

# OBSAH

<b>PREDSLOV</b> .....	9
<b>1 ÚVOD DO ZÁKLADOV PSYCHOLÓGIE PRE MANAŽÉROV</b> .....	11
1.1 Psychológia a hospodárska prax .....	11
1.2 Psychológia a teória manažmentu .....	12
1.3 Psychologické disciplíny a ich význam pre manažérsku a podnikateľskú prax .....	14
1.4 Psychologické koncepcie a smery a ich prínos pre manažérsku a podnikateľskú prax .....	18
1.5 Uplatnenie psychologických vied v systéme práce s ľuďmi .....	20
<b>2 PREDMET PSYCHOLÓGIE PRE MANAŽÉROV</b> .....	23
2.1 Predmet psychológie .....	23
2.2 Členenie psychických javov .....	24
2.3 Regulácia a psychická regulácia .....	26
<b>3 PSYCHOLOGICKÉ METÓDY A ICH POUŽITIE V MANAŽÉRSKEJ PRAXI</b> .....	29
3.1 Všeobecné psychologické metódy a ich použitie v manažérskej praxi .....	33
3.1.1 Pozorovanie a typy pozorovania .....	34
3.1.2 Psychologický experiment .....	36
3.1.3 Exploračné metódy .....	37
3.2 Špecifické psychologické metódy a ich použitie v manažérskej praxi .....	39
3.2.1 Psychodiagnostické metódy .....	40
3.2.2 Analytické psychologické metódy pracovnej činnosti .....	44
3.2.3 Škály, škálovacie techniky a stupnice .....	48
3.3 Modifikované psychologické metódy .....	50
3.3.1 Projekčné metódy .....	50
3.3.2 Metódy experimentálneho štúdia psychickej záťaže .....	51
3.3.3 Psychometrické metódy .....	51
3.3.4 Sociometrický test (sociometria) .....	52
<b>4 PSYCHOLÓGIA OSOBNOSTI A OSOBNOSŤ MANAŽÉRA</b> .....	55
4.1 Vymedzenie a typológia osobnosti .....	55
4.2 Dynamika a štruktúra osobnosti .....	59
4.3 Psychické a psychologické vlastnosti .....	60
4.4 Schopnosti .....	62

4.4.1	Všeobecné psychické schopnosti nevyhnutné na výkon funkcie manažéra .....	63
4.4.2	Špeciálne psychické schopnosti želateľné na výkon funkcie manažéra .....	66
4.5	Psychické procesy .....	66
4.6	Psychický (citový) stav .....	69
<b>5</b>	<b>PSYCHICKÉ A PSYCHOLOGICKÉ ZRUČNOSTI MANAŽÉRA – MANAŽÉRSKE ZRUČNOSTI</b> .....	<b>77</b>
5.1	Vymedzenie psychických a psychologických zručností manažéra .....	77
5.2	Komunikačné zručnosti a ich zložky .....	78
5.3	Rozhodovanie a zručnosť rozhodnúť .....	80
5.4	Komplex riadiacich zručností .....	83
5.4.1	Štýl riadenia .....	84
5.4.2	Typológia manažérov podľa štýlu riadenia .....	87
5.5	Vedenie – vodcovstvo a komplex vodcovských zručností .....	88
5.5.1	Štýl vedenia .....	91
5.5.2	Typológia vodcov (lídrov) podľa štýlu vedenia .....	92
5.6	Zručnosť predikovania a riešenia konfliktov .....	93
5.6.1	Konfliktní a nekonfliktní zamestnanci .....	96
5.6.2	Stratégie riadenia konfliktov .....	98
<b>6</b>	<b>SOCIÁLNA PSYCHOLÓGIA A JEJ VÝZNAM PRE MANAŽÉRA A JEHO PÔSOBENIE V ORGANIZÁCI</b> .....	<b>103</b>
6.1	Pracovná skupina .....	103
6.1.1	Typy pracovných skupín .....	104
6.1.2	Funkcie pracovnej skupiny .....	107
6.2	Tím a tímové roly .....	108
6.2.1	Pracovná skupina alebo tím .....	111
6.3	Psychologické procesy v pracovnej skupine .....	112
6.3.1	Fenomén skupinového tlaku .....	113
6.3.2	Fenomén skupinovej súdržnosti .....	113
6.3.3	Fenomén psychologickkej dohody .....	114
6.3.4	Fenomén sociálnej opory .....	115
6.4	Negatívne psychologické javy v pracovnej skupine .....	118
6.4.1	Šikanovanie – mobing, bosing .....	118
6.4.2	Obťažovanie – harassment .....	125
<b>7</b>	<b>PSYCHOLÓGIA PRÁCE A JEJ VÝZNAM PRE MANAŽÉRA A JEHO PÔSOBENIE V ORGANIZÁCI</b> .....	<b>131</b>
7.1	Psychologické determinanty pracovnej činnosti .....	132
7.2	Analýza pracovnej činnosti .....	133
7.3	Profesiografia a metódy profesiografie .....	134

