

# ОЦЕНКА И ДИАГНОСТИКА ЛИЧНОСТНОГО РЕСУРСА. УПРАВЛЕНИЕ ЛИЧНОСТНО-ПРОФЕССИОНАЛЬНЫМ РЕСУРСОМ ПЕРСОНАЛА. ПОВЫШЕНИЕ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ УСТОЙЧИВОСТИ И РАБОТОСПОСОБНОСТИ СОТРУДНИКОВ В УСЛОВИЯХ КРИЗИСА



**АВТОР И ВЕДУЩИЙ**

**КАРПЕНКО АНАСТАСИЯ СТЕПАНОВНА**

*Заслуженный деятель науки РФ, доктор психологических наук,  
Grand Doctor of Philosophy, кандидат социологических наук,  
и.о. зав.кафедрой общей и социальной психологии МГИМО МИД России  
(Одинцовский филиал), профессор ВШГА МГУ им. М.В. Ломоносова.*

В быстро меняющейся реальности психика человека постоянно подвержена чрезмерным информационным, эмоциональным, интеллектуальным нагрузкам, что приводит к психологическому и физиологическому истощению, потере работоспособности, профессиональному выгоранию. В этих условиях топ-менеджерам компании важно сохранить жизненные силы, активность, энергию, а также способность управлять мотивационной готовностью сотрудников эффективно действовать в ситуациях кризиса и неопределенности.

## В ХОДЕ ТРЕНИНГА СЛУШАТЕЛИ СМОГУТ

- **Освоить** комплекс специальных знаний о собственных ресурсах и потенциальных возможностях, позволяющих действовать в условиях кризиса и неопределенности, о факторах, влияющих на психологическую устойчивость, работоспособность и профессиональное выгорание.
- **Научиться** формировать мотивационную основу личного самосовершенствования, восстанавливать ресурсное состояние и работоспособность. Составлять личную программу самосбережения и личной эффективности (конкурентоспособности).
- **Овладеть** техниками самодиагностики, саморазвития и самопрограммирования в целях защиты от профессионального выгорания (интеллектуального, эмоционального, психологического), повышения стрессоустойчивости и самообладания. Сделать упражнения для развития мышления, воображения, памяти, внимания, стрессоустойчивости и др.

## ДО НАЧАЛА ОБУЧЕНИЯ

Целесообразно провести компьютерное тестирование (в формате онлайн) личностного ресурса, составить профиль зон развития и коррекции.  
Это поможет более эффективно освоить программу тренинга.

**УПРАЖНЕНИЯ НА РАЗВИТИЕ МЫШЛЕНИЯ, ВОООБРАЖЕНИЯ, ПАМЯТИ, ВНИМАНИЯ  
И СТРЕССОУСТОЙЧИВОСТИ, А ТАКЖЕ ЭФФЕКТИВНЫЕ ИНСТРУМЕНТЫ ПОДДЕРЖАНИЯ  
ЖИЗНЕННЫХ СИЛ, ЭНЕРГИИ И ЗДОРОВЬЯ В НАПРЯЖЕННЫХ УСЛОВИЯХ –  
ЭТО ТО, ЧТО СОВЕРШЕННО НЕОБХОДИМО ЛЮБОМУ ТОПМЕНЕДЖЕРУ,  
РУКОВОДИТЕЛЮ И СОБСТВЕННИКУ КОМПАНИИ!**



# СТОИМОСТЬ

**250 000 руб. (до 15 человек)**

Возможно проведение тренинга как в формате выездного мероприятия (на территории Заказчика), так и на территории Бизнес-школы РСПП.



**Владимир ФРОЛОВ**  
Генеральный продюсер  
Бизнес-школы РСПП  
**Тел.:** +7 (910) 452-44-98  
**E-mail:** FrolovVY@rspp.ru

# КОНТАКТЫ



[www.bs-rspp.ru](http://www.bs-rspp.ru)



**Юлия СИМБИРЕВА**  
Генеральный директор  
Бизнес-школы РСПП  
**Тел.:** +7 (960) 755-58-57  
**E-mail:** directorbs@rspp.ru

# СХЕМА ПРОЕЗДА

Бизнес-школа РСПП (Москва, Котельническая наб., 17)

