

Содержание

ВВЕДЕНИЕ

Раздел 1. ОСНОВЫ ПЕРСОНАЛЬНОГО МЕНЕДЖМЕНТА

Тема 1. Сущность и содержание персонального менеджмента

- 1.1. Тест «Умение управлять самим собой»
- 1.2. Тест «Организованный ли Вы человек?»
- 1.3. Тест «Умение управлять своим Я-образом»
- 1.4. Ситуации

Раздел 2. УПРАВЛЕНИЕ ЛИЧНОЙ КАРЬЕРОЙ

Тема 2. Определение жизненных целей

- 2.1. Тест «Как определить Ваши жизненные цели?»
- 2.2. Тест «Целеустремленный ли Вы человек?»
- 2.3. Тест «Упорство в достижении цели» [I, с. 155]
- 2.4. Ситуации

Тема 3. Выбор карьеры

- 3.1. Тест «Каков Ваш характер?»
- 3.2. Тест «Определение типа характера»
- 3.3. Тест «Ваши профессиональные склонности»
- 3.4. Тест «Соответствие основных черт личности профессии менеджера» [36, с. 23]
- 3.5. Тест «Существуют ли у Вас качества, способствующие карьере руководителя?» [9, с. 242]
- 3.6. Ситуации

Тема 4. Технология поиска и получения работы

- 4.1. Тест «Как искать работу?»
- 4.2. Тест «Поиск путей того, как стать миллионером»
- 4.3. Тест «Стремление к успеху или страх неудачи в поиске новой работы» [33, с. 134]
- 4.4. Тест «Склонности и черты характера, влияющие на поиск работы»

[27, с. 142]

4.5. Ситуации

Тема 5. Факторы успеха на новой работе

5.1. Тест «Коммуникативность и адаптация работника в коллективе»

5.2. Тест «Определение степени мотивации личности к успеху в работе»

5.3. Тест «Авторитет работника в коллективе»

5.4. Тест «Какой Вы коллега?»

5.5. Тест «Оценка инициативности на новой работе» [36, с. 72]

5.6. Тест «Готовы ли Вы к решению проблем на новой работе?» [1, с. 188]

5.7. Тест «Уважают ли Вас коллеги?» [14, с. 52]

5.8. Тест «Можете ли Вы добиться успеха на новой работе?»

5.9. Ситуации

Раздел 3. УПРАВЛЕНИЕ СОБСТВЕННЫМ ВРЕМЕНЕМ

Тема 6. Время руководителя и эффективность его использования

6.1. Тест «Обладаете ли Вы чувством времени?»

6.2. Тест «Умеете ли Вы ценить время?»

6.3. Тест «Что мешает Вам эффективно управлять своим временем?»

6.4. Тест «Управляете ли Вы своим временем?» [38, с. 266]

6.5. Тест «Умение использовать рабочее и личное время» [26, с. 69]

6.6. Тест «Как Вы распределяете свое время?» [44]

6.7. Ситуации

Тема 7. Планирование личной работы руководителя

7.1. Тест «Насколько хорошо Вы справляетесь со своей работой?»

7.2. Тест «Оценка системы планирования личной работы»

7.3. Тест «Как влияют непредвиденные ситуации на планирование Вашей работы?» [10, с. 74]

7.4. Тест «Оценка уровня планирования работы» [45]

7.5. Тест «Оценка эффективности планирования труда и отдыха» [37, с.

315]

7.6. Ситуации

Раздел 4. ПРИНЯТИЕ РЕШЕНИЙ И ДЕЛЕГИРОВАНИЕ ПОЛНОМОЧИЙ

Тема 8. Принятие решений

8.1.Тест «Легко ли Вас переубедить?»

8.2.Тест «Принятие решений»

8.3.Тест «Умение принимать решения с учетом прежних ошибок» [3, с. 47]

8.4.Ситуации

Тема 9. Делегирование полномочий

9.1.Тест «Как Вы справляетесь с делегированием?»

9.2.Тест «Умеете ли Вы принимать рациональные решения?» [44]

9.3.Тест «Необходимо ли Вам применять методы делегирования?» [35, с. 115]

9.4.Тест «Ваш стиль делегирования при работе с документами» [10, с. 205]

9.5. Ситуации

Раздел 5. РАБОЧЕЕ МЕСТО И ИНФОРМАЦИОННОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ РАБОТЫ РУКОВОДИТЕЛЯ

Тема 10. Рабочее место руководителя

10.1.Тест «Как Вы справляетесь с бумажным потоком?»

10.2.Тест «Оценка технического оснащения рабочего места»

10.3.Тест «Умеете ли Вы организовать свое рабочее место?».