7.3.1	Profesiogram, jeho obsah a štruktúra .....	136
7.3.2	Význam profesiografie a profesiogramu v riadení podniku .....	138
7.4	Funkciografia a tvorba funkciogramu .....	138
7.5	Psychická pracovná spôsobilosť .....	140
7.5.1	Odchýlky v psychickej pracovnej spôsobilosti .....	142
<b>8</b>	<b>PSYCHOLÓGIA VÝKONU A VÝKONNOSTI</b>	
	<b>V MANAŽÉRSKEJ PRAXI .....</b>	<b>145</b>
8.1	Psychologické determinanty výkonu a výkonnosti .....	145
8.2	Psychologické účinky pracovného prostredia na výkon a výkonnosť zamestnancov/manažérov a ich optimalizovanie .....	146
8.3	Otvorenosť pracovného prostredia a jeho vplyv na výkon a výkonnosť zamestnancov a manažérov .....	154
8.3.1	Zdieľanie pracovného prostredia/priestoru .....	155
8.3.2	Pracovný priestor .....	156
8.4	Zmeny výkonnosti zamestnancov v čase .....	157
8.4.1	Vplyv psychologických faktorov na výkonnosť zamestnancov počas pracovnej zmeny .....	158
8.4.2	Mentálne blokády .....	159
8.5	Biorytmus a zmennosť v pracovnom procese .....	160
8.5.1	Pružný pracovný čas a jeho psychologické aspekty .....	162
<b>9</b>	<b>MOTIVÁCIA A TEÓRIE MOTIVÁCIE .....</b>	<b>169</b>
9.1	Vymedzenie motivácie a pracovná motivácia .....	169
9.2	Teórie pracovnej motivácie .....	170
9.3	Motívy – ich podstata a klasifikácia .....	173
9.4	Motivačná aktivita a motivačný profil .....	175
9.4.1	Dimenzie motivačného profilu .....	176
9.5	Psychologické nástroje zvyšovania pracovnej motivácie .....	179
9.6	Motivácia a stimulácia zamestnancov .....	180
<b>10</b>	<b>NEGATÍVNE PSYCHICKÉ JAVY V PRACOVNOM PROCESE .....</b>	<b>184</b>
10.1	Monotónia v pracovnom procese .....	184
10.2	Psychická saturácia v pracovnom procese .....	185
10.3	Únava v pracovnom procese .....	186
10.3.1	Pocit únavy .....	188
10.4	Psychická záťaž v pracovnom procese .....	188
10.4.1	Psychické preťaženie .....	191
10.5	Frustrácia v pracovnom procese .....	192
10.6	Stres v pracovnom procese .....	194
10.6.1	Psychické reakcie na stres v pracovnom procese .....	199
10.6.2	CFS – syndróm chronickej únavy ako pokračovanie stresu .....	203

10.6.3	Syndróm vyhorenia – burn-out syndrom .....	205
10.6.4	Syndróm open space .....	211
<b>11</b>	<b>PSYCHICKÉ PORUCHY A PSYCHICKÉ CHOROBY</b>	
	<b>VZNIKAJÚCE V PRACOVNOM PROCESE .....</b>	<b>214</b>
11.1	Poruchy vedomia .....	216
11.2	Poruchy pudov .....	217
11.3	Poruchy vnímania .....	217
11.4	Poruchy pamäti .....	218
11.5	Poruchy vyšších citov .....	218
11.6	Poruchy osobnosti .....	219
<b>12</b>	<b>PSYCHOHYGIENA MANAŽÉRA V PRACOVNOM PROCESE .....</b>	<b>226</b>
12.1	Hlavné faktory prevencie negatívnych psychických stavov .....	227
12.2	Nástroje prevencie negatívnych psychických stavov v pracovnom procese .....	228
12.3	Nástroje prevencie negatívnych psychických stavov, ktoré vznikajú v mimopracovnom prostredí .....	230
12.4	Relaxácia a jej miesto v psychohygiene .....	231
12.5	Antistresový program .....	234
	<b>ZÁVER .....</b>	<b>237</b>
	<b>SLOVNÍK .....</b>	<b>239</b>
	<b>LITERATÚRA .....</b>	<b>251</b>