

Тренинг «Самоменеджмент».

(18 учебных часов – 2 дня)

Современный успешный руководитель характеризуется способностью грамотной постановки задач развития как перед возглавляемым им предприятием, подразделением, так и перед своими подчинёнными, перед самим собой. Одним из важнейших аспектов организации деятельности является правильное управление временем как ресурсом, что невозможно без целостной системы планирования и целеполагания.

Тренинг направлен на развитие у руководителей навыков постановки целей и ориентации на результативную деятельность. Опыт, полученный на тренинге, способствует повышению включенности в достижение совместных целей. В процессе прохождения процедуры тренинга осуществляется формирование навыков декомпозиции целей и проработки мероприятий, направленных на выполнение задач. Также на тренинге уделяется внимание развитию навыков планирования и рационального использования времени, повышению адекватности расчета необходимых ресурсов для выполнения задач, устранению помех в достижении целей и умению использовать внешний ресурс деятельности руководителя.

Особое внимание уделяется процессу самоорганизации и преодолению конфликтов целей.

В программе тренинга:

- Общие принципы организации собственной деятельности.
- Основные элементы самоорганизации. Этапы деятельности по построению системы самоорганизации.
- Основные принципы организации деятельности руководителя.
- Психология времени. Особенности восприятия времени. Принципы управления временем. Время как ресурс.
- Внутренние психологические аспекты управления временем.
- Навыки анализа эффективности затрат времени.
- Планирование как инструмент управления временем.
- Целеполагание. Правила формирования цели. Анализ целей. Разработка программы достижения цели.
- Контроль достижений и процесса деятельности.
- Управление эмоциональными состояниями. Саморегуляция.
- Организация рабочего пространства.
- Основные принципы работы с документами. Организация документооборота руководителя.
- Методы повышения эффективности коммуникации и сокращения потерь времени на несодержательную коммуникацию.