



СОВРЕМЕННЫЕ ПСИХОТЕХНОЛОГИИ В БИЗНЕСЕ



Кафедра
«Прикладная психология»





Дисциплина психологического цикла: дисциплина по выбору

> #



Тема 1. Психотехнологии управления временем.

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятия психотехнологии управления временем
2. «Идеальная» система тайм-менеджмента.
3. О планах и органайзерах.
4. Навыки тайм-менеджмента: полезные и бесполезные.
5. Коррекция планов.
6. Тотальный контроль.
7. Процессы управления временем.
8. Правила тайм-менеджмента, позволяющие повысить личную эффективность.
9. Инструменты для реализации техник управления временем.



Тема 1. Психотехнологии управления временем.

СЕМИНАР . *Практическое руководство по планированию работ (Техники ТМ).*

1. Применение планинга.
2. Шаги разработки планинга и работы с ним.
3. Категории проектов: планы на день, учет финансовых расходов, расписание дня, телефонный справочник, расписание занятий, составление меню и т.д.

Домашнее задание: Составить планинг значимого для себя проекта.



Тема 2. Психотехнологии самомотивации.

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятие самомотивации.
2. Три области самомотивации: стремление к достижениям, инициатива и оптимизм, решимость.
3. Принципы самомотивации.
4. Развитие самомотивации.



Тема 2. Психотехнологии самотивации.

СЕМИНАР . Техники самотивации.

1. Техники преуменьшения.
2. Техники выполнения сложной и неинтересной работы.
3. Приемы личной мотивации.

Домашнее задание: выполнить методики по мотивации к учебной деятельности и учению, мотивации достижения успеха и избегания неудачи

Тема 3. Психотехнологии эффективных коммуникаций в бизнесе.

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятия: общение, коммуникация.
2. Содержание и характеристики общения.
3. Функции и структура общения.
4. Мотивационно-целевая сторона общения.
5. Коммуникационная сторона общения: коммуникативные барьеры, информация, коммуникации. Вербальная, невербальная коммуникация.
6. Интерактивная сторона общения.
7. Перцептивная сторона общения.
8. Психологические особенности управленческого общения.
9. Психология ведения спора.



Тема 3. Психотехнологии эффективных коммуникаций в бизнесе.

СЕМИНАР . Методы и инструменты повышения эффективности коммуникаций.

1. Коммуникативные свойства информации.
2. Современные средства коммуникации в менеджменте.
3. Управленческая информация.
4. Влияние информационных технологий на организацию рабочих мест.

Проведение игр и упражнений на понимание вербальной и невербальной информации.

Домашнее задание:

- Составьте логическую схему на тему: «Ролевые игры и упражнения, направленные на развитие навыков калибровки партнёра по взаимодействию».
- Составить кроссворд по теме: «Сенсорная острота и обратная связь. Информационные фильтры. Каналы восприятия».

Тема 4. Психотехнологии воздействия на группу.

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятия психологического воздействия на группу.
2. Специфика коллективного восприятия.
3. Основные стимулы, побуждающие к эффективной деятельности.
4. Периферические стимулы, отвлекающие внимание.
5. Ресурсы внимания.
6. Понятие «референтные переживания».



Тема 4. Психотехнологии воздействия на группу.

СЕМИНАР . Психологические основы эффективности проведения совещаний.

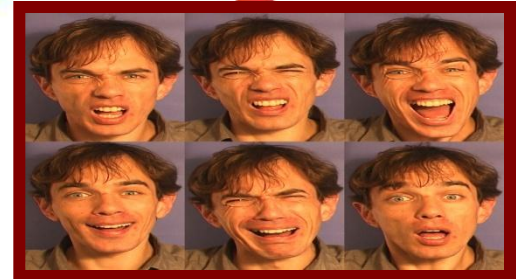
1. Элементы эффективного планирования совещания.
2. Типичные ошибки, допускаемые при проведении совещания и негативно влияющие на психологическое состояние и внимание участников.

Домашнее задание: Разработать программу совещания с учетом специфики коллективного восприятия.

Тема 5. Психотехнологии управления эмоциями.

ЛЕКЦИЯ.

1. Роль эмоций в жизни человека.
2. Основные подходы к управлению эмоциями.
3. Три способа управлять собственными эмоциями (реакциями): сознательное распределение эмоций как фактор чрезмерной концентрации переживаний человека; увеличение объема получаемой информации и расширение круга контактов; концентрация и сосредоточение эмоций.
4. Механизмы переноса переживаний с эмоциогенных ситуаций на нейтральные.
5. Рефлексия эмоций.
6. Основные проблемы управления эмоциями.



Тема 5. Психотехнологии управления эмоциями.

СЕМИНАР . Отработка навыков управления ЭМОЦИЯМИ.

1. Развитие гибкости в управлении психоэмоциональными состояниями и их использовании в коммуникации.
 2. Отработка психофизиологических техник релаксации и саморегуляции.
 3. Аутотренинг.
 4. Якорение.
- **Проведение методик:** Самооценка тревожности, фрустрированности, агрессивности и ригидности, Дифференциальные шкалы эмоций (по К.Изарду).

Домашнее задание:

- Мини-сочинение на тему: «Понимание себя - рефлексия эмоций. Управление собой - менеджмент эмоций».
- Пройти методики: Опросник структуры темперамента В.М. Русалова (ОСТ), Шкала реактивной (ситуативной) и личностной тревожности Ч.Д.Спилбергера - Ю.Л.Ханина,

Тема 6. Психотехнологии убеждения.

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятие «техники словесного убеждения».
2. Убеждение как ведущий метод организаторского воздействия.
3. Эффективные приемы и способы аргументации.
4. Правила эффективного воздействия.



Тема 6. Психотехнологии убеждения.

СЕМИНАР .

Подготовка и проведение дискуссии.



Домашнее задание:

- Составить таблицу способов аргументации и их краткую характеристику.

Тема 7. Современные психотехнологии: манипулятивные игры в бизнесе

ЛЕКЦИЯ.

1. Понятия и причины аферы и мошенничество в современном российском бизнесе.
2. Правильная оценка делового партнера при осуществлении рыночной хозяйственной деятельности.
3. Формы недобросовестного сотрудничества в предпринимательской деятельности.
4. Методы манипуляции и введения в заблуждение.



Тема 7. Современные психотехнологии: манипулятивные игры в бизнесе

СЕМИНАР . Методы и приемы контроля за манипулятивными играми в бизнесе .

Методы и приемы работы с проблемами:

- Преувеличение или преуменьшение возможностей, то есть создание "ложного имиджа «,
- предложение заманчивых условий сотруду
- "Игра на конъюнктуре«,
- Подтасовка информации для убеждения эффективности коммерческого предложения,
- Вовлечение в сделку путем завоевания доверия на первом этапе.



УДАЧИ В ИСПОЛЬЗОВАНИИ СОВРЕМЕННЫХ ПСИХОТЕХНОЛОГИЙ В БИЗНЕСЕ!

