SF EDUCATION
все об аналитике, финансах и бизнесе

SF Education

Саморазвитие

Спикер: Крышнева Кристина

Что такое саморазвитие?

Саморазвитие— это процесс постоянного улучшения своих навыков, знаний и личных качеств.



Почему саморазвитие важно для карьеры?

1. Адаптивность
2. Повышение квалификации
3. Самомотивация
4. Лидерские качества



SF EDUCATION
все об аналитике, финансах и бизнесе

Основные направления саморазвития

1. **Профессиональные навыки:**
   - Технические навыки
   - Управленческие навыки

2. **Мягкие навыки (soft skills):**
   - Коммуникация
   - Креативность и решение проблем

3. **Образование и обучение:**
   - Курсы и тренинги
   - Чтение и исследование

4. **Нетворкинг:**
   - Постройте профессиональные связи

5. **Здоровье и благополучие:**
   - Физическое здоровье
   - Ментальное здоровье

Как организовать процесс саморазвития?

1. Поставьте цели
2. Создайте план
3. Регулярно оценивайте прогресс
4. Ищите обратную связь
5. Будьте настойчивы



Резюме урока

- **Саморазвитие** — это ключевой элемент успешной карьеры.
- **Саморазвитие охватывает множество сфер** — от профессиональных навыков до личностного роста.



SF EDUCATION
все об аналитике, финансах и бизнесе

Литература по личностному росту

«7 навыков высокоэффективных людей», «Думай и богатей», «Сила воли. Как развить и укрепить», «Алхимик»

Литература по профессиональному развитию

«Карьера менеджера», «Работа как внутренняя игра», «Эссенциализм. Путь к простоте», «Правила мозга»

Литература по soft skills

«Эмоциональный интеллект», «Как завоевывать друзей и оказывать влияние на людей», «Дизайн-мышление в бизнесе»



SF EDUCATION
все об аналитике, финансах и бизнесе

Литература по управлению временем и продуктивности

«Магия утра», «На пределе. Неделя без жалоб», «Одно дело»

Литература по лидерству и управлению

«Лидер без титула», «Лидерство 2.0», «Пять пороков команды»

Литература по креативности и инновациям

«Большая магия. Творческая жизнь без страха», «Кради как художник», «Креативность на заказ»



Контакты



sf.education

https://t.me/sf_education

sf_education

https://seekingalpha.com/author/societe-financiers

https://vk.com/sfeducation

https://www.facebook.com/sfeducationru

https://www.youtube.com/c/SFEducationnew