


Использование внутренних ресурсов руководителя как способ повышения профессиональной компетентности. Эффективный самоменеджмент

Составитель: Трифонов А.М. студент 44
группы, специальность 09.02.05 «Прикладная
информатика (по отраслям)»

Преподаватель: Анашкина Т.С.,
преподаватель математики и информатики





Как использовать внутренние ресурсы для повышения профессиональной компетентности

- Определите свои сильные стороны и области развития.
- Поставьте цели для своего профессионального развития.
- Разработайте план действий для достижения своих целей.
- Воспользуйтесь возможностями для обучения и развития.
- Найдите наставника или коуча.
- Присоединяйтесь к профессиональной организации.
- Сеть с другими профессионалами.
- Читайте книги и статьи по вашей области.
- Посещайте конференции и семинары.
- Примите участие в волонтерской деятельности или наставничестве.

Как определить свои внутренние ресурсы

Самооценка:

- Откровенно подумайте о своих сильных и слабых сторонах, навыках, опыте, знаниях, ценностях и личных качествах.

Обратная связь:

- Попросите друзей, коллег, членов семьи и менторов дать вам честную обратную связь о ваших сильных и слабых сторонах.

Тестирование:

- Пройдите тесты и оценки, чтобы определить свои навыки, личные качества и стили обучения.

Ведение дневника:

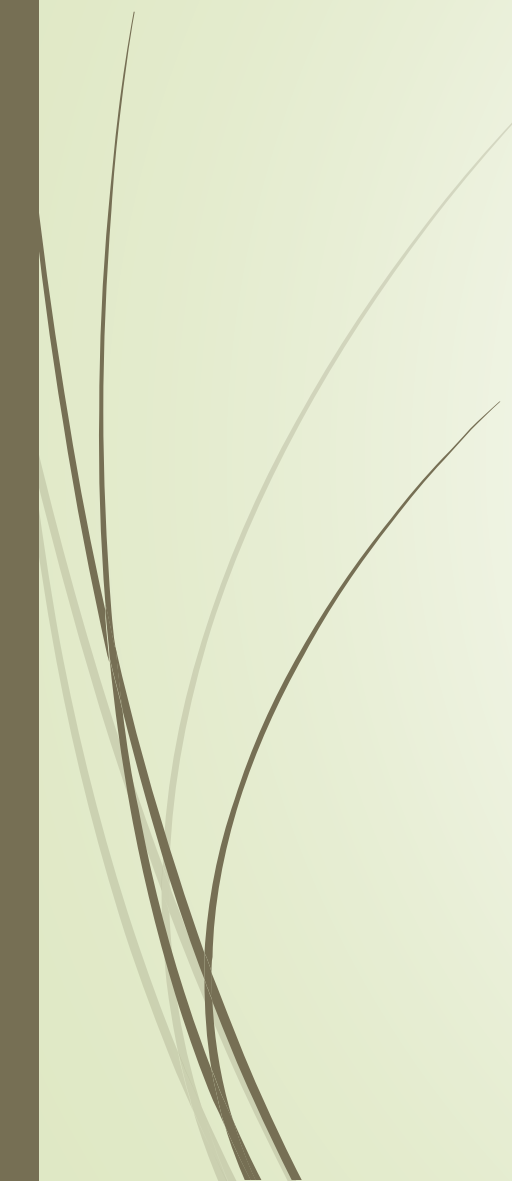
- Записывайте свои мысли, чувства и опыт, чтобы лучше понять себя.

Профессиональная помощь:

- При необходимости обратитесь за помощью к карьерному консультанту или коучу.



Что ТАКОЕ самоменеджмент?

- Процесс планирования и контроля своего времени и ресурсов.
 - Помогает вам достигать своих целей и максимизировать свою производительность.
 - Включает в себя такие навыки, как управление временем, постановка целей, организация и принятие решений.
- 



Советы по эффективному самоменеджменту

- Поставьте цели.
- Составьте план.
- Приоритизируйте свои задачи.
- Делегируйте задачи.
- Избегайте прокрастинации.
- Сделайте перерывы.
- Позаботьтесь о себе.