

Self-менеджмент и его роль в построении карьеры.

Self-менеджмент – это управление собой, использование эффективных приёмов личного роста, нетворкинга и повышения продуктивности для достижения желаемых профессиональных целей.

В настоящее время self-менеджмент (или самоменеджмент) рассматривается как инструмент личного продвижения на рынке труда. Основная задача – сбалансировать все стороны жизни (карьеру, здоровье, отношения с близкими и друзьями и т.п.), определить какие качества личности способствуют успешной профессиональной деятельности, а какие, напротив, препятствуют и почему. Понимание себя и условий своей жизни лежат в основе построения стратегии личного продвижения.

Для освоения темы необходимо ознакомиться с практикумом по самоменеджменту, являющимся второй частью данного учебного пособия: <https://publications.hse.ru/mirror/pubs/share/folder/0e199a1frd/direct/103009098> (открытый источник). Проанализируйте, какие разделы вызвали у вас наибольший интерес и почему? Составьте свой личный план повышения профессиональной эффективности.

Белая Елена Александровна, кандидат педагогических наук;