



SELF- MANAGEMENT

Алещенко Людмила Олександрівна



Метою вивчення дисципліни

є оволодіння теоретичними знаннями та практичними навичками з питань самоуправління, особистісного розвитку, організації особистої праці, формуванні індивідуальних особливостей та поведінкових навичок для досягнення успіху в особистому житті, навчанні та професійній діяльності.





Предметом вивчення дисципліни

є процес саморозвитку особистості шляхом самомотивації, планування, ухвалення рішень, організації власної діяльності та самоконтролю.

Ключові слова:

*self- менеджмент;
тайм менеджмент,
менеджмент особистих обмежень;
кар'єрний менеджмент;
ресурс-менеджмент;
ресурси self-менеджменту;
стрес-менеджмент;
управління конфліктами;
управління комунікаціями;
управління часом;
функції self- менеджменту.*





Зміст курсу:

1

Теоретичні аспекти self-менеджменту.

2

Самоорганізування часу (тайм-менеджмент).

3

Self- менеджмент як рівень саморозвитку. Цілепокладання.

4

Раціональна організація робочого місця.

5

Self- менеджмент у структурі людського капіталу.



Зміст курсу:

6

Технології self-менеджменту у вирішенні конфліктів.

7

Самоорганізування у стресових ситуаціях (стрес-менеджмент).

8

Уміння працювати в команді.

9

Self-проектування та Self-презентація.

10

Оцінка та розвиток комунікативних здібностей людини як умова професійного self-менеджменту.



Дякую за увагу!!!

