И.В.СУЛЬДИКОВА

УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ОРТОБИОТИКА

АДМИНИСТРАЦИЯ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ
ДЕПАРТАМЕНТ СМОЛЕНСКОЙ ОБЛАСТИ ПО КУЛЬТУРЕ
ОБЛАСТНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ «СМОЛЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ ИНСТИТУТ ИСКУССТВ»

УТВЕРЖДАЮ:

Проректор по учебной и воспитательной работе _____ Е.В.Горбылева
«_____» _____ 20____г.

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

Сертификат: 052a556b0039ad5f8c4f749b3ade26ca30
Владелец: Подгузова Елена Евгеньевна
Действителен: с 05.08.2022 по 29.10.2023

Обсуждена на заседании кафедры:
Зав. кафедрой _____ / Ю.В. Иванова
Протокол № 5
От «25» июня 2020г.

И.В.СУЛЬДИКОВА

УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ ОРТОБИОТИКА

учебная (рабочая) программа дисциплины для обучающихся по направлению 51.03.03 Социально-культурная деятельность, **направленности (профилю) –** Менеджмент социально-культурной деятельности; **форме обучения:** заочной

Год начала подготовки - 2020

Смоленск
2022

1.Предисловие

2.Дисциплина «Управленческая ортобиотика» помогает в подготовке нового поколения российских менеджеров, в основательной инвентаризации умственного капитала действующих руководителей. Занимаясь этим, необходимо сформировать в настоящем и будущем управленце интерес к постоянному повышению своей человековедческой компетентности.

3.**Цели освоения дисциплины**. Курс нацелен на формирование знаний, умений и навыков, необходимых в процессе профессиональной деятельности, связанной с организацией деятельности и управлением коллективом.

4.**Место дисциплины в структуре ООП ВО**: Курс «Управленческая ортобиотика» относится к дисциплинам по выбору. Изучается в течение 2 семестров, состоит из лекционных, и семинарских занятий. Промежуточными формами контроля является зачет.

5. **Формируемые компетенции в результате *освоения дисциплины.***

Выпускник должен обладать следующими компетенциями:

общекультурные компетенции:

стремиться к саморазвитию, повышению своей квалификации и мастерства (ОК-6);

В результате освоения дисциплины обучающийся должен:

готовностью к организации творческо-производственной деятельности работников учреждений культуры **(ПК – 12)**

Знать: методику работы в коллективе

Уметь: принимать и реализовывать решения на основе групповых интересов; участвовать в принятии важнейших групповых решений

Владеть: навыками работы в коллективе, кооперации с коллегами

Структура и содержание учебной (рабочей) программы.

Общая трудоемкость дисциплины составляет 3 зачетных единицы, 108 часов.

Заочная форма обучения

№№ п/п	Раздел дисциплины	Семестр по очной форме обучения	Недели семестра по очной форме обучения	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость в часах по очной форме обучения				Форма текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) форма промежуточной аттестации (по семестрам) по очной форме обучения
				Лекции	Семинары	Практические	Самостоятельная работа студента	
1	Раздел 1. Управленчская ортобиотика			4	4	4	96	
			Всего	**4**	**4**	**4**	**96**	108

6. Образовательные технологии

При проведении занятий и организации самостоятельной работы обучающихся используются:

Традиционные технологии обучения, предполагающие передачу информации в готовом виде, формирование учебных умений по образцу: лекция-изложение, лекция-объяснение, практические работы, контрольная работа и др.

Интерактивные технологии обучения предполагают организацию обучения как продуктивной творческой деятельности в режиме взаимодействия обучающихся друг с другом и с преподавателем.

Удельный вес занятий, проводимых в интерактивных формах не менее 20%. Занятия лекционного типа не более 40% аудиторных занятий.

Согласно учебному плану количество часов по дисциплине – 12 из них проводимых в интерактивной форме – 2 часа.

Интерактивные образовательные технологии,
используемые на аудиторных занятиях

Тема	Виды учебной работы	Используемые интерактивные тех-	Количество часов

		нологии	
Тема 4. Профессиональное долголетие менеджера.	Лекция-диалог	Подбор ,просмотр и обсуждение видеороликов по теме	2
			Итого часов: 2

5.1. Содержание разделов (тем) дисциплины
Заочная форма обучения

№ № п/п	Раздел (тема)дисциплины	Семестр по очной форме обучения	Недели семестра по очной форме обучения	Виды учебной работы, включая самостоятельную работу студентов и трудоемкость в часах по очной форме обучения				Форма текущего контроля успеваемости (по неделям семестра) форма промежуточной аттестации (по семестрам) по очной
				Лекции	Семинары	Практические	Самостоятельная работа	
	Тема 1. Ортобиотика как наука. Управление и ортобиотика.			2		2	8	
	Тема 2. Профессиональное здоровье руководителя.					2	8	
	Тема 3. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджера.						8	
	Тема 4. Профессиональное долголетие менеджера.						8	
	Тема 5. Психические типы людей "А" и "Б" – основа построения личного ортобиоза руководителя.			2			8	
	Тема 6. "Профилактика радостью" – основа сохранения здоровья руководителя.						8	
	Тема 7. Основные слагаемые ортобиоза.						8	
	Тема 8. Основные принципы овладения ортобиозом.						8	
	Тема 9. Формула выживаемости.						8	
	Тема 10. Технология управленческого ортобиоза						8	

	Тема 11. Оптимизм – главный критерий ортобиоза.						8	
	Тема 12. Организация разумного образа жизни.						8	Зачет
Всего				**4**	**4**	**4**	**96**	108

СОДЕРЖАНИЕ ТЕМ ДИСЦИПЛИН

Тема 1. Ортобиотика как наука. Управление и ортобиотика.

Связь оробиотики с медициной, валеологией и геронтологией. Ортобиотика рассматривает здоровье в трех измерениях: физическом, психическом и нравственном состоянии. Взаимосвязь уровня развития дисциплин с достижением цели ортобиотики. Она разрабатывает технологии сбережения здоровья каждого возрастного этапа жизни людей.

Управление — это активная умственная деятельность, постоянное напряжение всех субъектных систем человека. На человека постоянно давит груз персональной ответственности, ему часто приходится решать нештатные задачи, оказываться в экстремальных ситуациях, приходится сталкиваться с большим объемом аналитической работы и хроническим дефицитом времени. Это приводит к патологии, которая получила название "информационной".

Специфика содержания управленческой деятельности. Выделение в ортобиотике специального направления — управленческой ортобиотики. Основное предназначение управленческой оробиотики.

