

**Центральноукраїнський національний технічний університет
Факультет економіки та менеджменту**

Кафедра «Економіка, менеджмент та комерційна діяльність»

Назва курсу	Самоменеджмент
Викладач (-і)	Кандидат філософських наук, доцент Немченко Тамара Борисівна
Профайл викладача (-ів)	https://orcid.org/0000-0003-4168-3584 https://scholar.google.com.ua/citations?user=x5yhpIQAAAAJ&hl=ru&authuser=2
Контактний тел.	(0522)390584
E-mail:	nemchenko2015@gmail.com
Консультації	Відповідно до графіку консультацій осіннього та весняного семестру

- 1. Коротка анотація до курсу** – Результатом вивчення курсу «Самоменеджмент» є отримання загальних теоретичних знань з питань поділу і кооперації управлінської праці, планування робочого часу, створення сприятливих умов праці, організації робочого місця та комунікацій менеджера; набуття практичних навичок щодо аналізу використання робочого часу та визначення пріоритету робіт, що виконуються.
- 2. Мета та цілі курсу** – оволодіння теоретичними знаннями і практичними навичками з питань особистісного розвитку менеджера; формування у студентів індивідуальних особливостей та поведінкових навичок, які необхідні майбутньому керівнику; розвиток у майбутніх менеджерів умінь організовувати особисту працю.

Основними завданнями вивчення дисципліни є теоретична та практична підготовка студентів із 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.

3. Формат курсу - Змішаний (*blended*) - курс, що має супровід в системі Moodle;

4. Результати навчання:

знання: напрямів самоменеджменту, концепцій саморозвитку, критеріїв формулювання реалістичної цілі; головних поглиначів часу, способів оптимального організування та резервування часу; видів стресорів та стратегії успішного долаття стресу; головних характеристик команди, показників уміння ефективно працювати у групі та команді, соціальних ролей у команді; видів спілкування, принципів асертивного спілкування, характеристик переконуючого та інформуючого виступу перед аудиторією, стратегій інтраціяції; складових та компонентів психологічного ресурсу особистості та способів самоінвестування.

вміння: застосовувати методики з цілепокладання та головних напрямів самоменеджменту, а саме: тайм-, стрес-, тім-, імпрешн-, ресурс-менеджменту

5. Обсяг курсу

Вид заняття	Загальна к-сть годин
лекції	28
семінарські заняття / практичні / лабораторні	14 (073 «Менеджмент», 076 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»)
	28 (051 «Економіка»)
самостійна робота	42

6. Ознаки курсу:

Рік викладання	семестр	спеціальність	Курс (рік навчання)	Нормативний\ вибірковий
2019- 2020	1	073 «Менеджмент» 076 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»	4	вибірковий (В)
2019-2020	2	051 «Економіка»	3	вибірковий (В)

7. Пререквізити: Враховуючи послідовність накопичення знань та інформації, дисципліна вивчається після викладання наступних дисциплін: «Теорія організації», «Менеджмент», «Управління персоналом», «Маркетинговий менеджмент», «Конфліктологія»,

8. Схема курсу

Тема	Форма діяльності (заняття)* *лекція, самостійна, дискусія, групова робота)	Література	Завдання, год
Тема 1. Методологічні підходи до самоменеджменту Сучасні наукові погляди на сутність самоменеджменту. Концептуальний підхід до самоменеджменту Л. Зайверта. Концепція особистісних обмежень М. Вудкова і Д. Френсіса. Погляди вітчизняних вчених на само менеджмент. Критерії ефективного	Лекція, самостійна робота, практичне	2,5, 7, 8, 9, 11	Опрацювання літератури, реферати, тестування (4 год

