

# Инструменты эффективного управления, повышения личной эффективности и профилактики профессионального выгорания

«Неважно сколько у Вас ресурсов. Если Вы не умеете правильно их использовать, их у Вас никогда не будет достаточно». Программа направлена на помощь специалистам и руководителям в сфере ГМУ в повышении личной эффективности и оптимизации взаимодействия с персоналом, в поиске мотивационных инструментов и способов, повышающих результативность работы. Программа будет интересна как молодым руководителям (для получения новых управленческих инструментов), так и руководителям с опытом (в целях расширения кругозора и развития управленческих знаний и умений), а также специалистам из числа кадрового резерва перспективных руководителей.

**Дата проведения:** Открытая дата

**Вид обучения:** Курс повышения квалификации

**Формат обучения:** Дневной

**Срок обучения:** 3 дня

**Продолжительность обучения:** 24 часа

**Место проведения:** г. Санкт-Петербург, Лиговский проспект, 26бс1, Бизнес Центр Премьер Лига (3 очередь), 4 этаж, из лифта направо. Станции метро «Московские ворота», «Технологический институт», «Обводный канал».

**Для участников предусмотрено:**

Методический материал, кофе-паузы.

**Документ по окончании обучения:** По итогам обучения слушатели, успешно прошедшие итоговую аттестацию по программе обучения, получают Удостоверение о повышении квалификации в объеме 24 часов (в соответствии с лицензией на право ведения образовательной деятельности, выданной Департаментом образования и науки города Москвы).

## Для кого предназначен

Руководителей организаций и структурных подразделений в сфере государственного и муниципального управления.

## Цель обучения

Дать участникам управленческие и HR-инструменты, направленные на оптимизацию работы; помочь слушателям дополнить управленческий практический инструментарий приемами, способами и методами, повышающими эффективность их деятельности и, как следствие, повышающих их авторитет у коллег и подчиненных; помочь действующим и перспективным руководителям повысить собственную мотивацию, развить позитивное мышление и уверенность в себе, и как следствие, профилактировать профессиональное выгорание.

## Особенности программы

Важным итогом программы является наработка материала для повышения личной эффективности и формирования представления участников о доступных мерах оптимизации необходимых в работе руководителя ресурсов, в том числе, человеческого ресурса, временного ресурса и др.

Это мероприятие можно заказать в корпоративном формате (обучение сотрудников одной компании).

# Программа обучения

## **Пирамида управления в-организации.**

- Роль, место, значимость и-основные компетенции руководителей разного уровня в-общей системе управления организацией.
- Имидж руководителей разного уровня.
- Составляющие имиджа.
- Факторы, влияющие на-формирование имиджа.
- Что поможет руководителю улучшить имидж и-что значительно его ухудшает?

## **Мотивация к-труду и-развитию, управление активностью сотрудников.**

- Необходимые знания для развития навыков определения мотивации подчиненных. Мотивационные типы сотрудников.
- Базовые, нейтральные и-запрещенные формы стимулирования.
- Что на-самом деле движет нашими сотрудниками?
- Управление факторами, влияющими на-мотивацию и-сплоченность команды.
- Социально-психологические аспекты управления и-мотивации.
- Эффективное взаимодействие с-сотрудниками различного возраста, темперамента и-социального статуса.
- Построение мотивационного профиля сотрудника.
- Определение карьерных ориентаций.

## **Развитие лидерских качеств.**

- Лидерство и-лидерский потенциал.
- Основополагающие навыки и-качества лидера.
- Типы лидерства.
- Распознавание и-противодействие внутригрупповым манипуляциям.
- Эмоциональное и-экспрессивное управление.
- Определение лидерского стиля руководителя. «Колесо» лидерских качеств и-умений.

## **Ситуационное лидерство.**

- Выбор наиболее эффективных стилей и-инструментов управления в-зависимости от-уровня подготовки и-внутренней мотивации исполнителей.
- Различные типы подчиненных и-руководителей.
- Как выбрать правильный стиль управления?
- Анализ управленческих ошибок руководителей.