Здоровье — такое состояние человека, когда он не болен, а потому им не утрачена способность полноценно выполнять многообразные жизненные функции. Всемирная организация здравоохранения (ВОЗ) о здоровье.

Здоровье человека характеризуется:

— высокой приспособляемостью к изменяющимся условиям жизни;

— психической уравновешенностью;

— необходимой работоспособностью;

— социальным оптимизмом.

80 % всех заболеваний современных людей порождены цивилизацией. Причины современных заболеваний: недостаток двигательной активности, нервные перегрузки.

Тема 2. Профессиональное здоровье руководителя.

Проблема физического и психического здоровья, профессионального долголетия менеджера. Значение хорошего здоровья и гигиенического образа жизни для делового человека. Время работы и время досуга для современного руководителя.

Психическая и физическая форма как гарантия успешной деятельности. Забота о здоровье.

Ю. Мельник: способность современного руководителя управлять своим здоровьем как показатель менеджерской компетентности.

Управление своим психическим здоровьем. Защита от профессиональных и бытовых стрессов.

Тема 3. Психологическое обеспечение профессионального здоровья менеджера.

Связь психологического здоровья с процессом труда различных профессиональных групп менеджеров. Проблема психологического здоровья менеджера определяется рядом факторов:

- отсутствием общепринятой терминологии;
- структурой и содержанием, критериями психологического здоровья;
- спецификой и условиями профессиональной деятельности менеджера;
- личностными особенностями менеджера с точки зрения его профессиональной пригодности, личностного и профессионального развития.

В отечественной литературе термин «психологическое здоровье» впервые появляется в «Кратком психологическом словаре» под редакцией А. В. Петровского и М. Г. Ярошевского. Психологическое здоровье они определяют как состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений и обеспечивающее адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности. Функции психологического здоровья: поддержание равновесия между личностью и средой, способность противостоять жизненным трудностям без отрицательных последствий для здоровья.

Психологические перегрузки и недогрузки. Психологическое здоровье как система. Аксиологический, инструментальный и потребностно-мотивационный компоненты.

Тема 4. Профессиональное долголетие менеджера.
Два аспекта рассмотрения: обеспечением возможности полноценно исполнять свои служебные обязанности на протяжении всего периода пребывания в профессии менеджера и внутренне бесконфликтным завершением профессионального пути.
Обеспечение физического и психического здоровья.
Образ жизни. Факторы здорового образа жизни.
Факторы, имеющие непосредственное отношение к профессии менеджера:
- высокая профессиональная подготовка человека;
- несоответствие внутреннего (эмоционального) желания продолжать работу и рационального понимания необходимости ее прекращения (возрастной барьер);
- сочетание в личностной структуре тревожно-мнительных черт, тенденции к лидерству и сниженной способности к адаптации;
- полное отсутствие психологической подготовки к пенсионному возрасту.

Передача опыта более молодым коллегам в странах Европы и Азии.

Тема 5. Психические типы людей "А" и "Б" – основа построения личного ортобиоза руководителя.
"Стартовая готовность" к эмоциональным воздействиям.
Тип «А»: остро развитое чувство ответственности, честолюбие, стремление к деловому или личному успеху.
Тип «Б». Ко второму типу относятся спокойные, неторопливые, уравновешенные люди, не берущие на себя сверхурочных работ или дополнительных нагрузок, любящие и умеющие отдыхать. Плюсы и минусы. Саморегуляция здоровья в зависимости от типа.

Тема 6. "Профилактика радостью" – основа сохранения здоровья руководителя.
Умение радоваться. Мажорное и минорное настроение.
Радость — одно из самых эффективных лекарств.
Жизнерадостность и ее факторы.
Разнообразие впечатлений
Обращение к музыке. Общение с природой. Игры с маленькими детьми.

Тема 7. Основные слагаемые ортобиоза.
Самоценность личной жизни. Соотношение трудовой деятельности и свободного времени. Разумный ежедневный образ жизни — противник болезней и лучшее средство лечения.
Нельзя не считаться с экологией. У людей, проживающих в сельской местности, небольших поселках инфаркт миокарда в 10–12 раз реже, чем у проживающих в городах. Поэтому горожане должны использовать любую возможность провести свободное от работы время за городом.
Эффектом "3Д" для руководителя: быть Доступным, Доброжелательным и Добропорядочным. Четыре основных стадии биологического развития организма. — 20–35 лет — период восходящего развития;
— 40–55 лет — период личностного расцвета;
— 60–70 лет — период полной зрелости;
— 75–80 лет — период философского осмысления своей жизни.
Общая закономерность возрастного изменения различных видов обмена, сдвигов в функциональном состоянии организма.
"Факторы риска": недостаточная мускульная двигательная активность (гиподинамия), лишний вес, вредные привычки, психоэмоциональные перегрузки.

Тема 8. Основные принципы овладения ортобиозом.
Систематическое переутомление и его опасность. Плохая организация труда, расширение "рамок" рабочего дня —деформирующие факторы работы биологических механизмов.
Общенормативные периоды работоспособности.
Подразделение людей на "сов" и "жаворонков".
Культура общения. Культура общения — соблюдение правил хорошего тона, доброжелательный настрой к людям, проявление уважения и деликатности. Это умение брать лучшее, что есть в духовности других людей.
Самоконтроль и саморегуляция — это бесценные инструменты, с помощью которых осуществляется отладка образа жизни. Разнообразен круг полезных привычек. Прежде всего они связаны с соблюдением личной гигиены, гигиены труда и отдыха. Например, в одно и то же время ложиться спать и вставать, ежедневно делать

утреннюю физзарядку, принимать водные процедуры, соблюдать режим питания в течение дня, сложные профессиональные задачи решать на "свежую голову".

Отрицательна роль вредных привычек. Многие работники нерегулярно и плохо питаются. Вредной привычкой является курение. Разрушающе действует на здоровье человека алкоголь.

Тема 9. Формула выживаемости.

Здоровье — основа человеческого бытия.

Самовыживание — центральная проблема ортобиотики. Работа в режиме психического перенапряжения.

Снижение проявления "факторов риска".

Математика жизнесбережения. Релаксация, рекреация, катарсис.

К. выж. = (1 час рек. + 1 час рел. + 1 час кат.) / (24 часа — 6 часов) = 1/6

Ттантология — наука о функциональной асимметрии человеческого лица. Ее основатели вывели "формулу смерти": подсчитав скорость утраты асимметрии лица, можно узнать сроки жизни конкретного человека. Предметное знание возможного конца своей жизни, конечно, актуализирует интерес людей к "науке о выживании", т. е. к ортобиотике.

Тема 10. Технология управленческого ортобиоза

Управленческая деятельность — труд предельного напряжения.

