

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

Кафедра економіки та менеджменту

ЕКЗАМЕНАЦІЙНІ ВИМОГИ

з навчальної дисципліни

„Самоменеджмент та ефективне лідерство”

галузь знань 07 „Управління та адміністрування”

спеціальність 073 „Менеджмент”

факультет туризму

рівень освіти – магістр

©проф. Павленчик Н.Ф. ©, канд. екон. наук Стахів І.М.

Питання

1. Розкрийте сутність самоменеджменту та його цілі.
2. Дайте загальну характеристику сучасним науковим поглядам на сутність самоменеджменту.
3. Розкрийте сутність основних складників самоменеджменту.
4. У чому полягає концептуальний підхід до самоменеджменту Л. Зайверта?
5. Розкрийте сутність концепції М. Вудкока та Д. Френсіса.
6. Розкрийте сутність концепції самоменеджменту Б. і Х. Швальбе.
7. Розкрийте сутність концепції самоменеджменту В. Андрєєва.
8. Розкрийте сутність концепції самоменеджменту О. Хроленко.
9. Розкрийте сутність сучасних концепцій самоменеджменту.
10. Назвіть основні функції самоменеджменту.
11. Розкрийте сутність поняття ресурсу активності й працездатності та його місце в житті сучасної людини.

12. Наведіть приклади негативних чинників впливу на ресурс активності та працездатності.

13. Розкрийте сутність здорового способу життя як основного критерію ефективності використання ресурсу активності та працездатності.

14. У чому полягає розвиток навичок здорового способу життя?

15. Розкрийте сутність поняття "психогігієна" та її роль у забезпеченні здорового способу життя.

16. Ознаки психогігієнічної компетентності особистості.

17. Розкрийте сутність стресу та напрямів боротьби з ним.

18. Які помилки мислення стимулюють появу стресу?

19. Охарактеризуйте сутність заходів з профілактики професійного вигорання.

20. З яких етапів складається методика управління ресурсом активності та працездатності?

21. Розкрийте сутність поняття ресурсу платоспроможності.

22. У чому полягає фінансове планування життя?

23. Що таке "бюджет сім'ї"?

24. Назвіть основні види доходів особистості, сім'ї.

25. Назвіть основні види витрат особистості, сім'ї.

26. Перерахуйте основні методи управління ресурсом платоспроможності.

27. Якими способами можна здійснювати контроль фінансових потоків?

28. Охарактеризуйте принципи створення та збереження заощаджень.

29. Розкрийте зміст особистого фінансового ризик-менеджменту.

30. Визначте переваги та недоліки різних варіантів вкладення грошей.

31. Розкрийте сутність понять "освіченість" і "компетентність".

32. Охарактеризуйте освіченість як стратегічну перевагу особистості на ринку праці.

33. Як здійснювати самоконтроль компетентності?

34. Розкрийте сутність методів удосконалення пізнавальних умінь і навичок.

35. Обґрунтуйте необхідність отримання освіти протягом життя.

36. Сутність і структура портфоліо кар'єрного просування.

37. Розкрийте сутність та зміст кар'єрограми.

38. Розкрийте сутність та зміст технологій ефективної самопрезентації.

39. Розкрийте сутність та зміст технологій визначення оптимального кар'єрного шляху.
40. Розкрийте сутність та зміст технологій оптимізації постановки кар'єрних цілей і процесу розроблення планів кар'єри.
41. Розкрийте сутність поняття "лідерство".
42. Перерахуйте ключові елементи структури лідерства.
43. Які функції виконує лідер у сучасному суспільстві?
44. Розкрийте сутність класифікації лідерства за стилем реалізації лідерських якостей Дж. Барбера.
45. Розкрийте сутність класифікації стилів лідерства, розробленої Д. Гоулманом.
46. Назвіть типи лідерства за ознакою спрямованості впливу.
47. Розкрийте сутність персоналістичного підходу до лідерства та наведіть приклади теорій.
48. Розкрийте сутність ситуаційного підходу до лідерства та наведіть приклади теорій.
49. Розкрийте сутність поведінкового підходу до лідерства та наведіть приклади теорій.
50. Розкрийте сутність когнітивно-атрибутивного підходу до лідерства та наведіть приклади теорій.
51. Розкрийте сутність ціннісного підходу до лідерства та наведіть приклади теорій.
52. Розкрийте сутність теорії емоційного інтелекту Д. Гоулмана.
53. Розкрийте сутність теорії внутрішнього стимулювання лідерства К. Кешмана.
54. Розкрийте сутність теорії "двигуна лідерства" Н. Тічі.
55. Розкрийте сутність теорії розподіленого лідерства Д. Бредфорда і А. Коена.