

« »

[]	
[7]	
[3]	
[11]	
[2]	
[8]	
[10]	
[9]	
[6]	
[1]	

[3],

« ... » (.1).
 [9, .3].
 « ... » (.2).

2

		?	
[7]		;	
[2]			,
[9]		,	
[10]			,
[3]			
[11]			,
[8]			
[6]			
[1]			

[2, 7, 9, 10]

« ... »
 [3]
 [1] , [6, 8, 11] « ... »
 ;

Модель качеств менеджера: «Умение управлять самим собой»

<p>Способность формулировать жизненные цели</p>	<p>Личная организованность</p>	<p>Самодисциплина</p>	<p>Знание техники личной работы</p>	<p>Самоорганизация личного здоровья</p>	<p>Эмоциональный потенциал</p>	<p>Самоконтроль личной жизнедеятельности</p>
<ol style="list-style-type: none"> Способность познать самого себя. Умение формулировать свои жизненные цели. Умение принимать решения. Умение планировать карьеру. 	<ol style="list-style-type: none"> Использование системного подхода. Умение ценить и эффективно использовать время. Умение сосредоточиться на главном. Умение все делать по порядку. Умение не упускать из виду мелочей. Умение учитывать и анализировать затраты времени. 	<ol style="list-style-type: none"> Обязательность, способность держать слово. Пунктуальность, точность исполнения. Собранность, умение не разбрасываться. Наличие чувства ответственности. Умение отказываться от удовольствий ради главного. 	<ol style="list-style-type: none"> Умение организовать рабочее место. Умение пользоваться организационной и вычислительной техникой. Умение работать с информацией. Умение составлять документы. Умение говорить по телефону. Умение слушать. Умение планировать свои дела. Знание методов рационализации личного труда. Умение пользоваться записной книжкой. Знание технологий коммуникаций. Умение найти и получить работу. Умение адаптироваться. 	<ol style="list-style-type: none"> Физические нагрузки. Правильное питание. Сон. Дыхание. Водные процедуры. Закаливание. Борьба с шумом. Тренированность нервной системы. Умение расслабляться. Отказ от вредных привычек. Режимы труда и отдыха. 	<ol style="list-style-type: none"> Воля. Трудолюбие. Целеустремленность. Решительность. Напористость. Умение заинтересовать, мотивировать себя. Оптимизм и жизнелюбность. Увлеченность работой. Преданность работе и коллективу. Семейное благополучие. Уверенность в самом себе. Психологическая подготовка к работе. 	<ol style="list-style-type: none"> Знание функций самоконтроля. Контроль процессов. Контроль времени. Контроль результатов. Самоконтроль дня. Умение создавать и контролировать собственный ритм.

1 уровень

2 уровень

. 1. : < >

2. . — .: ,1993. — 129 .
3. [. . .]. — .: ,1991. — 320 .
4. . — .: - ,1999. — 662 .
5. :[. . . .] / . . . — .: ,1999. — 495 .
6. // . . . —2006. — 4. — .7-12.
7. / . . . : . . . — .: - ,1995. — 267 .
8. . — 1994. — 3. — .103-106.
9. . . . :[. . . .] / . . . —2-
10. . — .: ,2002. — 360 .
10. :[. . .] / . . . —2- . — .: - ,2004. — 622 .
11. :[. . .] — :http://mirslovarei.com/content_eco/SAMOMENEDZHMENT-32552.html