Человек, его жизненные ресурсы и их разумное использование.

Общие исходные положения:

1. Заложить в сознание менеджера блок мировоззренческих стереотипов-заповедей, которые утверждают самоценность личного здоровья.
2. Четко обозначить основополагающие условия построения индивидуального ортобиоза — разумного образа жизни.
3. Конкретно представить общезначимые практические рекомендации и советы по самосбережению здоровья.

Виды технологий в зависимости о возраста.

Технология ортобиоза требует серьезных материальных затрат. На периодические диспансеризации, консультации со специалистами, отдых, посещение тренажерных залов и бассейна, на разнообразное и витаминизированное питание. Этих затрат не надо бояться или преднамеренно занижать.

Тема 11. Оптимизм – главный критерий ортобиоза.

Этимология слова «оптимизм» - в переводе с латинского оно обозначает наилучший. Теория оптимизма Г.В. Лейбница.

Значимость оптимизма для жизнедеятельности людей.

Тема 12. Организация разумного образа жизни.

В системе ортобиоза менеджера гигиена выступает в трех направлениях:

1. Гигиена труда.
2. Гигиена общения.
3. Личная гигиена.

Психологический прием «визуализация гнева».

5.2. СЕМИНАРСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Семинарское занятие №1.

Тема 1. Ортобиотика как наука о самосбережении здоровья и разумном образе жизни.

Семинарское занятие №2.

Тема 2. Профессиональное здоровье руководителя как психологическая проблема.

ПРАКТИЧЕСКИЕ ЗАНЯТИЯ

Тема 1. Логические связи.

Раскрыв содержание каждого из перечисленных понятий, выявите их логическую взаимосвязь по горизонтали.

бизнес — менеджмент — маркетинг;

автократия — меритократия — демократия;

репутация — популярность — авторитет;

человек — личность — индивидуальность;

психика — психология — сознание;

потребность — стимул — мотив;

кооперация — группа — коллектив;

социализация — воспитание — самовоспитание;

мировоззрение — идеология — убеждения;
явление — процесс — отношение;
система — структура — элемент;
цель — задача — функция.

Тема 2. Составление картограммы.
Проанализируйте свой день. Распишите его по часам. Составьте картограмму по следующим показателям: "поглотители" времени, причины потери времени, меры устранения причин.

Тема 3. Практическое преодоление фрустрации.
Предложите схему борьбы с фрустрацией в трудовой коллективе, в котором имеются такие молодые работники. Педагогически важно их не порицать и не лишать возможности заниматься интересными профессиональными видами деятельности. В ряде случаев следует оказать им помощь в преодолении фрустрации. Какие из нижеприведенных методов наиболее эффекивы?
— хорошо оборудованное рабочее место;
— интересное производственное задание;
— разумно напряженную норму выработки;
— возможность участия в общественной жизни коллектива;
— квалифицированную помощь в познании профессиональных секретов;
— своевременную выплату зарплаты.

Тема 3. Практическое применение личного ортобиоза.
Выполните учебное задание:
— составьте режим дня по "формуле выживаемости";
— в определенном временном интервале фиксируйте в личном дневнике, как вами выполняются упражнения по личному ортобиозу, насколько они были эффективны для поддержания работоспособности и жизненного оптимизма;
— регулярно читайте литературу, прослушивайте радио и просматривайте телепередачи для получения информации, имеющей отношение к ортобиозу.

Тема 4. Ролевая игра "Прием посетителей по личным вопросам".
В аудитории оборудуется кабинет руководителя. Ведется видеосъемка каждого акта. Слушатели получают задание "объектного восприятия" поведения своего коллеги как руководителя, ведущего прием посетителей по личным вопросам. Цель «посетителя» - поставить перед «начальником» наиболее сложную задачу: конфликт, недовольство, ссора и .д. По завершению тренинга на мониторе просматриваются все ситуации, которые обсуждаются слушателями и комментируются преподавателем.

Тема 5. Деловая игра "Моделирование личностно-деловых качеств современного руководителя".
Цель игры — предоставить возможность слушателям индивидуально и всей учебной группой определить приоритетные личностно-деловые качества, которыми должен обладать современный руководитель.
Методика игры. Каждому слушателю предлагается дать балльную оценку по трем группам таких качеств. В каждой группе по 15 качеств.
— Первая группа — основные качества. Это здоровье, профессиональная компетентность, общая эрудиция, правовая подготовка, эстетическое развитие, интеллектуальный потенциал, педагогическая грамотность, экономические знания, культура общения, неординарность служебных действий, владение риторикой, интерес к коммерции, этические знания, экологическая подготовка, компьютерная подготовка.
— Вторая группа — нравственно-психологические качества: уважение к людям, вкус к соперничеству, коммуникабельность, скромность, стремление быть "звездой", интуиция, личная ответственность, эмпатичность, оптимизм, честность, самообладание, открытость к критике, бережное отношение к семье, самокритичность, юмор.
— Третья группа — социально опасные качества: претензия на исключительность, угодничество, протекционизм, вседозволенность, высокомерие, взяточничество, мнительность, самоуверенность, личная нескромность, безынициативность, субъективизм в оценке кадров, самовосхваление, мстительность, неразборчивость в деловых партнерах, беспринципность.
Деловая игра имеет несколько фаз.
— Первая фаза. Слушатели получают карту с набором всех качеств и самостоятельно оценивают престижность каждого из них по 15-балльной шкале (1 — самая низкая, 15 — самая высокая). Каждый слушатель должен обосновать свой выбор.
— Вторая фаза. Слушатели создают три-четыре команды. В команде все оценки ее членов складываются, и выводятся 10 качеств по каждой из трех групп качеств, получивших наибольшую сумму баллов. Затем лидеры ко-

манд докладывают, какие качества вошли в десятку, каково их ранжирование; обосновывают точку зрения команды по этим качествам.

— Третья фаза. В компьютер закладываются итоговые данные каждой команды, и на экране дисплея высвечиваются по пять качеств в каждой указанной группе, набравших наибольшую общую сумму баллов. Таким образом, количественно фиксируется мнение участников деловой игры и констатируется, что модель личностно-деловых качеств руководителя составляют такие-то пять качеств по первой группе, такие-то по второй группе, асоциально опасными (третья группа) признаются такие-то качества.

Слушателям предлагается выписать эти качества, высказать свои суждения о них, а затем письменно выразить окончательное свое отношение к ним. Текст сдается преподавателю.

5.3. САМОСТОЯТЕЛЬНАЯ РАБОТА
1. ТЕМЫ ДЛЯ САМОСТОЯТЕЛЬНОГО ИЗУЧЕНИЯ

Тема: Появление ортобиотики как науки
1. И.И.Мечников – основоположник ортобиотики.
2. Наука по "Уходу за собственной персоной".
3. Отличие ортобиотики от медицины и геронтологии.

