



**РАНХиГС**

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ЗАПАДНЫЙ ФИЛИАЛ**

# САМОМЕНЕДЖМЕНТ

*лекция*



## Контактная информация

Кафедра: Управления социально-экономическими системами

Должность: доцент, к.э.н., доцент

**Чумаков Александр Сергеевич**

Кабинет: №302

Сайт: <http://zf.ranepa.ru>

Адрес электронной почты: [chumakov-as@ranepa.ru](mailto:chumakov-as@ranepa.ru)



## Рекомендуемая литература

### Литература и ресурсы

#### 6.1 Основная литература

Завьялова, Е.К. Психология достижения успеха: введение в коучинг [Электронный ресурс] : учеб. пособие — Электрон. дан. — Санкт-Петербург : СПбГУ, 2010. <https://e.lanbook.com/book/47503>

#### 6.2 Дополнительная литература

Майерс Д. Психология. 2009

6.3 Учебно-методическое обеспечение самостоятельной работы— не используются

6.4 Нормативные правовые документы— не используются

#### 6.5 Интернет-ресурсы

Теория поколений в России. - <http://rugenerations.su>

TED – <https://www.ted.com/talks>



## Иные источники

1. Кови С. Восемь навыков высокоэффективных людей.
2. Кийосаки Р. Богатый ребенок. Умный ребенок.
3. Kaputa Catherine. U R a brand: How smart people brand themselves for business success. – USA, 2014.
4. Алдер Г. Стресс-менеджмент. – М., 2001.
5. Вэнс Э. Илон Маск: Тесла, SpaceX и дорога в будущее. – М, 2016.
6. Гейтс Б. Бизнес со скоростью мысли. – М., 2001.
7. Друкер П. Задачи менеджмента в 21-м веке. – М., 2002.
8. Кэмерон Дж. Путь художника. – М, 2016.
9. Кэмерон Дж. Золотая жила. – М., 2013.
10. Кэш Дж. Как стать творцом своей удачи.
11. Льюис Р.Д. Деловые культуры в международном бизнесе. – М.: Дело, 2001.
12. Максвелл Дж. Воспитай в себе лидера. – М.: ООО «Попурри», 2005.
13. Нордстрем К.А., Риддестрале Й. Бизнес в стиле фанк. Капитал пляшет под дудку таланта. 2008.
14. Полли Берд. Тайм-менеджмент: Планирование и контроль времени. – М., 2001.
15. Талер Р. Новая поведенческая экономика: почему люди нарушают правила традиционной экономики и как на этом заработать.
16. Шамис Е., Никонов Е. Теория поколений: Необыкновенный Икс». – М., Синергия, 2016.



## Перечень информационных технологий

Перечень информационных технологий, программных продуктов, используемых при осуществлении образовательного процесса по дисциплине	
1	Операционная система (MS Windows XP/Vista/7);
2	Пакет офисных программ (MicrosoftOffice или OpenOffice);
3	Антивирусная программа (NOD32, Dr.Web, Kaspersky и др.);
4	Программа для распознавания текста (FineReader или альтернативная);
5	Интернет-браузер (Internet Explorer, Opera, Mozilla Firefox, Google Chrome и др.);
6	Различные утилиты (Архиваторы, программы записи компакт-дисков, файловые менеджеры, программы просмотра изображений и др.);
7	<ul style="list-style-type: none"><li>• Универсальная интернет-энциклопедия Wikipedia <a href="http://ru.wikipedia.org">http://ru.wikipedia.org</a></li><li>• Университетская библиотека ЭБС «IPRBooks.ru» <a href="http://www.iprbookshop.ru/">http://www.iprbookshop.ru/</a> и ЭБС «Лань» <a href="http://www.biblio-online.ru/">http://www.biblio-online.ru/</a></li><li>• Сервис полнотекстового поиска по книгам <a href="http://books.google.ru/">http://books.google.ru/</a></li><li>• Федеральный образовательный портал «Российское образование» <a href="http://www.edu.ru">http://www.edu.ru</a></li><li>• Информационные образовательные технологии: блог-портал <a href="http://www.iot.ru">http://www.iot.ru</a></li><li>• <a href="http://www.managerpro.ru">www.managerpro.ru</a> – профессиональный портал для менеджеров</li><li>• <a href="http://www.icsti.ru">http://www.icsti.ru</a> - Международный центр научной и технической информации (МЦНТИ) – оказание информационной, аналитической, консультационной и организационной поддержки международного сотрудничества в области науки, технологии и бизнеса</li><li>• <a href="http://www.fasie.ru">http://www.fasie.ru</a> - Фонд содействия развитию малых форм предприятий в научно-технической сфере</li></ul>