самоменеджменту: вміння управляти собою, адекватні особистісні цінності, чіткі особистісні цілі, навички вирішення проблем, інноваційність, високий творчий потенціал, уміння навчати і розвивати професійні якості підлеглих. Самоменеджмент та ділова кар'єра в поглядах Хайнца та Бербель Швальбе	заняття, дискусія		ЛК, 2 4 год ПЗ)
Тема 2. Планування особистої роботи менеджера Цільове планування роботи менеджера. Методи планування особистої роботи менеджера. Традиційні й комп'ютерні засоби планування особистої роботи менеджера. Особливості часу як ресурсу. Тайм-менеджмент. Хронометраж та раціоналізація часу. Жорстке та гнучке планування. Особливості методик довгострокового планування. Основні види розподілу та кооперації управлінської діяльності. Раціональний розподіл функцій між керівником та працівниками апарату управління. Визначення функцій заступника та рівня централізації управління. Раціоналізація телефонних розмов. Делегування повноважень. Основні перешкоди делегуванню. Розподіл завдань. Техніка і форми передавання розпоряджень. Ключові принципи розпорядчої діяльності.	Лекція, самостійна робота, практичне заняття, дискусія	1, 2,5,7,9, 12	Опрацювання літератури, реферати, тестування (6 год ЛК, 6 год ПЗ)
Тема 3. Організування діяльності менеджера Об'єктивні основи виникнення і розвитку управлінської праці. Зміст та особливості управлінської праці. Форми керівництва. Проведення переговорів, нарад та зборів. Технологія проведення нарад та зборів. Цільові установки виступу. Структура і зміст виступу на нараді. Класифікація і основні функції переговорів. Проблемний підхід до проведення переговорів. Агресивний і пасивний підходи до проведення переговорів. Етапи підготовки та проведення переговорів. Тактика переговорів. Узгодження результатів переговорів. Оформлення результатів переговорного процесу. Засади ораторського мистецтва.	Лекція, самостійна робота, практичне заняття, дискусія	1,3,4,5,7,8,13, 14	Опрацювання літератури, ділова гра, реферати, тестування (6 год ЛК, 6 год ПЗ)
Тема 4. Самомотивування та самоконтроль Розвиток ініціативності, енергійності, уміння володіти ситуацією, стресостійкості. Розвиток уміння стимулювати та карати, критикувати людей. Рефреймінг. Конфлікти у діяльності менеджера: сутність і види. Закономірності взаємовідносин і поведінки людей у конфліктних ситуаціях. Стратегія і тактика взаємодії в конфліктних ситуаціях.	Лекція, самостійна робота, практичне заняття, дискусія	2,5, 7, 8, 6, 13	Опрацювання літератури, ділова гра, реферати, тестування (4 год ЛК, 2 4 год ПЗ)
Тема 5. Формування якостей ефективного менеджера Розвиток менеджера як особистості. Фактори впливу соціального оточення на формування професійно важливих якостей менеджера. Психологічні особливості стилів управління. Авторитет керівника: суб'єктивна і об'єктивна значимість. Харизматична влада керівника. Розвиток харизматичних здібностей особистості. Внутрішньоособистісні проблеми лідера. Відповідальність лідера. Формування професійно-ділових якостей менеджера: професійність; здатність генерувати корисні ідеї; здатність приймати нестандартні управлінські рішення та нести відповідальність за них; прагнення до професійного зростання; підприємливість; авторитетність; здатність до інновацій та виваженого ризику. Розвиток адміністративно-організаційних якостей менеджера: оперативність; гнучкість управління; здатність стимулювати ініціативу; уміння доводити справу до завершення; інтернальність; уміння формувати команду та організувати роботу підлеглих; здатність делегувати повноваження; уміння організувати час. Розвиток соціально-психологічних якостей менеджера: управлінська культура; розум; ерудиція; культура ділового спілкування; лідерські здібності; колегіальність; толерантність; оптимізм; екстравертність; інтелектуальність; емоційна стійкість; почуття гумору; вміння створювати власний імідж. Розвиток моральних якостей менеджера:	Лекція, самостійна робота, практичне заняття, дискусія	4,5,7, 9,10,11	Опрацювання літератури, реферати, тестування (4 год ЛК, 2 4 год ПЗ)