Тема: Практическая значимость оротобиотики
1. Ортобиотика как синтез научных и технологических знаний.
2. Использование технологий ортобиотики в организации быта и работы.

Тема: Ортобиотика как наука о новом обществе
1. Современное общество, его социально-психологические характеристики.
2. Ортобиотика как одно из направлений социально-культурной политики.

Тема: Управление как профессиональная деятельность
1. Функции управления.
2. Принципы управления.
3. Профессиональные качества руководителя.
4. Стили управления.

Тема: Профессиональные качества менеджера
1. Менеджер как исполнитель.
2. Менеджер как руководитель.
3. Профессиональные амбиции менеджера.

5.4.

Курс «Управленческая оротобиотика» предусматривает также самостоятельное его изучение. Формы самостоятельной работы:
- выполнение заданий, связанных с закреплением пройденного материала;
- подготовка к семинарским занятия;
- подготовка к зачету.

Формы и методы контроля самостоятельной работы:
- ответы на семинарских занятиях;
- зачет, проверочные работы;
- зачет.

Методические рекомендации к самостоятельной работе студента

Самостоятельная работа студента является важной частью освоения дисциплины. Она предусматривает закрепление полученных знаний, работу с дополнительной литературой, со справочниками и словарями, с источниками в Интернете в поисках необходимого материала для подготовки к семинарам и практическим занятиям, написанию контрольной работы, к сдаче зачетов.

Самостоятельная работа также предусматривает посещение различных социально-культурных мероприятий и программ проводимых в городе, их анализ и обсуждение.

График СРС

№ п/п	Название раздела (темы) дисциплины	Виды СРС	Периодичность (сроки) контроля СРС	№ семестра	Время на изучение, выполнение задания

1	Раздел 1. Управленческая ортобиотика	Самостоятельное изучение материала; подготовка к семинарским, практичек-сим занятиям занятию	5,6 семестр	6	108
				Итого по дисциплине	**108**

2.6. ОЦЕНОЧНЫЕ СРЕДСТВА ДЛЯ ТЕКУЩЕГО КОНТРОЛЯ УСПЕВАЕМОСТИ, ПРОМЕЖУТОЧНОЙ АТТЕСТАЦИИ ПО ИТОГАМ ОСВОЕНИЯ ДИСЦИПЛИНЫ И УЧЕБНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ОБЕСПЕЧЕНИЕ САМОСТОЯТЕЛЬНОЙ РАБОТЫ СТУДЕНТОВ

ВОПРОСЫ ДЛЯ ПОДГОТОВКИ К ЗАЧЕТУ
(6 семестр)

1. Понятие калокагатии и ортобиоза.
2. Здоровье человека и его составляющие.
3. Управленческая ортобиотика, как одно из направлений ортобиотики.
4. Наиболее типичные профессиональные недуги современных руководителей. Их причины и возможные последствия.
5. Управление психическим здоровьем.
6. Формы физического и психологического оздоровления.
7. Культура поведения руководителя. Ее составляющие и техника овладения.
8. проблема психологического здоровья менеджера и факторы, ее определяющие.
9. Психологическое здоровье как система. Ее составляющие.
10. Тип «А». Его основные характеристики.
11. Тип «Б». Его основные характеристики.
12. Влияние психических типов на построение личного ортобиоза руководителя.
13. Биологическое развитие нашего организма и его влияние на работоспособность.
14. Основные слагаемые ортобиоза.
15. Принципы оротобиоза.
16. Формула выживаемости.
17. Десять заповедей ортобиоза.
18. Релаксация и катарсис.
19. Исходные положение здоровьесберегающих технологий.
20. Оптимизм как основа ортобиоза.
21. Гигиена и ортобиоз.
22. Организация разумного образа жизни.

6. Учебно-методическое и информационное обеспечение дисциплины.

Рекомендуемая литература

Основная литература

1. Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учебное пособие для студенто высш.пед.учеб.заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320с.
2. Сербиновский Б.Ю., Управление персоналом. Учебник. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 464.
3. Фатхутдинов Р.А. , Инновационных менеджмент. Учебник, 4 изд. – СПб.: Питер, 2004. – 400с.
4. Федосеев В.Н., Капустин С. Н. Управление персоналом организации: Учебное пособие/ В.Н. Федосеев, С.Н.. Капустин. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 368с.
5. Филиппов П.И., Филиппова В.П., Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни/ Под общей редакцией проф. Т.И. Стуколовой. – М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2003. – 288с.
6. Хруцкий Е. А., Организация проведения деловых игр: Учеб.метод.пособие. – М.: Высш.шк., 1991. - -320с.
7. Черносвитов Е.В., Социальная медицина: Учеб.пособ. для студ.высш.учеб.заведений. – М.: Гуманит.изд.центр ВЛАДОС, 2000. – 304с.
8. Чумаков Б.Н. Валеология: Учеб.пособие. – 2-е изд. – М.: Педагогическое общество России, 2000. – 407с.
9. Шепель В. М., Человековедческая компетентность менеджера. – М.: ВЛАДОС, 2006. – 456с.

Дополнительная литература

1. Апанасенко Г.А. Охрана здоровья здоровых: некоторые проблемы теории и практики // Валеология: Диагностика, средства и практика- обеспечения здоровья. СПб, 2003. - с. 49-60.
2. Л.В. Баль, С.В. Барканов, С.А. Горбатенко; под ред. Л.В. Баль Просвещение, 2005. 192 с.

