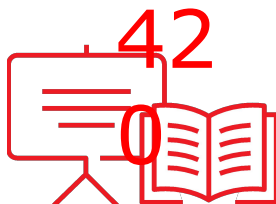


## **ФЛЕГОНТОВА ОЛЬГА АЛЕКСАНДРОВНА**

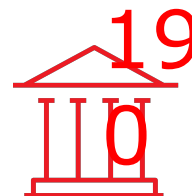
Преподаватель-эксперт Университета «Синергия»

- Эксперт-практик в области командообразования и управления персоналом, проектной деятельности, тайм менеджмента и современных методов ведения образовательной деятельности.
- Провела более 150 образовательных тренинг - сессий для студентов, педагогов и руководителей образовательных организаций.
- Партнер METRO Cash & Carry в организации развивающих программ
- Выпускник открытого тренерского университета Марка Кукушкина
- 8 лет преподавательского стажа

# НАШИ РЕЗУЛЬТАТЫ



проведенных  
тренингов  
и семинаров



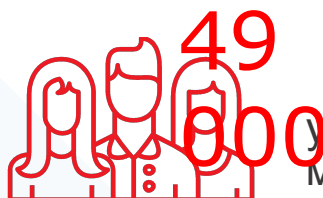
образовательных  
учреждений



городов  
в 30 регионах  
России

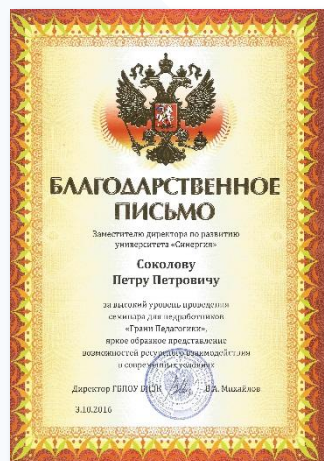


часов — общая  
продолжительность  
мероприятий



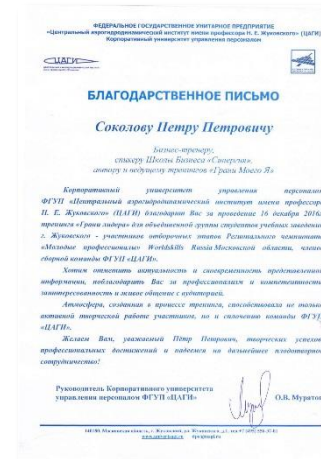
участников  
мероприятий

# ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ





# ОБРАТНАЯ СВЯЗЬ



• Полный список обратной связи находится на сайте:  
[grani.synergy.ru](http://grani.synergy.ru)

# ФОТОГАЛЕРЕЯ



# ОБ УНИВЕРСИТЕТЕ «СИНЕРГИЯ»



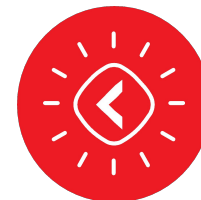
**30**

лет успешной работы  
в сфере образования



**140**

отделений в России  
и странах СНГ



**18**

факультетов



**150+**

образовательных  
программ



**30 000**

студентов из 50 стран



**500**

преподавателей



**1-е место**

в рейтинге программ управленческого  
образования АЦ «Эксперт»