10.4.Ситуации

Тема 11- Информационное обеспечение работы менеджера

11.1.Тест «Способны ли Вы концентрировать внимание (метод Мюнстеберга)»

11.2.Тест «Методы повышения Вашего внимания»

11.3.Тест «Способность переключать внимание» [10, с. 15]

11.4.Тест «Оценка Вашей памяти на образы» [3, с. 15]

11.5.Ситуации

Тема 12. Пути рационализации личного труда руководителя

12.1. Тест «Память как составляющая рационализации труда руководителя»

12.2.Тест «Оценка эффективности ведения телефонных разговоров»

12.3.Ситуации

Раздел 6. КОММУНИКАЦИИ В РАБОТЕ МЕНЕДЖЕРА

Тема 13. Искусство убеждения

13.1.Тест «Поддаетесь ли Вы внушению?»

13.2.Тест «Уровень владения невербальными компонентами в процессе делового общения»

13.3.Тест «Умеете ли Вы убеждать других?»

13.4.Тест «Какова Ваша сила убеждения в переговорах?»

13.5.Тест «Умеете ли Вы влиять на других?»

13.6.Тест «Каков Ваш потенциал в принятии нестандартных решений?»

13.7.Ситуации

Тема 14. Публичное выступление

14.1.Тест «Ваш стиль публичных выступлений»

14.2.Тест «Какой Вы лектор?»

14.3.Тест «Умение излагать свои мысли»

14.4.Ситуации

Тема 15. Деловое общение

15.1.Тест «Какова Ваша тактика ведения деловых переговоров»

15.2.Тест «Самооценка делового общения»

15.3.Тест «Ваш уровень общительности»

15.4.Тест «Стиль делового общения»

15.5.Тест «Оценка Вашего поведения на деловых переговорах».

15.6.Тест «Определение причин трудностей в общении с подчиненными»

15.7. Ситуации

Тема 16. Эффективная подготовка собраний и совещаний

16.1.Тест «Умение вести деловые совещания»

16.2.Тест «Как расставить стулья к совещанию?»

16.3.Тест «Конструктивное поведение в процессе переговоров»

16.4.Ситуации

Тема 17. Секретарь руководителя

17.1.Тест «Оценка коммуникативности секретаря» [5, с. 376]...

17.2.Тест «Оценка эффективности взаимоотношений руководителя и секретаря»

17.3.Тест «Каковы психологические качества секретаря»

17.4.Тест «Коммуникативные и организаторские способности секретаря»

17.5.Ситуации

Раздел 7. РАБОТОСПОСОБНОСТЬ И ЛИЧНЫЙ САМОКОНТРОЛЬ В ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МЕНЕДЖЕРА

Тема 18. Самоорганизация здоровья руководителя

18.1.Тест «Ваш ежедневный рацион»

18.2.Тест «Как Вы беспокоитесь о своем здоровье»

18.3.Тест «Умеете ли Вы вести здоровый образ жизни и производительно работать?»

18.4.Тест «Здоровы ли Вы физически?»

18.5.Тест «Рациональное питание»

18.6.Ситуации

Тема 19. Эмоционально-волевые резервы работоспособности

19.1.Тест «Волевой ли Вы человек?»

19.2.Тест «Какой Ваш внутренний ориентир в работе?»

19.3.Тест «Какова Ваша степень уверенности в себе?»

19.4.Тест «Умеете ли Вы управлять эмоциями?»

19.5.Ситуации

Тема 20. Гигиена умственного труда и психологическая подготовка к работе

20.1.Тест «Что мешает Вам бросить курить?»

20.2.Тест «В порядке ли у Вас нервная система?»

20.3.Тест «Умение преодолевать стрессовые ситуации»

20.4.Тест «Ваше психологическое состояние на данный период жизни»

20.5.Тест «Определение пика Вашей работоспособности»

20.6.Ситуации

Тема 21. Имидж менеджера

21.1.Тест «Формирование имиджа женщины-руководителя»...

21.2.Тест «Каков Ваш стиль руководства?»

21.3.Тест «Соблюдение этикета и формирование имиджа в процессе телефонных переговоров»

21.4.Тест «Обаятельны ли Вы?»

21.5.Тест «Какое впечатление Вы производите на людей?»

21.6.Ситуации

Тема 22. Личный самоконтроль процессов и результатов деятельности.

22.1.Тест «Умеете ли Вы контролировать самого себя?»

22.2.Тест «Оценка системы личной работы»

22.3.Тест «Эффективность управления самим собой»

22.4.Тест «Неэффективный самоконтроль деятельности»

22.5.Ситуации

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

Приложение. ПРИМЕРНЫЙ ПЕРЕЧЕНЬ ТЕМ КУРСОВЫХ И ДИПЛОМНЫХ РАБОТ (ПРОЕКТОВ)