## **Самотивация.**

- Активизация представлений о-сущности самотивации и-её-механизмах.
- Факторы самотивации.
- Пирамида жизненных целей.
- Колесо жизненного баланса.
- Почему достигнутые цели не-всегда приносят удовлетворение?
- Внутренняя мотивация к-достижению целей.

## **Целеполагание в-личном планировании.**

- Значимость выбора «правильной цели» в-работе руководителя.
- Диагностика проблем целеполагания.
- Построение иерархии ценностей каждого участника.
- Активизация осознанных представлений о-собственных целях.
- Частые ошибки, допускаемые при формулировке целей.

## **Цикл управления.**

- Основные этапы и-функции управления.
- Ключевые компетенции руководителя на-каждом этапе.
- На-что необходимо обратить внимание при построении работы структурного подразделения и-организации в-целом?

## **Планирование и-эффективное обращение со-временем.**

- Time-менеджмент руководителя— основа правильного планирования: начать «с-себя»! Факторы и-причины не-эффективного использования времени.
- «Поглотители» времени и-слишком масштабные задачи.
- Основные правила распределения невозможного временного ресурса.
- Составление матрицы эффективного планирования.

## **Постановка задачи и-получение обратной связи.**

- Принципы и-методы эффективной формулировки и-постановки задач.
- Постановка «умной» задачи.
- Отработка навыков донесения информации до-подчиненных.
- Виды осуществления контроля и-получения обратной связи от-подчиненного.

#### **Делегирование.**

- Основные правила и-приемы делегирования.
- Что можно и-нельзя делегировать.
- Наиболее распространённые ошибки при делегировании полномочий.
- Правила получения обратной связи от-подчиненных.
- Делегирование, как инструмент оптимизации загруженности руководителя.
- Кадровые технологии— основа успешного делегирования.

#### **Управление конфликтами.**

- Сущность и-природа конфликта.
- Типы поведения в-конфликте.
- Способы урегулирования и-профилактика конфликтных ситуаций.
- Определение типов конфликтного поведения.
- Взаимодействие в-конфликтных ситуациях, типы темпераментов.
- Конфликтогены: сущность и-профилактика.
- Являетесь-ли Вы-источником конфликтогенов?
- Выявление неосознаваемых аспектов в-организации трудовой деятельности. Подчиненные «телики» и-«парателики».
- Реактивный и-проактивный типы мышления.
- Развитие проактивности.
- Рефрейминг как управленческий инструмент.

#### **Уверенность в-себе.**

- Научные представления уверенности.
- Характеристики уверенной в-себе личности.
- Развитие навыков дифференциации уверенного, неуверенного, агрессивного поведения.
- Вербальные и-невербальные аспекты уверенного поведения.

#### **Самопрезентация руководителя.**

- Правила, инструменты и-условия эффективной самопрезентации.
- Проблемные ситуации в-сфере.
- Самопрезентации.
- Самомониторинг, уровень коммуникативного контроля.
- Типы тактик самопрезентации.

#### **Позитивное мышление руководителя.**

- Роль и-значимость позитивного мышления, как важное условие удачной самопрезентации. Типы мышления и-их-признаки.
- Развитие навыков саногенного мышления.

#### **Психологические и-ментальные ловушки.**

- Механизм формирования стереотипов мышления.
- Понятие и-сущности ловушек, их-виды и-особенности.
- Бессознательная «слепота».
- Что делать если вы-попали в-ловушку?

#### **Эмоциональный интеллект руководителя.**

- Сущность и-структура эмоционального интеллекта.
- Мифы об-эмоциональном интеллекте.

#### **Чувства и-эмоции в-управленческой практике: зло или польза?**

- Каким образом развитие эмоционального интеллекта может повысить эффективность управления?
- Эмоции в-профессиональной и-личной жизни.
- Управление эмоциями.