3.П.Белов В.И. Психология здоровья. СПб, 2000. - 272 с.
4.Гарбузов В.И. Человек жизнь - здоровье // Древние и новые каноны медицины. - СПб, 2005.
5.Горчак С.И. К вопросу о дефиниции здорового образа жизни // Здоровый образ жизни. Социально-философские и медико-биологические проблемы. Кишинев, 2003. - с. 19-39.
6.Давидович В.В., Чекалов А.В. Здоровье как философская категория // Валеология. 2006, №1.
7.Дубровинская Е.И. Отказ от курения как атрибут правильного образа жизни// Социальная ортобитиотика против алкогольной угрозы/ Под ред. В.И.Жукова, Е.А.Петровой. -М.: РГСУ. -2010. С.68-75.
8.Лисицын Ю.П. Образ жизни и здоровье населения. М., 2007. - 40 с.
9.Митяева А.М. Здоровьесберегающие педагогические технологил учебное пособие для студ. высш. учеб. Заведений. — М.:Академия, 2008192 с.
10.Михайлова О.Н. Доступность здорового образа жизни для молодежи региональнй аспект. Автореферат канд.социол.н. — Саратов, 2007. — 22 с.
11.Мороз А., Берсенева Т.А. Уроки добротолюбия. Учебное пособ>^ для среднего школьного возраста. — СПб.: Сатисъ, 2004. 220 с.
12.Нестерова А.А. Жизнеспособность и ресурсы семьи как основное у< ловие семейного ортобиоза в преодолении трудных жизненных ситуац: ях.//Социальная ортобиотика семьи: сборник научных трудов/Под Л.В.Федякиной, Е.А.Петровой. М.: РИЦ АИМ, 2010. - с.170-191.
13.Нистрян Д.У. Некоторые вопросы здоровья человека в условиях н: учно-технического прогресса // Здоровый образ жизни. Социальнафилософские и медико-биологические проблемы. Кишинев, 2004. - с. 4063.
14.Петрова Е.А. Социальная ортобиотика: проблема первичной профилактики и подходы к ее решению//Социальная ортобиотика против алкогольной угрозы/Под ред.В.И.Жукова, Е.А.Петровой. М.:РГСУ, 2010
15.Понедельник С.В. Формирование здорового образа жизни семьи в системе школьного образования // Современная семья: проблемы и перспективы. Ростов-на-Дону, 2004. - с. 132-133.
16.Рейнуотер Д. Это в ваших силах. М., 2006. - 240 с.
17.Священник Максим Обухов.Заключение на некоторые программы и учебники по валеологии//Валеология: мировоззренческий, научный и религиозный аспекты. М.: Издательский отдел РПЦ МП, 2000.
18.Семенова А.Ю. Развитие культуры здоровья воспитателя дошкольного образовательного учреждения на этапе самообразования. — Автореферат канд.пед.н. М., 2008. - 32 с.
19.Социология и психология управления Текст. / сб. науч. ст. под ред. Л.И.Михайловой. М.: Вузов, кн., 2003. - 180 с.
20.Тихонов, А. В. Социология управления Текст. М.: Канон+; Реабилитация, 2007. - 472 с.
21.Управление персоналом организации Текст. / практикум: учеб. пособие для вузов: под ред. А.Я.Кибанова. М.: Инфра-М , 2006. - 365 с.
22.Хасан, Б.И., Сергоманов, П.А. Психология конфликта и переговоры Текст. / учеб. пособие для вузов: Рек. УМО М.: Академия , 2003. - 192 с.
23.Чернов, И.В. Управление социально-психологическими явлениями в малой производственной группе: перечень основных факторов Текст. // Журнал научных публикаций: Экономика социология и право. 2008. №2. С. 12-15
24.Шевелев, В.Н. Социология управления Текст. М.: Феникс, 2004. - 347 с.

2.7.1.3. Программное обеспечение и Интернет-ресурсы

Российская государственная библиотека www.rsl.ru
Российская национальная библиотека www.nlr.ru
Библиотека России www.stihi-rus.ru
Электронная библиотечная система http://www.book.ru
Библиотека My Word.ru http://psylib.myword.ru/ (библиотека по психологии)
Социологическая библиотека http://socioline.ru/node/446 4. PSYLIB: Психологическая библиотека "Самопознание и саморазвитие" http://psylib.kiev.ua/
Детская психология http://www.childpsy.ru/
Soc.Lib.ru - Электронная библиотека - Социология, Психология, Управление http://soc.lib.ru/
Куб - электронная библиотека по психологии http://www.koob.ru/
BIBLIOPHIKA. Электронная библиотека Государственной публичной исторической библиотеки http://www.bibliophika.ru/
Historic.Ru: Всемирная история http://historic.ru/books/
Материалы русской истории http://www.magister.msk.ru/library/history/history1.htm
Библиотека электронных ресурсов исторического факультета МГУ им. М.В.Ломоносова http://www.hist.msu.ru/ER/index.html
Библиотека думающего о России http://www.patriotica.ru/

2.7.2.Средства обеспечения освоения дисциплины

7.2. Средства обеспечения освоения дисциплины

7.2.1. Методические материалы и материалы по видам занятий

Семинарские занятия

Тематический план семинарских занятий

№ п/п	Наименование темы	Количество часов
1	Тема 1. Ортобиотика как наука о самосбережении здоровья и разумном образе жизни.	2
2	Тема 2. Профессиональное здоровье руководителя как психологическая проблема.	2

Тема 1. Ортобиотика как наука о самосбережении здоровья и разумном образе жизни.

Вопросы для обсуждения:

1. Понятие калокагатии и ортобиоза.
2. Здоровье человека и его составляющие.
3. Управленческая ортобиотика, как одно из направлений ортобиотики.

Литература для подготовки:

- Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учебное пособие для студенто высш.пед.учеб.заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320с.
- Сербиновский Б.Ю., Управление персоналом. Учебник. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 464.
- Фатхутдинов Р.А. , Инновационных менеджмент. Учебник, 4 изд. – СПб.: Питер, 2004. – 400с.
- Федосеев В.Н., Капустин С. Н. Управление персоналом организации: Учебное пособие/ В.Н. Федосеев, С.Н.. Капустин. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 368с.
- Филиппов П.И., Филиппова В.П., Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни/ Под общей редакцией проф. Т.И. Стуколовой. – М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2003. – 288с.

Тема 2. Профессиональное здоровье руководителя как психологическая проблема

Вопросы для обсуждения:

1. Наиболее типичные профессиональные недуги современных руководителей. Их причины и возможные последствия.
2. Управление психическим здоровьем.
3. Формы физического и психологического оздоровления.

Литература для подготовки:

- Марков В.В. Основы здорового образа жизни и профилактика болезней: учебное пособие для студенто высш.пед.учеб.заведений. – М.: Издательский центр «Академия», 2001. – 320с.
- Сербиновский Б.Ю., Управление персоналом. Учебник. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2007. – 464.
- Фатхутдинов Р.А. , Инновационных менеджмент. Учебник, 4 изд. – СПб.: Питер, 2004. – 400с.
- Федосеев В.Н., Капустин С. Н. Управление персоналом организации: Учебное пособие/ В.Н. Федосеев, С.Н.. Капустин. – М.: Издательство «Экзамен», 2004. – 368с.
- Филиппов П.И., Филиппова В.П., Гигиеническое воспитание и формирование здорового образа жизни/ Под общей редакцией проф. Т.И. Стуколовой. – М.: ГОУ ВУНМЦ МЗ РФ, 2003. – 288с.

