

# **ОСОБЕННОСТИ ОПТИМИЗАЦИИ ТЕХНОЛОГИЙ SELF-МЕНЕДЖМЕНТА В СОВРЕМЕННОЙ ПРАКТИКЕ СОЦИАЛЬНО-КУЛЬТУРНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ**

**Мурзина О.Б.**

*Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина,  
г. Тамбов, Российская Федерация, доцент кафедры культуроведения и  
социокультурных проектов, кандидат педагогических наук,  
e-mail: [murzina.olga@mail.ru](mailto:murzina.olga@mail.ru)*

**Кожевникова А.В.**

*Тамбовский государственный университет имени Г.Р. Державина,  
г. Тамбов, Российская Федерация, студентка 3 курса, кафедры культуроведения и  
социокультурных проектов  
e-mail: [alona\\_koz@mail.ru](mailto:alona_koz@mail.ru)*

Специалисты социально-культурной сферы стремятся подняться по карьерной лестнице и в максимальные сроки, достичь этого станет возможно при изучении основ self-менеджмента. Закончив обучение, специалисты досуговой деятельности устраиваются на работу в учреждения культуры, на данном этапе наступает понимание того, что нерегулируемый рабочий процесс является нерентабельным в финансовом плане, времени, и прочих человеческих ресурсов. Вследствие этого необходимо и весьма полезно заниматься самоорганизацией рабочего процесса для продуктивной профессиональной деятельности. Самоменеджмент - техника, которой нужно обучаться, и в результате рабочего процесса и труда менеджера социально-культурной деятельности, будет получен положительный результат.

В современной ситуации, исследователи и специалисты в области менеджмента начали разделять карьерный менеджмент на два направления: карьерный менеджмент в организации и карьерный self-менеджмент.

Карьерный самоменеджмент – это технология самопланирования карьеры дает возможность достаточно полно и глубоко провести психологическую диагностику карьерного потенциала личности.[1, с.102]

Карьерный self-менеджмент предполагает стремление развиваться личностно и работать над развитием своей карьеры. Это образование, курсы профориентации, семинары, тренинги, постоянная работа над собой, анализ своих целей для самореализации и планирование. Планирование следует рассматривать собственно как заключительный этап самоанализа, далее идет реализация.

Технологию карьерного самоменеджмента можно реализовывать как сугубо самостоятельно, так и в режиме «коучинга» – современного направления консультирования, при котором коуч своему «подопечному» вопросы таким образом, чтобы тот самостоятельно принял наиболее приемлемое решение. [1, с.104]

Исследователь в сфере карьерного self-менеджмента Е. А. Могилевкин [1, с.105] в технологию самоменеджмента включает четыре этапа.

Первым этапом выступает как определение личного местопребывания в карьере с помощью специальных вопросов. Второй этап представляет собой составление индивидуального баланса успехов и невезений. Работая над третьим этапом, специалист социально-культурной сферы обнаружит сильные и слабые стороны личности, характера, профессиональных качеств. Четвертый этап включает в себя анализ средств, которые необходимы менеджеру социально-культурной деятельности для успешной реализации поставленных целей. Заключительный пятый этап представляет собой процесс составления перечня своих неудач и ошибок.

Разработкой перечня успешного менеджера, занимались английские консультанты по управлению М. Вудкок и Д. Френсис. [2, с.10]

Низкий уровень самоуправления, неточность личных ценностей и целей, низкий уровень саморазвития, нехватка творческого подхода, отсутствие качеств руководителя, низкий уровень навыка обучения и влияния на других. Все эти проблемы тормозят развитие самого менеджера социально-культурной сферы, так и собственного рабочего процесса и деятельности компании, в которой он работает.

Научиться организовывать свое время поможет Тайм-менеджмент. Тайм-менеджмент — технология, которая поможет научиться организовывать свое время, что бы добиться увеличения действенности его употребления, способная не только научить контролировать и распределять личное и рабочее время работника индустрии развлечений, но и найти проблему нехватки времени.

Исследователи в области тайм-менеджмента выделяют следующие критерии управления временем: целеориентированность, приоритезированность, инвестиционность, своевременность, контролируемость.

Долгое время управление временем (тайм-менеджмент), было основным направлением самоменеджмента в работе менеджера социально-культурной сферы. Тайм-менеджмент изучали много исследователей, написано много научной и практической литературы, в мире организовано и разработано большое количество тренингов и программ.

Тайм-менеджмент преподается по нескольким техникам: Матрица Эйзенхауэра[3, с.26]; Принцип Парето, или принцип 20/80[4, с.105]; Диаграмма Ганта [4, с.44]; Хронокарта[5, с.92]; постановка целей по схеме SMART[5, с.48]; установление приоритетных целей с помощью анализа АБВ (или ABC) [5, с.175]; концепция Б. Франклина «Пирамида жизни» [6, с.37] и др.

Концепция стресс - менеджмента полагает, что сотрудники учреждений культуры должны обучаться следующим навыкам: диагностировать стрессовые ситуации; применение действий и мер для ослабления негативных процессов с учетом собственных «слабых мест»; использование различных способов для максимальной и быстрой нейтрализации реакций человеческого организма на процессы из внешней среды.

