

**МИНИСТЕРСТВО ТРАНСПОРТА РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**  
**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ**  
**УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ**  
**«РОССИЙСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ ТРАНСПОРТА»**  
**(РУТ (МИИТ))**



Рабочая программа дисциплины (модуля),  
как компонент образовательной программы  
специализированного высшего образования  
по направлению подготовки  
38.04.03 Управление персоналом,  
утвержденной первым проректором РУТ (МИИТ)  
Тимониным В.С.

**РАБОЧАЯ ПРОГРАММА ДИСЦИПЛИНЫ (МОДУЛЯ)**

**Личная эффективность HR-менеджера**

Направление подготовки: 38.04.03 Управление персоналом

Направленность (профиль): Стратегическое управление персоналом

Форма обучения: Очно-заочная

Рабочая программа дисциплины (модуля) в виде  
электронного документа выгружена из единой  
корпоративной информационной системы управления  
университетом и соответствует оригиналу

Простая электронная подпись, выданная РУТ (МИИТ)  
ID подписи: 11244  
Подписал: заведующий кафедрой Епишкин Илья  
Анатольевич  
Дата: 08.06.2026

## 1. Общие сведения о дисциплине (модуле).

Целями освоения учебной дисциплины являются формирование у студентов комплекса профессиональных знаний и практических навыков в области управления личной эффективностью в организации.

Задачами освоения дисциплины является формирование у обучающихся навыков:

- создания разноформатных технологий управления для решения практических управленческих задач;
- принятия организационно-управленческих решений;
- создания и управления командой, оценки эффективности командной работы;
- управления персональными целями, реализации приоритетов собственной деятельности и её совершенствования на основе самооценки;
- профессионального развития, научной организации труда и построения эффективных коммуникаций на индивидуальном и корпоративном уровнях.

## 2. Планируемые результаты обучения по дисциплине (модулю).

Перечень формируемых результатов освоения образовательной программы (компетенций) в результате обучения по дисциплине (модулю):

**ПК-4** - Способен управлять проектами в сфере развития человеческого капитала и социального развития персонала, обеспечивая эффективные кросс-культурные коммуникации, соблюдение нормативно-правовых требований и развитие личного бренда HR-лидера.

Обучение по дисциплине (модулю) предполагает, что по его результатам обучающийся будет:

### **Знать:**

- теоретические основы целеполагания;
- теории мотивации;
- типологию личности Келлермана-Плутчика;
- различия в подходах к организации деятельности представителей разных психотипов;
- стратегии принятия решений людьми различных психотипов;
- основы успешной деловой коммуникации с учётом индивидуальных особенностей.

### **Уметь:**

-анализировать эффективность использования персональных ресурсов (аудит функционального компонента системы навыков персональной эффективности);

-выстраивать эффективное взаимодействие в деловом общении (коммуникационный компонент системы навыков персональной эффективности).

**Владеть:**

-формирования персональных сценариев достижения личных целей;

-психогигиены;

-ресурсного анализа;

-эффективной коммуникации.

**3. Объем дисциплины (модуля).**

**3.1. Общая трудоемкость дисциплины (модуля).**

Общая трудоемкость дисциплины (модуля) составляет 3 з.е. (108 академических часа(ов)).

3.2. Объем дисциплины (модуля) в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении учебных занятий:

Тип учебных занятий	Количество часов	
	Всего	Семестр №3
Контактная работа при проведении учебных занятий (всего):	16	16
В том числе:		
Занятия семинарского типа	16	16

3.3. Объем дисциплины (модуля) в форме самостоятельной работы обучающихся, а также в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или) лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении промежуточной аттестации составляет 92 академических часа (ов).

3.4. При обучении по индивидуальному учебному плану, в том числе при ускоренном обучении, объем дисциплины (модуля) может быть реализован полностью в форме самостоятельной работы обучающихся, а также в форме контактной работы обучающихся с педагогическими работниками и (или)

лицами, привлекаемыми к реализации образовательной программы на иных условиях, при проведении промежуточной аттестации.