7.2.2. Информационно-программные средства

1. Персональные компьютеры с доступом к сети Интернет.
2. Программное обеспечение: пакет программ MicrosoftOffice (MCWord,MSExcel,MSPowerPoint), браузер (например, MozillaFirefox).

8. Материально-техническое обеспечение данной дисциплины

8.1 Специализированные аудитории

Учебная аудитория для проведения занятий лекционного типа, занятий семинарского типа, групповых и индивидуальных консультаций, текущего контроля и промежуточной аттестации, а также помещения для самостоятельной работы и помещения для хранения и профилактического обслуживания учебного оборудования.

8.2. Учебно-лабораторное оборудование

Специальные помещения должны быть укомплектованы специализированной мебелью и техническими средствами обучения, служащими для представления учебной информации большой аудитории.
Для проведения лекционных занятий предлагаются наборы демонстрационного оборудования и учебно-наглядных пособий, обеспечивающие теоретические иллюстрации, соответствующие примерной программе дисциплины.
Помещения для самостоятельной работы обучающихся должны быть оснащены компьютерной техникой с возможностью подключения к сети «Интернет» и обеспечением доступа в электронную информационно-образовательную среду организации.

ГЛОССАРИЙ

АВТОРИТАРНОСТЬ (автократичность) — абсолютизация власти одного лица.

АВТОРИТЕТ МОРАЛЬНЫЙ — личность, стимулирующая по отношению к себе моральное доверие, оказывающая влияние своим поведением на людей.

АДАПТАЦИЯ НРАВСТВЕННАЯ — приспособление личности к моральной обстановке в группе (коллективе), принятие чьих-то нравственных позиций.

АДАПТАЦИЯ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ — приспособление личности к социально-психологическим условиям среды.

АМБИЦИЯ — обостренное самолюбие, завышенные претензии.

АМПЛУА (от фр. — должность) — роль, род занятий.

БЕЗНРАВСТВЕННЫЙ — попирающий основополагающие принципы и нормы морали.

БИЗНЕС — предпринимательская деятельность, связанная с коммерцией, с созданием товарной продукции, оказанием услуг.

ВАРИАНТ — одна из возможных комбинаций.

ВЕРСИЯ — одно из возможных объяснений какого-либо обстоятельства, факта.

ВЗАИМООТНОШЕНИЯ МЕЖЛИЧНОСТНЫЕ — субъективные связи и отношения, непосредственно существующие между людьми в социальной группе.

ВИЗУАЛЬНОСТЬ — зрительная привлекательность.

ВЛАСТОЛЮБИЕ — стремление к власти над людьми, удовлетворение по мере достижения этой цели.

ВЛЕЧЕНИЕ — психологическое состояние, выражающее неосознанное (в разной мере) переживание какой-то потребности.

ВНУШЕНИЕ — метод психологического воздействия, посредством которого достигается некритическое и непроизвольное освоение личностью адресуемых ей положений, идей, ценностных ориентации.

ВОЛЯ НРАВСТВЕННАЯ — целенаправленное самопроявление нравственных позиций, чувств, навыков и привычек поведения.

ВОСПИТАНИЕ — процесс систематического и целенаправленного воздействия на духовное и физическое состояние личности.

ВПЕЧАТЛЕНИЕ — психическое явление, в структуру которого входит нечеткое восприятие, усиленное его эмоциональной окраской, в силу чего переживание доминирует над познанием.

ГИПОТЕЗА — предположительное суждение о причинной связи явлений.

ГОРДОСТЬ — чувство собственного достоинства, самоуважение.

ГРАЖДАНСКОЕ САМОЧУВСТВИЕ ЛЮДЕЙ — обобщенная характеристика мысленастроений людей, обусловленных их удовлетворенностью экономическими, социально-политическими условиями жизни, трудовой деятельностью, состоянием личного здоровья. Оптимизм и пессимизм — ключевые показатели его состояния. Понятие введено автором в 1989 г.

ГУМАНИЗМ — человекопризнание и человекоуважение, вера в созидательное предназначение людей.

ГУМАНИСТИЧЕСКАЯ СОЦИОЭКОНОМИКА — общественный уклад жизнедеятельности, при котором экономика ориентирована на всестороннее удовлетворение ведущих человеческих потребностей и благородных целей, а социальное устройство сплачивает людей, нравственно помогает им разумно соотнести здоровый эгоизм и коллективную солидарность. Понятие введено автором в 1992 г.

ГУМАНИТАРНЫЙ — имеющий отношение к человечеству, к обществу (лат.).

ГУМАНИТАРОЛОГИЯ УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ — система гуманитарного знания, специально отобранная и адаптированная к нуждам управленческой деятельности. Понятие введено автором в 1989 г.

ДЕДУКЦИЯ (от лат. — выведение) — рассуждение, позволяющее по ДЕМОКРАТИЯ — народовластие (греч.).

ДИЛЛЕР — лицо, рекламирующее товары своей фирмы и оформляющее сделки на их приобретение покупателем.

ДИСПЕРСИЯ — рассеянный, рассыпанный (лат.).

ДОБРОЖЕЛАТЕЛЬНОСТЬ — стремление быть открытым людям, отзывчивость, внимательность.

ДОБРОСОВЕСТНОСТЬ — честное соблюдение личных и общественных обязательств, моральных норм.

ДОЛГ — осознание необходимости соблюдения определенных моральных обязанностей.

ДОСТОИНСТВО ЛИЧНОЕ — самоосознание личностью социального значения своих морально-психологических и деловых качеств, своего положения в обществе.

ЗАДАЧА — конкретизация цели, ступени ее достижения.

ЗАРАЖЕНИЕ ПСИХИЧЕСКОЕ — непроизвольная подверженность людей к проявлению схожих эмоций, чувств, действий.

ЗДОРОВЬЕ НРАВСТВЕННОЕ — духовное состояние людей, которое характеризуется общественно-признанным уровнем их нравственной зрелости мировоззрения, чувств и привычек.

ИДЕНТИФИКАЦИЯ (от лат. — отождествлять) — уподобление, отождествление с кем-либо, чем-либо.

ИДЕОЛОГИЯ — система идей.

ИМИДЖ (от англ. — образ) — индивидуальный облик или ореол, создаваемые средствами массовой информации, социальной группы или собственными усилиями личности в целях привлечения к себе внимания.

ИМИДЖЕЛОГИЯ — наука о технологии (искусстве) личного обаяния. Понятие введено автором в 1990 г.

ИМПУЛЬСИВНОСТЬ — особенность поведения человека, заключающаяся в склонности действовать по первоначальному побуждению, под влиянием внешних обстоятельств или личного настроения.

ИНДИВИДУАЛЬНОСТЬ — биосоциальные особенности личности, ее неповторимость.

