

# Самоменеджмент

## Вступ

Програма навчальної дисципліни складена відповідно до освітньо-професійної програми Менеджмент підприємства спеціальності 073 Менеджмент.

**Предметом вивчення** навчальної дисципліни «Самоменеджмент» є розгляд проблем аналізу критеріїв ефективного самоменеджменту та визначення ціннісних орієнтирів особистості.

**Міждисциплінарні зв'язки:** вивчення навчальної дисципліни загальної підготовки обов'язкової частини базується на знаннях, отриманих при вивченні навчальних дисциплін, таких як «Комунікативний менеджмент», «Лідерство та управління організаційною культурою», «Менеджмент», «Мотиваційний менеджмент», «Стиль та імідж менеджера», «Управління персоналом», «Управління поведінкою персоналу».

### 1. Мета та завдання навчальної дисципліни

**1.1. Мета** навчальної дисципліни «Самоменеджмент» полягає в тому, щоб сформуванати у здобувачів вищої освіти уявлення про необхідність набуття практичних навичок грамотного управління собою, вирішення проблем самоорганізації і усвідомлення необхідності розвитку професійно значущих особистісних якостей, необхідних для управління власними ресурсами.

**1.2. Завданнями** вивчення навчальної дисципліни «Самоменеджмент» є допомога здобувачам вищої освіти в частині теоретичної та практичної підготовки з питань :

- визначення особистісних цінностей та цілей менеджера;
- управління саморозвитком особистості;
- розвинення навичок ефективного керівництва;
- організації управлінської діяльності менеджерів різних рівнів;
- застосування сучасних принципів та напрямів наукової організації діяльності менеджера;
- використання часу як ресурсу.

**1.3. Згідно з вимогами освітньо-професійної програми у здобувачів вищої освіти мають бути сформовані такі компетентності:**

*загальні :*

Здатність реалізувати свої права і обов'язки як члени суспільства, усвідомлювати цінності громадянського (демократичного) суспільства та необхідність його сталого розвитку, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

Здатність зберігати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства на основі розуміння історії та закономірностей розвитку предметної області, її місця у загальній системі знань про природу і суспільство та у розвитку суспільства, техніки і технологій, використовувати різні види та форми рухової активності для активного відпочинку та ведення здорового способу життя.

Здатність до абстрактного мислення, аналізу, синтезу.

Здатність застосовувати знання у практичних ситуаціях.

Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності.

Здатність спілкуватися державною мовою як усно, так і письмово.

Навички використання інформаційно-комунікаційних технологій.

Здатність вчитися та оволодівати сучасними знаннями.

Здатність до проведення досліджень на відповідному рівні.

Цінування та повага до різноманітності та мультикультурності

Здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів).

*фахові:*

Здатність обирати та використовувати сучасний інструментарій менеджменту.

Здатність оцінювати виконувані роботи, забезпечувати їх якість та мотивувати персонал організації.

Здатність аналізувати й структурувати проблеми організації, формувати обґрунтовані рішення.

Розуміти принципи психології та використовувати їх у професійній діяльності.

Здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички.

#### **1.4. Програмі результати навчання:**

Знати свої права і обов'язки як члена суспільства, усвідомлювати цінності громадянського суспільства, верховенства права, прав і свобод людини і громадянина в Україні.

Зберігати моральні, культурні, наукові цінності та примножувати досягнення суспільства, використовувати різні види та форми рухової активності для ведення здорового способу життя.

Демонструвати навички виявлення проблеми та обґрунтування управлінських рішень.

Демонструвати навички взаємодії, лідерства, командної роботи.

Демонструвати навички аналізу ситуації та здійснення комунікації у різних сферах діяльності організації.

Оцінювати правові, соціальні та економічні наслідки функціонування організації.

Спілкуватись в усній та письмовій формі державною та іноземною мовами.

Демонструвати здатність діяти соціально відповідально та громадсько свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності.

Демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним.

Виконувати дослідження індивідуально та/або в групі під керівництвом лідера.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 90 годин 3 кредити ЄКТС.

