

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ТАМБОВСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ Г.Р. ДЕРЖАВИНА»**

**Центр дополнительных услуг Института экономики, управления и сервиса  
Кафедра менеджмента, маркетинга и рекламы**

**Аннотация дополнительной образовательной программы  
«Эффективный самоменеджмент»**

**Вид:** дополнительное образование

**Подвид:** дополнительное образование детей и взрослых

**Программа:** общеразвивающая программа

**Объем:** 58 часов

**Форма(ы) обучения:** очная, очно-заочная, с применением дистанционных образовательных технологий

**Цель программы:** Получить слушателями знания и навыки эффективного самоменеджмента.

**Программа предназначена** для людей, заинтересованных повысить свою персональную эффективность, развивать свою карьеру.

**Методы обучения:** В ходе обучения используются интерактивные (активные) методы обучения, включая кейс-стади (ситуационные задачи), ролевые игры, работа в команде, презентация идей и др.

**Преподают программу:** д.э.н., профессор Абдукаримов В.И., имеющий опыт проведения тренингов в компаниях Кока-кола, ВАТ, в Фонде Евразия, Балтимор, Протек, Юнион и др.

Учебно-тематический план

<b>№ п/п</b>	<b>Наименование разделов и тем</b>	<b>Объем часов</b>
1.	Тема 1. Личное планирование и тайм-менеджмент	<b>8</b>
2.	Тема 2. Лидерство	<b>6</b>
3.	Тема 3 Создание и развитие эффективных команд	<b>6</b>
4.	Тема 4 Коммуникации в системе менеджмента	<b>8</b>
5.	Тема 5. Навыки влияния	<b>6</b>
6.	Тема 6 Организация и ведение эффективных совещаний	<b>6</b>
7.	Тема 7 Организация и ведение эффективных переговоров	<b>6</b>
8.	Тема 8. Организация и проведение эффективных презентаций	<b>6</b>
9.	Тема 9. Искусство «продавать» себя (презентация себя при трудоустройстве)	<b>6</b>
<b>Итого</b>		<b>58</b>

**Составитель(и) программы:** д.э.н., проф. Абдукаримов В.И.