порядність, людяність, чесність; національна свідомість.			
Тема 6. Розвиток менеджерського потенціалу Сутність, види, напрями розвитку менеджерського потенціалу. Психофізіологічний потенціал. Інтелектуальний потенціал особистості. Творчий потенціал особистості. Типи творчої особистості. Процес самореалізації особистості в одному або декількох соціально зумовлених видах творчої діяльності. Бар'єри щодо розвитку творчого потенціалу менеджера. Характеристика керівника з творчим підходом до виконання посадових обов'язків. Творче вирішення управлінських проблем.	Лекція, самостійна робота, практичне заняття, дискусія	5,7,8,10,12,14	Опрацювання літератури, реферати, тестування (4 год ЛК, 2 4 год ПЗ)

9. Система оцінювання та вимоги

Загальна система оцінювання курсу	<i>участь в роботі впродовж семестру/залік або екзамен - 60/40</i>
Вимоги до письмової роботи	<i>Впродовж семестру кожен студент має підготувати 2 реферати на обрану тематику. Реферати мають бути подані до початку рубіжного контролю. Відсутність рефератів не допустима. У разі дистанційного навчання, реферати подаються на електронну пошту викладачеві. Допускаються цитування не більш ніж 60% обсягу роботи. До кожного рубіжного контролю студенти зобов'язані пройти тестування в системі Moodle</i>
Умови допуску до підсумкового контролю	Наявність 2 рефератів та пройдені тести в системі Moodle

10. Список літературних джерел

1. Бакунин М. 25 працюючих технік тайм-менеджменту [Електронний ресурс] / М. Бакунин. – Режим доступу : <https://bakunin.com/timemanagement-techniques>.
2. Крикун О. А. Самоменеджмент : учебное пособие / О. А. Крикун. – Х. : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2014. – 344 с.
3. Лугова В. М. Основи самоменеджменту та лідерства [Електронний ресурс] : навчальний посібник / В. М. Лугова, С. М. Голубєв. – Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. – 212 с.
4. Тайм-менеджмент: 20 корисних програм та мобільних додатків [Електронний ресурс]. – Режим доступу : <http://melni.me/tajm-menedzhment20-korysnyh-sajtiv-ta-mobilnyh-dodatki>.
5. Чайка Г.Л. Самоменеджмент менеджера: навч. посіб./ Г.Л. Чайка. – К.: Знання, 2014. – 422 с.
6. Чкан А. С. Самоменеджмент : навчальний посібник для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напряму підготовки «Менеджмент» / А.С. Чкан, С.В. Маркова, Н.М. Коваленко. – Запоріжжя: ЗНУ, 2014. – 84 с.
7. Чкан А.С. Самоменеджмент: практикум для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напряму підготовки «Менеджмент» /

- А.С. Чкан, О.М. Олійник, С.В. Маркова. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 82 с.
8. Юрик Н. Є. Самоменеджмент : курс лекцій / Н. Є. Юрик. – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 89 с.
Теорія і практика формування лідера : навч. посіб. / О. Г. Романовський, Т. В. Гура, А. Є. Книш, В. В. Бондаренко. – Харків : НТУ "ХП", 2017 р. – 100 с.
Селютін В. М. Самоменеджмент [Електронний ресурс] : навч. посібник / В. М. Селютін. – Електрон. дані. – Х. : ХДУХТ, 2017. – 256 с.
 9. Юрик Н.Є. Самоменеджмент : Курс лекцій. – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 89 с.
 10. Юринець З.В. Самоменеджмент : навч. посібник / З. В. Юринець, О.В. Макара. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. – 272 с.
 11. Linman D. Self-Management Skills for Employees, or How to Be a Productive Employee [Electronic resource]. – Access mode:
<http://www.mymanagementguide.com/selfmanagement-skills-for-employees-or-how-to-be-a-productive-employee>
 12. Carol S. Dweck, Ph.D. (2016) Mindset: The New Psychology of Success. Ballantine Books
 13. Akira Takahashi (2018) Reikos case file 5: Manegement is Self-realization. Panda Publishing
 14. Lynne Walley, Lesley Sage (2015) Maximizing People Potential: A Coaching Perspective for Leaders and Managers URL:
<http://thuvienso.bvu.edu.vn/bitstream/TVDHBRVT/15791/1/Maximizing-People-Potential.pdf>