## **2. Інформаційний обсяг навчальної дисципліни**

### **Тема 1. Методологічні підходи до самоменеджменту**

Сучасні наукові погляди на сутність самоменеджменту. Поняття «самоменеджмент». Складові частини само менеджменту. Етапи розвитку само менеджменту. Основні теоретичні концепції само менеджменту. Головна мета і функції само менеджменту. Принципи само менеджменту.

### **Тема 2. Планування особистої роботи менеджера**

Сутність часу. Поняття ресурсу часу і його визначення. Інвентаризація та аналіз тимчасових витрат. Картка щоденного обліку часу А. Гастєва. Облік часу П. М. Керженцева. ABC- хронометраж. Облік часу в Excel А. Федорова. Фотографія робочого тижня. Хронометраж за Г. А. Архангельським. Журнал часу. Аналіз щоденних перешкод часу. Методи управління своїм часом. Традиційні і комп'ютерні способи планування особистої роботи менеджера.

### **Тема 3. Організування діяльності менеджера**

Види діяльності менеджера. Основні принципи раціональної організації праці. Сприятливий режим і умови праці. Культура управлінської праці. Ефективність діяльності менеджера. Техніка організації особистої роботи менеджера. Робота з документами і кореспонденцією. Ведення телефонних розмов. Проведення нарад, конференцій. Підготовка і проведення виступів. Прийом з особистих питань. Відвідування робочих місць.

### **Тема 4. Самомотивування та самоконтроль менеджера**

Поняття мотивації праці. Психологічні теорії мотивації праці. Конфлікти в діяльності менеджера: сутність і види. Закономірності взаємовідносин і поведінки людей в конфліктних ситуаціях. Методи подолання конфліктних ситуацій. Прийоми поведінки менеджера в конфліктних ситуаціях.

### **Тема 5. Формування якостей ефективного менеджера**

Визначення ціннісних орієнтирів особистості. Життєва позиція особистості. Формування професійно-ділових якостей менеджера. Розвиток адміністративно-організаційних якостей менеджера. Розвиток соціально - психологічних якостей менеджера. Розвиток моральних якостей менеджера.

### **Тема 6. Розвиток менеджерського потенціалу**

Сутність, види, напрямки розвитку потенціалу менеджера. Психофізіологічний потенціал менеджера. Кваліфікаційний потенціал менеджера. Комунікативний потенціал менеджера. Моральний потенціал менеджера. Творчий потенціал менеджера. Освітній потенціал менеджера.

