

СОДЕРЖАНИЕ

ПРЕДИСЛОВИЕ	3
-------------------	---

ЧАСТЬ I. ОСНОВЫ АУТОПРОЕКТИРОВАНИЯ И СЕЛФМЕНЕДЖМЕНТА

<i>Глава 1. Личность как автопроект</i>	8
Социальная природа личности и индивидуальность	8
Автопроект как «самоидентификация»	15
Автопроект как ответ на ожидания	17
Фактор искусства	20
Культура и личность	22
Культура, творчество, гениальность	27
Свобода и ответственность личности	32
Жизненный путь и проблема смысла жизни	37
Поступок и мотивация	44
Совесть и успех, призвание и самозванство	52
Проектно-сетевая организация современного социума и нравственные критерии оценки автопроектов	60
Вопросы для контроля и самоконтроля	67
Рекомендуемая литература:	67

<i>Глава 2. Селфменеджмент — способ организации жизни личности</i>	69
Социологизация и психологизация менеджмента как основная тенденция его развития в XX в.	69
Эффективность личности в современном мире и селфменеджмент	73
От практики — к концептуальному осмыслению искусства самосозидания	76
Слагаемые системы самоуправления	85
Связь селфменеджмента с другими науками	95
Вопросы для контроля и самоконтроля	102
Рекомендуемая литература	103

<i>Глава 3. Реализация творческой личности в рыночных условиях</i>	104
Особенности социокультурной ситуации в современной России и задачи специалистов в сфере культуры и искусства	104
Актуальность селфменеджмента в проблемном поле выпускников творческих вузов	110
Личность как товар в условиях рынка	116
Определение целевого рынка и выбор личной рыночной стратегии	123
Практические меры воздействия личности на рынок (или комплекс маркетинга личности)	127
Еще о маркетинговых планах	132
Вопросы для контроля и самоконтроля	136
Рекомендуемая литература	137

ЧАСТЬ II. ПРАКТИКУМ ПО СЕЛФМЕНЕДЖМЕНТУ

<i>Занятие 1. Введение в практикум</i>	140
--	-----

РАЗДЕЛ I. ЧЕЛОВЕК КАК СУБЪЕКТ УПРАВЛЕНИЯ ... 147

<i>Занятие 2. Управляем здоровьем</i>	147
<i>Занятие 3. Психологические основы самоуправления</i>	156
<i>Занятие 4. Основы планирования и организации времени</i>	164
<i>Занятие 5. Процедура диагностики проблем</i>	170

РАЗДЕЛ II. АНАЛИЗ СИТУАЦИИ

<i>Занятие 6. Распоряжение личным временем</i>	177
<i>Занятие 7. Определение стратегических целей</i>	183

РАЗДЕЛ III. ПЛАНИРОВАНИЕ ВРЕМЕНИ

<i>Занятие 8. Инструменты для планирования времени</i> ...	191
<i>Занятие 9. Технологии планирования времени</i>	195

РАЗДЕЛ IV. РЕАЛИЗАЦИЯ ЗАМЫСЛОВ

<i>Занятие 10. Процедура обработки и систематизации ежедневных задач</i>	201
<i>Занятие 11. «Зачистка» расписания</i>	205
<i>Занятие 12. Выбор времени</i>	211
<i>Занятие 13. Уплотнение времени</i>	213
<i>Занятие 14. Гармонизация</i>	216

РЕКОМЕНДУЕМАЯ ЛИТЕРАТУРА И ИНТЕРНЕТ-РЕСУРСЫ

ПРИЛОЖЕНИЕ 1. Тест. Проверьте свои способности слушать и анализировать	220
---	-----

ПРИЛОЖЕНИЕ 2. План распределения времени	221
---	-----