ИНТРАВЕРТ — личность, не расположенная к общению, склонная к уходу "в себя".

ИНЖЕНЕРНАЯ ПСИХОЛОГИЯ — отрасль психологической науки, изучающая процессы и средства информационного взаимодействия человека и технических устройств.

КАРЬЕРА — профессиональный рост, продвижение по службе, общественное признание.

КАТАРСИС — моральное самоочищение.

КЛИМАТ МОРАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ — устойчивое эмоционально-нравственное состояние коллектива, в котором отражаются настроения людей, их общественное мнение, отношения друг к другу, к важнейшим материальным и духовным ценностям, дух коллектива.

КАЛОКАГАТИЯ — единство прекрасного и доброго, гармония телесного и духовного.

КОЛЛЕКТИВ — устойчивая социальная группа, характеризуемая развитыми межличностными отношениями, организованностью и стремлением к достижению общей цели.

КОММЕРЦИЯ — умение прибыльно вести дело, делать "живые" деньги.

КОММУНИКАБЕЛЬНОСТЬ (от лат. — соединенный, сообщающийся) — способность к общению, общительность.

КОММУНИКАЦИЯ (от лат. — сообщение, связь, делаю общим) — передача информации в процессе общения.

КОММУНИКАТИВНАЯ МЕХАНИКА — составляющая технологии самопрезентации личности или группы людей. Понятие введено автором в 1992 г.

КОМФОРТ НРАВСТВЕННЫЙ — удовлетворенность личности своей нравственной защищенностью при общении, моральное взаимопонимание.

КОНВЕРГЕНТНЫЙ МЕНЕДЖМЕНТ — системы научных концепций и специальных технологий, интегрирующие лучшие достижения человеческого общества в управленческой деятельности.

КОНКУРЕНЦИЯ — состязание между собственниками товаров за потребителя.

КОНТАГИОЗНОСТЬ ПСИХИЧЕСКАЯ — групповое состояние людей, когда при совместном восприятии информации у них образуется общий эмоциональный настрой.

КОНФЛИКТОЛОГИЯ — наука об упреждении и преодолении конфликтов нравственно достойным образом.

КОНФОРМИЗМ — пассивное приспособление, отсутствие своего мнения.

КОНФРОНТАЦИЯ — агрессивное состояние, провоцирующее активное противодействие, нередко вероломство.

ЛИДЕР — член группы, который в значимых ситуациях способен оказывать существенное влияние на поведение ее членов.

ЛИЧНОСТЬ — человек, приобретший социально-значимые качества и способность к самосознанию.

МАРКЕТИНГ — изучение рыночного спроса, ценообразования, планирование товарного ассортимента в целях обеспечения конкурентоспособности фирмы.

МЕНЕДЖЕР — профессиональный организатор, руководитель делового социума.

МЕНТАЛИТЕТ — склад мыслительной деятельности, отражающий в себе особенности исторических, этнопсихологических и социально-экономических условий жизнедеятельности людей.

МИРОВОЗЗРЕНИЕ — система взглядов, убеждений и идеалов, детерминирующих образ сознания и поведения личности.

МОРАЛЬ — общественно-необходимый регулятор совместной жизнедеятельности людей, ценностная структура сознания.

МОТИВ (от лат. — приводить в движение) — то, что побуждает деятельность человека, ради чего она совершается, внутренний смысл поступка.

МОТИВАЦИЯ — внутреннее побуждение.

МУЖЕСТВО — умение действовать смело и решительно, проявляя при этом самообладание.

ОБЩЕНИЕ — взаимодействие людей, в котором происходит обмен эмоционально-чувственной и рациональной информацией и деятельностью.
ОЖИДАНИЯ СОЦИАЛЬНЫЕ — субъективные ориентации индивидов как членов социальной группы относительно предстоящего хода событий.
ОРТОБИОЗ — рациональный образ жизни (лат).
ОРТОБИОТИКА — наука о самосбережении здоровья и воспроизводстве устойчивого жизненного оптимизма людьми.
ПЕРСОНИФИКАЦИЯ — представление природных явлений, человеческих свойств, отвлеченных понятий в образе человека.
ПЕРЦЕПЦИЯ СОЦИАЛЬНАЯ — область социально-психологических исследований, в которой изучаются процессы и механизмы восприятия и оценки людьми различных социальных объектов, событий и людей.
ПОЗИЦИЯ МОРАЛЬНАЯ — моральные взгляды, убеждения и нравственная воля, влияющие на мотивацию поведения личности.
ПОПУЛЯРНОСТЬ — общественное (групповое) признание.
ПОТРЕБНОСТЬ — испытываемая нужда в чем-либо.
ПОРЯДОЧНОСТЬ — устойчивое честное отношение к людям, к делу, неприятие аморальных мотивов поведения.
ПРАВИЛА ХОРОШЕГО ТОНА — соблюдение общепринятых правил приличного поведения на людях, отзеркаливание своей воспитанности в общении с людьми, способствование комфорту взаимопонимания, поклонение добрым нравам и обычаям.
ПРЕДПРИИМЧИВОСТЬ — деловая изобретательность и смелость.
ПРЕСТИЖ — авторитет, влияние (фр.).
ПРИВЫЧКИ НРАВСТВЕННЫЕ — укоренившиеся в психике человека нравственные способы поведения.
ПРОЕКТИРОВАНИЕ — процесс создания, прообраз предполагаемого объекта.
ПРОФЕССИОГРАММА — описание данных конкретной профессии и ее требований к личностным качествам и производственным условиям.
ПРОЦЕСС — последовательная смена явлений.
ПСИХИКА (от греч. — душевный) — системное свойство высокоорганизованной материи, заключающееся в активном отражении действительности человеком.
ПСИХОГИГИЕНА — часть общей гигиены, разрабатывающая мероприятия по сохранению и укреплению психического здоровья человека.
ПСИХОЛОГИЯ — наука о психике.
ПУНКТУАЛЬНЫЙ — точный, аккуратный в исполнении своих обязательств.
РАЗДРАЖИМОСТЬ — изменение физиологического состояния живого организма под влиянием внешних воздействий, называемых раздражителями.
РИТОРИЧЕСКИЕ УЛОВКИ — голосовые и речевые эффекты, используемые в имиджелогии с целью привлечения внимания к говорящему.
РЕКРЕАЦИЯ — восстановление и укрепление физических характеристик человеческого организма.
РЕЛАКСАЦИЯ — психическое расслабление, эмоционально-волевое переключение.
РЕПРЕЗЕНТАЦИЯ — представительство (фр.).
РЕПУТАЦИЯ — мнение о достоинствах и недостатках кого-либо, чего-либо.
РЕФЕРЕНТНОСТЬ — специфическое свойство межличностных отношений, отражающее зависимость субъекта от других членов группы, его ориентацию на утвердившиеся в ней духовные ценности, традиции, лидерство.
РЕФЛЕКСИЯ — самопознание личностью своего внутреннего состояния, умение представлять себя на месте другого человека, мысленно проигрывать ситуацию за него.
САМОВОСПИТАНИЕ — целеустремленная работа личности по самосовершенствованию своих физических, психологических и моральных качеств.
САМОПРЕЗЕНТАЦИЯ — умение подать себя, вызвать к себе внимание и интерес.
СИСТЕМА — составленное из частей, соединений (греч.).
СОЦИАЛИЗАЦИЯ (от лат. — общественный) — самостоятельное усвоение человеком жизненного опыта, самообретение им социальных качеств, необходимых для адаптации в общественной среде.
СОЦИОГРАММА — график, диаграмма, изображающие целостную картину взаимоотношений, взаимных и односторонних выборов и отклонений, выявляемых в ходе исследования.
СОЦИОКРИТИЧЕСКАЯ МАССА — групповое образование, оказывающее в процессе общения заразительное воздействие на людей, способное влиять на их умонастроения, на формирование их общественного мнения.
СОЦИОМЕТРИЧЕСКИЙ СТАТУС — определение количества выборов предпочтений, отдаваемых членами группы друг другу, "популярность" конкретных членов группы.
СТЕРЕОТИП (от греч. — твердый отпечаток) — жестко утвердившиеся в сознании образ, ценности, манера поведения.