### **3. Рекомендовані джерела інформації**

1. Балабанова Л.В., Сардак О.В. Організація праці менеджера: підручник. Київ : ВД «Професіонал», 2007. 416 с.
2. Бондаренко В. В. Персональний менеджмент. Тесты и конкретные ситуации : учеб. пособ. / Под общ. ред. д-ра экон. наук, проф. С.Д. Резника. – 2-е изд., доп. Москва : ИНФРА-М, 2008. 209 с. URL: <https://alleng.org/d/manag/man184.htm>. (дата обращения 20.08.2019).
3. Виноградський М.Д., Виноградська А.М., Шканова О.М.. Організація праці менеджера : навч. посіб. для студ. экон. вузів. Київ : «Кондор», 2002. 518 с.
4. Данюк В. М. Організація праці менеджера : навч. посіб. Київ : КНЕУ, 2006. 276 с.
5. Зайверт Л. Ваше время – в Ваших руках . URL: [www.koob.ru](http://www.koob.ru). (дата обращения: 28.08.2019).
6. Исаченко И.И. Самоменеджмент: учеб. пособ. Допущено УМО по образованию в области полиграфии и книжного дела для студентов высших учебных заведений, обучающихся по специальности 080502.65 «Экономика и управление на предприятии (полиграфия)»Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2016. 312 с. URL: <http://znanium.com/spec/catalog/author/?id=97667751-f77d-11e3-9766-90b11c31de4c>. (дата обращения: 28.08.2019).
7. Колпаков В.М. Самоменеджмент: навч. посіб. для студ.вищ.навч.закл. Київ : ВД «Видавничий дім «Персонал»», 2008. 528 с. URL: [http://maup.com.ua/assets/files/libbook/p09\\_15.pdf](http://maup.com.ua/assets/files/libbook/p09_15.pdf) (дата звернення: 28.08.2019).
8. Керівник: мистецтво самоуправління : тижневик самоменеджменту / уклад. Л. В. Галіцина. Київ : Шкільний світ, 2010. 135 с.
9. Крикун О.А. Самоменеджмент: учеб. пособ. Харьков : ХНУ имени В.Н. Каразина, 2014. 344 с. URL: <http://dspace.univer.kharkov.ua/bitstream/123456789/14063/2/%D0%9A%D0%A0%D0%98%D0%9A%D0%A3%D0%9D%20%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B6%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82.pdf>. (дата обращения 28.08.2019).
10. Нетепчук В.В. Самоменеджмент: навч. посіб. Рівне: НУВГП, 2013.354 с. URL: <http://ep3.nuwm.edu.ua/8811/1/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B6%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82.pdf>(дата звернення: 28.08.2019).
11. Орешкин В.Г. Self-менеджмент: Установление позитивных межличностных отношений: учеб. пособ. СПб.: Университет при МПА ЕвразЭС, 2018. 211 с. URL: [http://www.mier.edu.ru/upload/science/izdaniya-universiteta-pri-mpa-evrazes/oreshkin\\_self-management.pdf](http://www.mier.edu.ru/upload/science/izdaniya-universiteta-pri-mpa-evrazes/oreshkin_self-management.pdf). (дата обращения: 28.08.2019).
12. Пашко Л.А. Самоменеджмент лідера місцевого самоврядування: дистанційний курс: навчально-методичні матеріали. Київ : 2017. 154 с. URL: <https://storage.decentralization.gov.ua/uploads/library/file/456/3.pdf> (дата звернення: 28.08.2019).
13. Сакун А.А., Аветисян К.П., Калугина Н.А. Самоменеджмент: учеб. пособ. Для бак. Одесса: ОНАС им. АС. Попова. 144 с. URL:

[http://www.dut.edu.ua/uploads/1\\_175\\_80034792.pdf](http://www.dut.edu.ua/uploads/1_175_80034792.pdf) (дата звернення: 28.08.2019).

14. Самоменеджмент: учеб. пособ. / Под ред. В.Н. Парахиной, В.И. Перова. Москва : Изд-во Московского университета, 2012. 368 с. URL: [http://www.dut.edu.ua/uploads/1\\_1420\\_46935626.pdf](http://www.dut.edu.ua/uploads/1_1420_46935626.pdf) (дата обращения: 28.08.2019).

15. Скібіцька Л.І. Організація праці менеджера: навч. посіб. для студ. вузів. Київ : Центр навчальної літератури, 2010. 360 с.

16. Чкан А. С., Маркова С.В., Коваленко Н.М. Самоменеджмент: навч. посіб. для студ. освітньокваліфікаційного рівня «бакалавр» напряму підготовки «Менеджмент». Запоріжжя: ЗНУ, 2014. 84 с. URL: [http://sites.znu.edu.ua/bank/public\\_files/2014/03/12/9078\\_1395253175\\_samomenedzhment\\_posibnik.pdf](http://sites.znu.edu.ua/bank/public_files/2014/03/12/9078_1395253175_samomenedzhment_posibnik.pdf) (дата звернення: 28.08.2019).

17. Юрик Н.Є. Самоменеджмент : курс лекцій. Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. 89 с. URL: <http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17693/1/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B6%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82%20%D0%BA%D1%83%D1%80%D1%81%20%D0%BB%D0%B5%D0%BA%D1%86%D1%96%D0%B9.pdf> (дата звернення: 28.08.2019).

18. Чайка Г.Л. Організація праці менеджера навч. посіб. для студ. вузів. Київ : Знання, 2007. 421 с

*Укладач: Шупта І. М., к. п. н., доцент, доцент кафедри публічного управління та адміністрування*