

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

Кафедра економіки та менеджменту

Павленчик Н. Ф., Стахів І. М.

ТЕМИ СЕМІНАРСЬКИХ ЗАНЯТЬ

з навчальної дисципліни

„Самоменеджмент та ефективне лідерство”

Семінарське заняття 1.

Тема 1. Теоретичні основи самоменеджменту.

Запитання для обговорення

1. Сутність і призначення самоменеджменту.
2. Основні концепції самоменеджменту, напрями
 - управління часом,
 - стрес-менеджмент,
 - кар'єрний менеджмент,
 - менеджмент особистих обмежень,
 - управління конфліктами,
 - управління саморозвитком,
 - управління комунікаціями,
 - командний менеджмент,

-менеджмент справляння враження,

-ресурс-менеджмент).

3. Функції самоменеджменту.

Семінарське заняття 2.

Тема 2. Управління ресурсом часу. Управління ресурсом активності

та працездатності.

Запитання для обговорення

1. Сутність ресурсу часу.
2. Методи аналізу витрачання часу.
3. Методи управління часом.
4. Поняття ресурсу активності та працездатності.
5. Методи управління ресурсом активності та працездатності.
6. Психогігієна та збереження психічного здоров'я особистості.

Семінарське заняття 3.

Тема 3. Управління ресурсом платоспроможності. Управління ресурсом освіченості.

Запитання для обговорення

1. Поняття ресурсу платоспроможності.
2. Методи управління ресурсом платоспроможності.
3. Поняття ресурсу освіченості та освітнього потенціалу особистості.
4. Методи управління ресурсом освіченості.

5. Кар'єрний потенціал особистості.

Семінарське заняття 4.

Тема 4. Лідерство як елемент процесу розвитку особистості менеджера

Запитання для обговорення

1. Поняття та сутність лідерства.
2. Структура лідерства.
3. Типологія лідерства.
4. Класичні та сучасні теорії лідерства.

Семінарське заняття 5.

Тема 5. Розвиток лідерства

Запитання для обговорення

1. Діагностика лідерства.
2. Розвиток лідерських компетентностей.
3. Застосування тренінгових методів розвитку лідерства.