

## СОДЕРЖАНИЕ

Напутствие	4
Начинайте с психологического влияния вашего облика	5
Можете ли вы влиять на людей и руководить ими?	9
Зачем нужно знать свой темперамент и характер?	9
Тест для проведения самоанализа	11
Тест: «Умеете ли вы влиять на других?»	13
Интимно-развлекательный тест для женщин: «Кто вы?»	15
Есть ли у вас способности к менеджменту?	17
Что влияет на управленческую деятельность?	17
Роль человеческого фактора в передовом менеджменте	19
Кто вами руководит: лидер или администратор?	22
Психологические навыки предпринимательства	26
Психологический алгоритм успеха	26
Как определить свое самочувствие?	28
Тест: «Подвержены ли вы стрессу?»	28
Тест: «Обнаруживаете ли вы у себя признаки стресса?»	29
Тест: «Правильна ли ваша диета?»	30
Тест: «Не угрожает ли вам заболевание сердечно-сосудистой системы?»	32
Тест: «Здоровы ли вы душевно?»	32
Тест: «Здоровы ли вы физически?»	33
Тест: «О семейной жизни»	34
Если вы не хотите стареть	35
Советы психолога потерявшему работу	37
Десять золотых правил снятия психологической усталости	38