

**Дополнительная образовательная программа повышения
квалификации**

**«САМОМЕНЕДЖМЕНТ: 5 ШАГОВ К ЛИЧНОЙ
ЭФФЕКТИВНОСТИ»**

Это авторская методика самоменеджмента, которая разработана и успешно апробирована более 10 лет Аракеловой И.В. Имеется автоматизированная программа методики.

В процессе изучения курса слушатели узнают:

- как повысить личную эффективность, учитывая личный биоритм.
- как определить свой индивидуальный рабочий стиль.
- конкретные правила, приемы и техники организации личного времени.
- как использовать информационные технологии для личного планирования.

Возможно дистанционное обучение.

Свои вопросы направляйте на адрес в разделе «Контакты». **Указать в теме письма: «5 шагов»**

**По окончании обучения выдается документ о повышении
квалификации.**

МЫ ЖДЁМ ВАС!
