

Obsah

1	ÚVOD	9
2	PSYCHOLÓGIA A MANAŽMENT	11
2.1	História psychológie	11
2.2	Psychológia ako vedná disciplína.....	12
2.3	Predmet psychológie.....	14
2.4	Psychologické disciplíny	15
2.5	Psychologické metódy	16
2.6	Členenie psychologických vied a ich obsahové zameranie.....	18
2.7	Kontrolné otázky z druhej kapitoly	19
3	ZÁKLADNÉ PSYCHOLOGICKÉ SMERY	21
3.1	Štrukturálna škola (1870)	22
3.2	Funkcionalizmus (1890J).....	22
3.3	Hlbinná psychológia - psychoanalýza (1900)	23
3.4	Individuálna a analytická psychológia	24
3.5	Behaviorizmus (1913)	24
3.6	Gestaltizmus - tvarová psychológia (1912).....	26
3.7	Humanistická psychológia (1954)	27
3.8	Teoretické koncepcie súčasnej psychológie	29
3.9	Systemika.....	29
3.10	Kontrolné otázky zo štvrtej kapitoly.....	31
4	OSOBNOSŤ A JEJ VÝZNAM PRE VEDENIE	33
4.1	Osobnosť manažéra	33
4.2	Schopnosti manažéra	37
4.3	Štýly riadenia manažéra.....	39
4.4	Efektívnosť riadenia ako podmienka úspešnosti manažéra.....	41

4.5	Pozícia – rola manažéra	42
4.6	Skupiny manažérov	42
4.7	Kontrolné otázky zo štvrtej kapitoly	43
5	VNÍMANIE, POZORNOSŤ, MYSLENIE	45
5.1	Vnímanie	45
5.2	Pozornosť	48
5.3	Myslenie	49
5.4	Kontrolné otázky z piatej kapitoly	57
6	INTELIGENCIA, DIAGNOSTIKA SCHOPNOSTÍ	59
6.1	Inteligencia	59
6.2	Druhy inteligencie	60
6.3	Meranie intelektových výkonov	61
6.4	Individuálna diagnostika	62
6.5	Tímová diagnostika	64
6.6	Organizačná diagnostika	64
6.7	Diagnostika schopností	65
6.8	Spôsoby testovania manažérskych schopností	67
6.9	Kontrolné otázky zo šiestej kapitoly	69
7	PAMÄŤ, UČENIE SA	71
7.1	Pamäť	71
7.2	Učenie sa	76
7.3	Kontrolné otázky zo siedmej kapitoly	83
8	EMOCIONALITA, EQ	85
8.1	Emocionalita	85
8.2	Emocionálna inteligencia	88
8.3	Štruktúra EQ	89
8.4	EQ testy – charakteristika	90

8.5	Emocionálna kompetencia manažéra	91
8.6	Zvládanie emócií – okno tolerancie.....	92
8.7	Plutchikov model emócií v manažérskej praxi.....	93
8.8	Kontrolné otázky z ôsmej kapitoly	95
9	POSTOJE A ICH VPLYV NA SPRÁVANIE	97
9.1	Postoje	97
9.2	Formovanie postojov	98
9.3	ABC model postoja	99
9.4	Postoje a správanie manažéra	101
9.5	Pracovné postoje.....	102
9.6	Kontrolné otázky z deviatej kapitoly.....	107
10	MOTIVÁCIA A RIADENIE VÝKONU	109
10.1	Motivácia	110
10.2	Manažér a zvyšovanie motivácie – proces motivácie.....	113
10.3	Motivačný program a jeho tvorba.....	114
10.4	Nové formy tvorby práce ako možnosť motivácie zamestnancov.....	115
10.5	Faktory motivácie v organizácii.....	117
10.6	Riadenie pracovného výkonu.....	120
10.7	Kľúčové činnosti procesu riadenia pracovného výkonu	121
10.8	Hodnotenie pracovného výkonu	121
10.9	Využitie spätnej väzby pri hodnotení pracovného výkonu	123
10.10	Kontrolné otázky z desiatej kapitoly.....	125
11	RIADENIE JEDNOTLIVCA A TÍMU.....	127
11.1	Riadenie jednotlivca.....	127
11.2	Tím a jeho kategórie	128
11.3	Riadenie tímu	129
11.4	Znaky tímu	130

11.5	Kompetencie v tíme	131
11.6	Model tímových rolí R. M. Belbina	131
11.7	Kontrolné otázky z jedenástej kapitoly	137
12	ZÁŤAŽOVÉ SITUÁCIE A ICH ZVLÁDANIE	139
12.1	Správanie sa manažéra v záťaži	139
12.2	Zvládanie záťažových situácií	141
12.3	Stres a spôsoby zvládania stresu	142
12.4	Stres a záťaž v manažérskej pracovnej činnosti	144
12.5	Stres na pracovisku	145
12.6	Zdroje pracovného stresu	146
12.7	Kontrolné otázky z dvanástej kapitoly	147
13	ORGANIZÁCIA PRÁCE, PSYCHOHYGIENA	149
13.1	Organizácia práce	149
13.2	Cirkadiánnny rytmus a výkonnostná krivka	150
13.3	Časový manažment	151
13.4	Psychohygiena	152
13.5	Psychosociálne riziká	153
13.6	Syndróm vyhorenia (burnout syndrome)	155
13.7	Odpočinok a regenerácia síl	157
13.8	Kontrolné otázky z trinástej kapitoly	157
14	KONFLIKTY A ICH RIEŠENIE	159
14.1	Konfliktné situácie	159
14.2	Druhy konfliktov	160
14.3	Konfliktné a agresívne situácie v rozhovore	162
14.4	Fázy priebehu komunikačného konfliktu	162
14.5	Postup riešenia komunikačného konfliktu	163
14.6	Zásady riešenia komunikačného konfliktu	167

14.7	Spôsoby riešenia konfliktov.....	168
14.8	Riadenie konfliktov v tímoch.....	170
14.9	Kontrolné otázky zo štrnásťtej kapitoly	173
15	PSYCHOTERAPIA A KOUČING PRE MANAŽÉROV	175
15.1	Psychoterapia	176
15.2	Terapeutické školy	177
15.3	Koučing.....	183
15.4	Základne prístupy a školy koučingu	184
15.5	Princípy koučingu	186
15.6	Kouč	189
15.7	Podstata koučovania.....	190
15.8	Modely koučovania.....	190
15.9	Proces GROW.....	192
15.10	Metóda Walt Disney v tímovom poňatí.....	193
15.11	Executive coaching	193
15.12	Analýza skúseností s problematikou koučovania	194
15.13	Model ADAPT.....	200
15.14	Technika štruktúrovaného rozhovoru pre koučovanie.....	201
15.15	Technika prehrávania situácii	201
15.16	Technika otázkologie	201
15.17	Technika povzbudenie druhého	202
15.18	Spätná väzba pri koučovaní	202
15.19	Koučovacia kultúra	204
15.20	Kontrolné otázky z pätnásťtej kapitoly.....	205
	SLOVO NA ZÁVER	209
	ZOZNAM POUŽITEJ LITERATÚRY	210