СТИЛЬ (от фр. — палочка) — слог, прием, способ.
СТИМУЛ — внешнее воздействие на психику личности, способствующее формированию ее мотивов.
СТРУКТУРА (от лат. — взаиморасположение) — строение.
СЧАСТЬЕ — состояние высшего морально-психологического комфорта, переполненность радостными чувствами.
ТАКТ (от лат. — прикосновение) — умение держать себя подобающим образом.
ТЕМПЕРАМЕНТ (от лат. — надлежащее соотношение частей) — характеристика динамических особенностей человека: интенсивности, скорости, темпа, ритма его психических процессов и состояний.
ТЕХНОЛОГИЯ ВОСПИТАНИЯ — научно обоснованная система принципов, форм, методов и приемов воспитывающего воздействия на внутренний духовный мир личности, на условия формирования и функционирования механизма общения людей.
ТЕХНОЛОГИЯ ГУМАНИТАРНАЯ — практическое использование систематизированного гуманитарного знания в целях обеспечения направленного воздействия на нравственное и умственное совершенствование личности, ее предметно-вещественной, социальной и природной среды общения. Понятие введено автором в 1991 г.
УБЕЖДЕНИЕ — метод воспитания, посредством которого достигается сознательное освоение личностью адресуемых к ней положений, требований.
УБЕЖДЕННОСТЬ — мировоззренческая или жизненная уверенность личности в каких-то взглядах, оценках, знаниях, придающая ее поведению определенность и волевую направленность.
УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ — психологическое состояние личности, характеризуемое положительными эмоциями в связи с достижением какой-то цели.
УРОВЕНЬ ПРИТЯЗАНИЯ ЛИЧНОСТИ — стремление к достижению целей той степени сложности, на которую человек считает себя способным. Может быть адекватным возможностям индивида и неадекватным им.
УПРАВЛЕНИЕ — деятельность по подбору и оптимизации условий, необходимых для создания работоспособной социальной структуры и ее использования для реализации поставленных целей.
УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ АНТРОПОЛОГИЯ — система разнообразных знаний о природе человека и его достижениях в различных сферах общественной жизни, специально отобранных, адаптированных и переведенных на технологический язык, необходимых для цивилизованной управленческой деятельности. Понятие введено автором в 1998 г.
УСТАНОВКА — готовность, предрасположение личности к определенной активности, зависящей от наличия потребности и объективной ситуации ее удовлетворения.
ФАКТОРЫ СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ — социально-психологические явления, побуждающие людей к определенным духовным и поведенческим действиям.
ФЛЮИДНОЕ ИЗЛУЧЕНИЕ — составляющая технологии самопрезентации, функциональным предназначением которого является эмоциональное и биоэнергетическое воздействие на людей.
ФРУСТРАЦИЯ (от лат. — обман, тщетное ожидание, расстройство) — психологическое состояние, характеризующееся наличием стимулированной потребности, не нашедшей своего удовлетворения.
ФУНКЦИЯ — (лат.) исполнение, осуществление, направление.
ЧЕЛОВЕК — биологическое существо, обладающее уникальными возможностями развития в социальной среде.
ЧЕЛОВЕКОВЕДЕНИЕ — система теоретико-прикладного антропологических, естественных, гуманитарного и художественных знаний, ориентированных на всестороннее развитие личности, оптимизацию условий ее жизнедеятельности.
ЧЕЛОВЕКОВЕДЧЕСКАЯ КОМПЕТЕНТНОСТЬ — система человековедческих знаний и умений, благодаря которым общение и обращение с людьми носит нравственно достойный характер, созидательна их социальная организованность, возрастает эффект самореализации индивидуального потенциала личности. Понятие введено автором в 1987 г.
ЧЕСТЬ ПРОФЕССИОНАЛЬНАЯ — неукоснительное соблюдение профессионального долга, нравственных норм делового общения.
ЦЕННОСТНЫЕ ОРИЕНТАЦИИ — социально-психологическое понятие, с помощью которого выявляется личностный смысл для людей определенных материальных и духовных явлений.
ЭГОЦЕНТРИЗМ — морально-психологическое состояние личности (группы), характеризуемое ориентацией на собственные переживания, на достижение своих целей и интересов.
ЭКСТРАВЕРТ — личность, открытая к общению, ожидающая внимания к себе.
ЭМПАТИЯ (от греч. — сопереживание) — постижение эмоциональных состояний другого человека в форме сопереживания, сочувствия, умение поставить себя на место другого.
ЭТИКА — наука о морали.
ЭТИКА УПРАВЛЕНЧЕСКАЯ — адаптированные к нуждам управления сведения об этических понятиях, функционировании различных нравственных явлений, о моральных требованиях к стилю работы и облику руководителя.

ЭТИКЕТ ОБЩЕНИЯ — правила и приемы внешнего уважительного отношения к людям, проявление доброжелательности к ним.

ЭТИКОМЕТРИЯ — метод замерения отношения людей к реальным нравственным ценностям в конкретном социуме, выявления причин их предпочтений. Понятие введено автором в 1989 г.