Основными способами борьбы со стрессом в рабочее время могут выступать такие формы как: специализированные тренировки, особое питание, расслабляющая музыка, мультимедиа, саморегуляция с применением методов из психологии.

Технология стресс-менеджмента тесно связана с такими видами управления, как конфликт-менеджмент, риск-менеджмент, потому что данные технологии могут оказывать стрессовые воздействия, как и на сотрудника учреждения культуры, так и на весь коллектив.

В рабочем процессе менеджер социально-культурной деятельности помимо стрессовых ситуаций, сталкивается с конфликтными ситуациями, которые оказывают негативное влияние на рабочий процесс. Конфликт-менеджмент технология самоменеджмента, которую должен освоить специалист социально-культурной сферы для повышения уровня профессиональных навыков и успехов в личной жизни.

Конфликтные ситуации напрямую зависят от того, как результативно ими управляют. При управлении конфликтной ситуацией менеджер социально-культурной сферы, выбирает наиболее действенный метод разрешения, при этом нужно знать тип, причины возникновения, вероятные последствия.

Конфликт-менеджмент - это управление конфликтными ситуациями, при помощи воздействия и устранения причин, вызвавших конфликтную ситуацию, или корректировка поведения участников конфликта.

Разногласия, споры, конфликтные ситуации, всевозможные трения неизбежны в любом творческом коллективе. Этому способствует несколько межличностных процессов, например, между работниками учреждения культуры совершается непрерывный обмен соображениями, происходит столкновение точек зрения,

открываются все точки противоречия. В таких ситуациях уметь правильно выходить и вести себя в конфликтной ситуации становится особенно ценным.

Специалисты социально-культурной сферы не всегда готовы к стрессовым ситуациям, но для успеха в работе и личной жизни необходимо приобретать такое качество как стрессоустойчивость. Важно достичь необходимого мастерства, и адаптироваться ко всем приобретаемым во время рабочего процесса ситуациям. Менеджер социально-культурной сферы должен быть гибким к любым ситуациям и происшествиям.

Self-менеджмент техника, при изучении которой специалист социально-культурной сферы откроет различные грани своего потенциала.

Любой рабочий процесс несет в себе много сложностей и трудностей, которые просто невозможно зафиксировать в человеческой памяти, поэтому менеджеры социально-культурной деятельности должны заниматься развитием самоменеджмента. [7, с.24]

Таким образом, самоменеджмент содержит много интересных техник и технологий изучения возможностей личности, рабочего процесса и повседневной жизни. Самоуправление специалиста социально-культурной сферы строиться, прежде всего, на планировании своей жизнедеятельности. Менеджер индустрии досуга ставит перед собой цели, которые возможно реализовать с помощью изучения техник self-менеджмента. Наиболее популярными техниками self-менеджмента являются: тайм-менеджмент (управление временем), стресс-менеджмент (управление стрессовыми ситуациями), конфликт-менеджмент (управление внутренними и внешними конфликтами).

Важными особенностями управления временем выступают: планирование своей деятельности на различные сроки деятельности, выявление факторов тормозящих рабочий процесс, нахождение «помогающих» материалов, для фиксации информации.

Рабочее время тормозят и конфликтные ситуации. Разбором типов, видов и способов устранения занимается конфликт-менеджмент. Специалист социально-культурной сферы сталкивается в личной и профессиональной жизни с конфликтами, конфликт-менеджмент техника, которая способна научить профессионалов сглаживать ситуации и находить пути решения.

Стрессы неотъемлемая часть рабочего процесса работников учреждения культуры, справиться в максимально быстрые сроки без вреда для здоровья и работы, поможет техника стресс-менеджмента. Специалист социально-культурной

деятельности должен быть не восприимчив к стрессам, не поддаваться паники, тогда его уровень самоменеджмента можно считать высоким.

Самоменеджмент специалиста социально-культурной сферы неотъемлемая часть жизни, тот сотрудник, что стремиться к самосовершенствованию, будет ценным кадром для культурного учреждения.

Использованные источники:

1. Могилевкин Е.А. Карьерный селф-менеджмент персонала : статья / Е. Могилевкин .— Муниципальная служба №3 .— 2009 .— С.102-104
2. Вудкок М., Френсис Д. Раскрепощенный менеджер. – М.: Дело, 1991. – 206с.
3. Гений А. Высокоэффективный тайм-менеджмент по Матрице Эйзенхауэра. М.: АСТ, 2016. – 320с.
4. Архангельский Г. А. Тайм-драйв. Как успевать жить и работать. – М.: Манн, Иванов и Фербер, 2013. – 304 с.
5. Архангельский Г., Лукашенко М. , Телегина Т., Бехтеров С., Тайм-менеджмент. Полный курс. - М.: «Альпина Паблишер», 2012. - 300 с.
6. Архангельский Г. Корпоративный тайм-менеджмент: Энциклопедия решений / Г.А. Архангельский. — М.: Альпина Бизнес Букс, 2008. — 100 с.
7. Флеминг И. Тайм-менеджмент. Правильная организация времени. – М.: Гиппо, 2010. – 160 с