#### 4. Содержание дисциплины (модуля).

##### 4.1. Занятия лекционного типа.

Не предусмотрено учебным планом

##### 4.2. Занятия семинарского типа.

#### Практические занятия

№ п/п	Тематика практических занятий/краткое содержание
1	Практикум по проверке персональных целей на экологичность В результате занятия студенты осvoят несколько приёмов проверки валидности цели.
2	Практикум по декомпозиции целей В ходе занятия студенты научатся декомпозировать долгосрочные цели, выстраивать «дорожную карту» по достижению целей.
3	Диагностика персонального сценарного поля В ходе занятия студенты осvoят навык определения доминантных поведенческих паттернов, влияющих на личную эффективность в достижении целей.
4	Доклад по применению приёмов самомотивации и психогигиены в современной организации. В результате занятия студенты сформируют персональный набор техник самомотивации и психогигиены для совладания со стрессом в рабочей среде.
5	Ролевая игра «Обратная связь в деловой коммуникации для представителей различных психотипов». В ходе игры студенты осvoят навык передачи и получения обратной связи в различных форматах делового общения.
6	Мини-тренинг «Техники ведения переговоров и влияния на представителей различных психотипов». В результате участия в тренинге студенты научатся определять тип личности оппонента и применять эффективные техники коммуникации и влияния.
7	Решение кейсов на тему «Таймменеджмент и научная организация труда для представителей различных психотипов». В результате занятия студенты отработают навык выявления поведенческих маркеров для определения ведущего психотипа партнёра по коммуникации, сформируют набор инструментов планирования персональных графиков для представителей различных типов.

#### 4.3. Самостоятельная работа обучающихся.

№ п/п	Вид самостоятельной работы
1	Подготовка к практическим занятиям Работа с лекционным материалом Работа с литературой Подготовка к текущему контролю Решение ситуационных задач Самостоятельное изучение тем курса Подготовка доклада Работа с опросниками, прохождение тестов
2	Подготовка к промежуточной аттестации.

#### 5. Перечень изданий, которые рекомендуется использовать при освоении дисциплины (модуля).

№ п/п	Библиографическое описание	Место доступа
1	Емельянов, С. М. Управление конфликтами в организации : учебник и практикум для вузов / С. М. Емельянов. — 3-е изд., перераб. и доп. — Москва : Издательство Юрайт, 2026. — 222 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16319-3.	Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/585409">https://urait.ru/bcode/585409</a> (дата обращения: 10.06.2026)
2	Селезнева, Е. В. Психология управления : учебник и практикум для вузов / Е. В. Селезнева. — Москва : Издательство Юрайт, 2025. — 373 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-8378-4.	Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <a href="https://urait.ru/bcode/560532">https://urait.ru/bcode/560532</a> (дата обращения: 10.06.2026).

#### 6. Перечень современных профессиональных баз данных и информационных справочных систем, которые могут использоваться при освоении дисциплины (модуля).

Научно-техническая библиотека РУТ (МИИТ): <http://library.miiit.ru>

Образовательная платформа «Юрайт» (<https://urait.ru/>)

Электронно-библиотечная система Лань <https://e.lanbook.com/>

#### 7. Перечень лицензионного и свободно распространяемого программного обеспечения, в том числе отечественного производства, необходимого для освоения дисциплины (модуля).

Офисный пакет приложений Microsoft Office

8. Описание материально-технической базы, необходимой для осуществления образовательного процесса по дисциплине (модулю).

Для проведения лекционных занятий необходима аудитория с мультимедиа аппаратурой. Для проведения практических занятий требуется аудитория, оснащенная мультимедиа аппаратурой и ПК с необходимым программным обеспечением и подключением к сети интернет.

9. Форма промежуточной аттестации:

Зачет в 3 семестре.

10. Оценочные материалы.

Оценочные материалы, применяемые при проведении промежуточной аттестации, разрабатываются в соответствии с локальным нормативным актом РУТ (МИИТ).

Авторы:

старший преподаватель кафедры  
«Экономика труда и управление  
человеческими ресурсами»

А.С. Матвеева

Согласовано:

Заведующий кафедрой ЭТиУЧР  
Председатель учебно-методической  
комиссии

И.А. Епишкин

М.В. Ишханян