#### **Манипуляции.**

- Виды и-техники манипулирования.
- Как часто мы-сталкиваемся с-манипуляциями в-личной и-профессиональной сфере? Контрманипуляции, техники отражения манипуляций и-противостояния манипуляциям. Отработка навыков уверенного отказа.

### **Убеждение и-аргументация.**

- Формирование представлений о-сущности убеждения и-аргументации.
- Работа с-возражениями, причины и-виды возражений.
- Виды и-структура аргумента.
- «Золотые правила» эффективных аргументов.
- Правила постановки «правильных» вопросов.
- Формирование представлений о-своих сильных и-слабых сторонах как аргументатора.

### **Стресс и-профессиональное выгорание.**

- Признаки и-уровни стресса.
- Стратегии поведения в-стрессовой ситуации.
- Мифы и-правда о-стрессе.
- Этапы профвыгорания и-их-последствия.
- Работа с-профессиональным выгоранием.
- Управление стрессом.
- Эмоциональное регулирование.

### **Ресурсное состояние.**

- Что такое ресурсное состояние и-внутренние ресурсы?
- Изучение способов и-приемов формирования ресурсного состояния.
- Понятие «Мой личный капитал».

### **«Острые» ситуации взаимодействия с-подчиненными и-коллегами.**

- Донесение «острой» информации до-подчиненных (увольнение, сокращение).
- Техники манипуляций и-ассертивного поведения при увольнении и-деловых переговорах.

### **Неформальные лидеры в-коллективе.**

- Типы неформальных лидеров.
- Способы выявления действующих и-потенциальных неформальных лидеров в-коллективе. Способы взаимодействия с-неформальными лидерами.
- Профилактика слухов.
- Управление слухами в-организации.

### **Оптимизация HR-процессов в-организации.**

- Внутренняя ротация кадров.
- Правила перестановки кадров: социально-психологические аспекты. Формирование внутреннего и-внешнего кадрового резерва сотрудников.
- Формирование системы преемственности поколений и-передачи профессионального опыта. Взаимосвязь системы мотивации и-инструментов оценки сотрудников.
- Значимость эффективной оценки для достижения целей организации.
- Оптимизация систем подбора, адаптации и-развития сотрудников в-компании.

# Преподаватели

## **БУРМИСТРОВА Наталья Олеговна**

Бизнес-тренер, психолог, HR-эксперт, методолог технологий управления и HR-технологий по оценке, мотивации и развитию персонала, автор книг и учебников по вопросам оптимизации и повышения эффективности HR-процессов. Опыт работы в области управления и работы с персоналом более 18 лет.

### **Сфера профессиональных компетенций:**

- Развитие управленческих навыков руководителей.
- Управление персоналом: оценка, адаптация, мотивация, развитие.
- Новейшие инструменты мотивации и стимулирования персонал. Нематериальная мотивация.
- Системная работа с дефицитными специалистами и кадровым резервом.
- Преемственность, сохранение знаний, наставничество на предприятии.
- Корпоративная культура.
- Психология труда. Конфликтология.

**Образование:**

- Восточно-Европейский Институт психоанализа, Психология. Психоанализ.
- Межрегиональный институт экономики и права при Межпарламентской ассамблее ЕврАзЭС, Психология.
- Уральская Государственная архитектурно-художественная академия (Институт Урбанистики), Экономика и управление на предприятии.
- Краснодарский многопрофильный институт дополнительного образования, Преподаватель профессионального образования.
- Санкт-Петербургский национальный исследовательский университет информационных технологий, механики и оптики, Инновационный менеджмент.
- Уральский Государственный университет им. А.М. Горького, Менеджмент в образовании.

**Опыт работы:**

- Работа в области управления персоналом (производственное предприятие) – с 2005 г.
- Руководитель в области развития персонала - с 2007 г.
- Проектная работа в области управления и развития персонала в сотрудничестве с предприятиями и организациями в различных отраслях – с 2012 г.
- Автор и лектор курсов повышения квалификации для руководителей и специалистов в области управления персоналом – с 2013 г.