**РАНХиГС**

РОССИЙСКАЯ АКАДЕМИЯ НАРОДНОГО ХОЗЯЙСТВА  
И ГОСУДАРСТВЕННОЙ СЛУЖБЫ  
ПРИ ПРЕЗИДЕНТЕ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

**ЗАПАДНЫЙ ФИЛИАЛ**

## Тема 3. Менеджер: как делать презентации и самопрезентации.

*лекция*



## **План.**

1. Формирование первого впечатления о человеке.
2. Основные требования к подготовке выступления.
3. Сторителлинг как технология качественной коммуникации.



## Формирование впечатления о человеке

- ✓ Среди факторов, которые определяют характер формирующегося у нас впечатления о человеке, которого мы встречаем в своей жизни впервые, важнейшее значение имеют **особенности внешнего облика и поведения человека**, о котором у нас формируется мнение.
- ✓ Столь же существенное влияние на образование впечатления на ранее незнакомомого нам человека оказывает **ситуация**.
- ✓ Кроме того, на формирование первого впечатления влияют **наши собственные личностные качества**.





## Первые впечатления о человеке

**Особенности внешнего облика и поведения человека** в первые секунды восприятия (по разным данным длительность формирования первого впечатления от 3 до 40 сек.) решающим образом сказываются на представлении о данном человеке. К таким особенностям можно отнести: тип телосложения, мимика (подвижность выражения лица), пантомимика (подвижность частей тела), установление визуального контакта, дистанции, разделяющей людей в процессе общения, оформление внешности (одежда, аксессуары), голос, речь и т.д.

Особенности **ситуации**, в которой формируется образ человека: социальное окружение, предметный мир выступают фоном создаваемого образа, оказывая непосредственное влияние на него самого.

**Наши собственные личностные качества** включаются в процесс создания впечатления за счет механизма проекции, избирательности восприятия, обусловленной направленностью личности.



### *Техника чтения специальной литературы*

Существуют проверенные на практике научные подходы к чтению специальной литературы. Чтение специальной литературы осуществляется в определенной последовательности. Начинается оно с предварительного ознакомления с книгой, после чего приступают к собственно чтению.

*Для начала следует ознакомиться:*

- с названием;
- типом издания;
- автором
- редактором;
- издательством (учреждением);
- годом издания;
- аннотацией;
- оглавлением;
- предисловием;
- комментариями;
- указателями;
- перечнем сокращений;
- списком литературы.





## Подготовка выступления

- 1) выбор темы;
- 2) решение вопроса о цели речи;
- 3) подбор материала;
- 4) подготовку вводной части выступления, имеющей цель вызвать интерес к сообщению, сформулировать и пояснить свое намерение;
- 5) план развития главной части речи;
- 6) подготовку заключения, краткого обобщения сказанного.



### Самоанализ выступления

1. Что способствует установлению контакта со слушателями?
2. Какие компоненты выступления стимулировали внимание слушателей?
3. От чего зависит выбор конкретного приема мобилизации внимания?
4. Реакция аудитории; реплики слушателей; выводы.
5. Вопросы, их характер.
6. Мои ответы.
7. Мой ответ, который пригодится в дальнейшем.
8. Уложился ли в отведенное время?
9. Удачное в проведении выступления.
10. Недостатки в проведении выступления.
11. Соотношение удач и недостатков.
12. Оценка выступления в целом.





### Что такое сторителлинг

- Это умение рассказывать истории (информация, поданная через историю, притчу, басню, фото и т.д.)
- Технология популярна в маркетинге, кинематографе, журналистике и т.д.
- Обычная информация забывается в течение 72 часов.
- Информация, преподнесенная в виде интересной истории, запоминается.

**Главная цель сторителлинга** – увлечь слушателя.



## Книги про сторителлинг

- Аннет Симонс «Сторителлинг».
- Кирилл Гопиус «Сила Убеждения. 101 совет по сторителлингу».
- Дэвид Хатченс «9 техник сторителлинга».
- Пол Смит «Мастер историй. Увлекай, убеждай, вдохновляй».