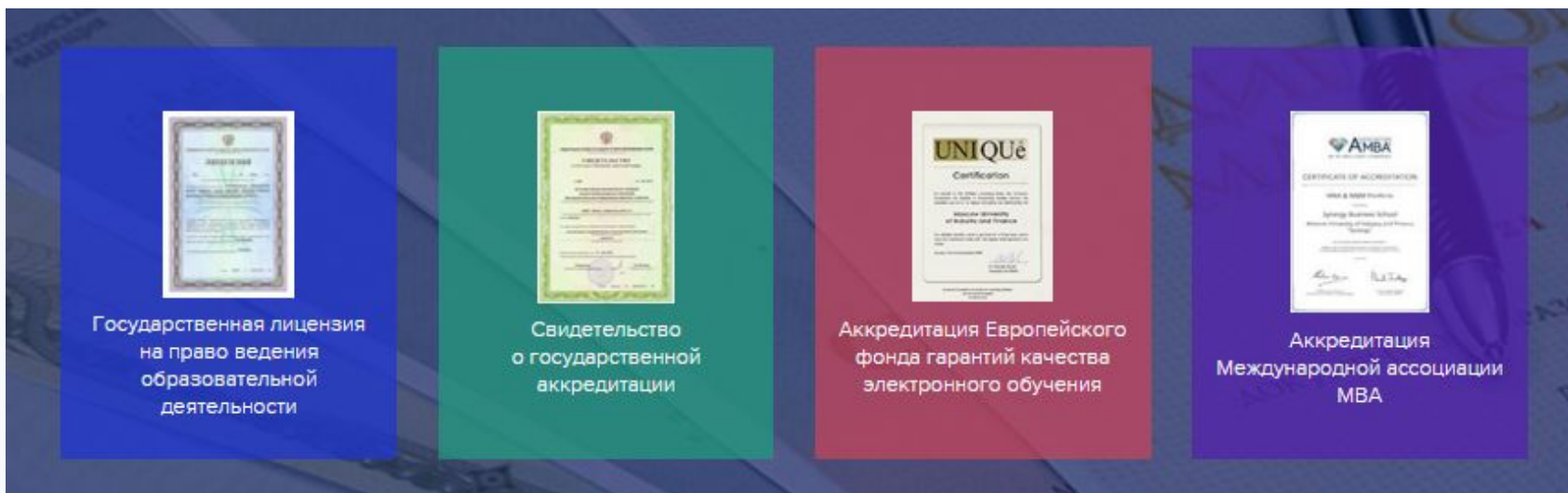


**6**

аккредитаций Association  
of MBA's

# ЛИЦЕНЗИЯ И АККРЕДИТАЦИИ

Университет «Синергия» осуществляет свою деятельность на основании действующих лицензий и аккредитаций. Образовательные методики нашего Университета отмечены престижными наградами и аккредитацией международной ассоциации MBA.



Государственная лицензия на право ведения образовательной деятельности  
Свидетельство о государственной аккредитации  
Аккредитация Европейского фонда гарантий качества электронного обучения  
Аккредитация Международной ассоциации MBA

# ПРЕИМУЩЕСТВА НАШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ



6 международных аккредитаций Association of MBAs (AMBA)



Аккредитация РАБО (Российская ассоциация бизнес-образования)



Преподаватели-практики: признанные российские и зарубежные эксперты и бизнес-тренеры



Более 450 эксклюзивных бизнес-программ и авторских тренингов



Более 10 000 реализованных программ в открытом и корпоративном формате, в том числе и международных



Известные зарубежные партнеры, среди которых ведущие бизнес-школы Великобритании

# РУКОВОДСТВО УНИВЕРСИТЕТА



## РУБИН ЮРИЙ БОРИСОВИЧ

Ректор Университета

- Почетный работник высшего профессионального образования РФ
- Доктор экономических наук, профессор
- Председатель Национальной ассоциации обучения предпринимательству (РАОП)
- Член Международной академии наук высшей школы
- Член совета директоров Европейского фонда гарантий качества электронного обучения E-learning
- Член-корреспондент Российской академии образования (РАО)



## ЛОБОВ ВАДИМ ГЕОРГИЕВИЧ

Исполнительный директор

- Кандидат экономических наук, заведующий кафедрой Менеджмента в образовании
- Автор ряда работ в сфере методологии бизнеса и маркетинга
- Лауреат премии Русского биографического института «Человек года-2010» в номинации «Высшая школа»
- Основатель образовательного холдинга «Синергия»: Университет «Синергия», Школа Бизнеса «Синергия», издательский дом «Синергия Пресс», телеканал «Синергия ТВ»