

КОММУНИКАБЕЛДҮҮЛҮК



Салам, коммуникабелдүүлүк- маанилүү softskillстин бири экенин билесиңби?

А көп сүйлөө – бул коммуникабелдүүлүкпү?



СЕГОДНЯ

Бул жаңы тааныштарды табуу жана ар түрдүү адамдар менен ар кандай темаларга сүйлөшө билүү жөндөмү.

Мисалы, бул көндүм төмөнкү кесип ээлерине керек:

- Сатуулар боюнча менеджерге
- Психологго
- Журналистке

О, кызык экен!

Facebookтун негиздөөчүсү Марк Цукерберг: “Коммуникабелдүүлүктү жана коммуникациялык инфраструктураны артыкчылыктуу кылуу биздин пландарыбызда” деп айткан..

Сонун цитата.

Айтмакчы, төмөнкү QR-код боюнча өтсө, ал жакта коммуникабелдүүлүк жөнүндө маалымат бар



СТРЕССКЕ ТУРУКТУУЛУК



Жакында бүтүрүү экзамендери. Ушуга абдан сарсаңаа болуп жатам, стрессти кантип жеңүүнү билбей жатам

Менде деле ушундай эле кырдаал. Стресске туруктуулукту өнүктүрсө болорун билет белең?



СЕГОДНЯ

Стресске туруктуулук – бул, стресстик кырдаалда эмоционалдык токтоолукту сактап, ар кандай кыйынчылыктарды жеңип өтүүгө аракеттенүү.

Стресске туруктуулукту эмне жогорулатат:

- Позитивдүү маанай
- Сергек жашоо мүнөзү
- Иштерди пландаштыруу
- Авралдык жагдайларды болтурбоого аракеттенүү

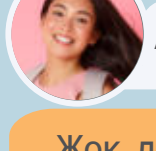
Укмуш, бул көндүм ар кандай татаал кырдаалда жана ар кандай кесипте керек болот.

“Эгер жашоонун бардык чакырыктарына чыгармачылык менен караса, анда ал кызыктуу боло баштайт”

(Билл Гейтс).



ТАЙМ-МЕНЕДЖМЕНТ



Англис тили боюнча тапшырманы аткардыңбы?

Жок, дайыма эле жумушту өз убагында бүтүрүүгө жетишпейм.



Сенин тайм-менеджмент менен көйгөйүң бар экен. Эйзенхауэрдин матрицасын колдонуп көрсөң.



Тайм-менеджмент төмөнкүлөргө керек:

- Долбоордук менеджерлерге
- Аудиторлорго жана финансисттерге
- Инженерлерге жана Логисттерге

Тайм-менеджмент-убакытты башкаруу илими! Бардык ийгиликтүү адамдар абдан продуктивдүү: алар көп иштеп жана көп нерсеге жетишишет!

“-Сен эмнени каалайсың?
-Мен убакытты өлтүргүм келет
-Убакыт, аны өлтүргөндү жаман көрөт”

(Льюис Кэрролл).
Алиса кереметтер дүйнөсүндө



КРИТИКАЛЫК ОЙ ЖҮГҮРТҮҮ



1 Маалыматты талда

2 Себеп-натыйжалаш байланыштарды аныкта

3 Жыйынтык жаса

4 Өзүңдүн ойлорунду диалогдо көрсөт

Критикалык ой жүгүртүү кимге керек болушу мүмкүн?

- Программисттерге
- Тергөөчүлөргө
- Нанотехнологдорго

«Бөтөндөрдүн пикирлеринин ызычуусу Сиздин ички үнүңүздү басып салуусуна жол бербейт, себеби ички үнүңүз эмнегедир Сиздин эмне кылыш керек экениңизди билет»

(Стив Джобс).



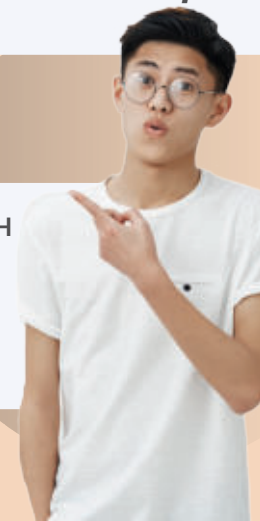
ӨЗҮН ӨНҮКТҮРҮҮ



Сонун сүйлөштүк! Бири-бирибизден көп маалымат алдык. Айтмакчы, бул төмөнкүдөй аталат:

“Өзүн өнүктүрүү”-өзүңдүн үстүңдөн үзгүлтүксүз иштөө, жашоонун бардык чөйрөсүн өркүндөтүү жана инсанга керек болгон сапаттарды түзүү.

Ооба, сеники туура! Себеби дайыма өзүн өнүктүрүү менен алектенген адамдар, кесипкөй катары бааланышат жана карьерасында каалаган бийиктиктерге жетишишет.



«Эгер баласы атасынан ашпаса - акыр заман келет» деген лакап бар. Ошентип силер бизден аштыңар, а урпактарыңар силерден ашат, ошондуктан акыр заман келбейт»

(Аалы Токомбаев).

