| Необходимый навык | Какие есть рекомендации | Что буду использовать |
| --- | --- | --- |
| публичные выступления | Всегда давайте чёткое руководство к действию  Занимайтесь выступлениями  Тренируйте речевой аппарат  Изучайте темы выступления  Создавайте планы своих выступлений | Занимайтесь выступлениями  Тренируйте речевой аппарат |
| коммуникативность | 1. Воспринимайте любое общение как удовольствие, а не пытку 2. Будьте не просто собеседником, а инициатором 3. Избавьтесь от формальностей в общении 4. Работайте над своим артистизмом 5. Забудьте о пессимизме раз и навсегда 6. Не избегайте общения, если с вами идут на контакт | Не избегайте общения, если с вами идут на контакт  Забудьте о пессимизме раз и навсегда  Будьте не просто собеседником, а инициатором |
| убеждение и аргументация | Получать опыт в тех сферах, где нужен этот навык  заслужите признание среди аудитории  Будьте ответственны  Развивайте навык общения | Получать опыт в тех сферах, где нужен этот навык  заслужите признание среди аудитории  Будьте ответственны |
| тайм-менеджмент | Не откладывать задачи  Вести журнал задач  Использовать средства вознаграждения за работу  Развивать волю | Не откладывать задачи  Вести журнал задач  Использовать средства вознаграждения за работу  Развивать волю |
| креативное мышление | 1. Для активации творческого мышления «все средства хороши» 2. Научитесь расслабляться 3. Рассеянность внимания может быть плодотворной 4. Попробуйте «вернуться» в детство 5. Сделайте «коллаж» из своих мыслей 6. Будьте открыты для общения и новых знакомств 7. Не бойтесь потерпеть неудачу | Для активации творческого мышления «все средства хороши»  Сделайте «коллаж» из своих мыслей  Не бойтесь потерпеть неудачу  Научитесь расслабляться |