

Центральноукраїнський національний технічний університет
Кафедра економіки, менеджменту та комерційної діяльності



“ЗАТВЕРДЖУЮ”

Проректор з
науково-
педагогічної роботи
КИРИЧЕНКО А.М.

08 2025 року

РОБОЧА ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Психологія розвитку та самоменеджменту

Спеціальність D7 «Торгівля»
Освітньо-професійна програма:
«Підприємництво та торгівля у смарт-середовищі»
Економічний факультет

2025 – 2026 навчальний рік

Розробник: канд. пед. наук, доцент Липчанський Володимир Олександрович

Робочу програму схвалено на засіданні кафедри економіки, менеджменту та комерційної діяльності

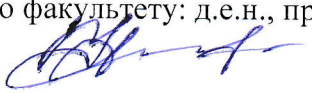
Протокол від “ 28 ”серпня 2025 року № 1

Зав. кафедри економіки,
менеджменту та комерційної діяльності: к.е.н., доцент РЯБОВОЛИК Т.Ф.



(підпис) (РЯБОВОЛИК Т.Ф.)

Декан економічного факультету: д.е.н., проф. ШАЛІМОВА Н.С.



(підпис) (ШАЛІМОВА Н.С.)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна форма навчання
Кількість кредитів – 4	Д «Бізнес, адміністрування та право»	Загальної підготовки	
Загальна кількість годин – 120	Спеціальність: D7 «Торгівля», ОПП: «Підприємництво та торгівля у смарт-середовищі».	Рік підготовки:	
		1-й	1-й
		Семестр	
		1-й	1-й
		Лекції	
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3; самостійної роботи студента – 4,5	Освітньо-кваліфікаційний рівень: магістр	32 год.	4
		Практичні, семінарські	
		16 год.	2
		Лабораторні	
		-	-
		Самостійна робота	
		72 год.	114 год
Вид контролю: залік			

Мова навчання: українська

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Метою вивчення навчальної дисципліни «**Психологія розвитку та самоменеджменту**» є формування системи наукових понять і уявлень про важливішу роль психологічного аспекту розвитку особистості в робочому середовищі для підвищення ефективності праці, набуття здобувачами компетентностей щодо здійснення самоуправління, саморозвитку та лідерських якостей, що спонукає до самореалізації фахівців, активізує пізнавальні інтереси, та евристичні здібності, як визначальні для формування професійної майстерності та конкурентоздатності сучасного фахівця в галузі управління.

Завдання вивчення дисципліни:

- обґрунтування актуальності психологічних знань та закономірностей розвитку особистості;
- вивчення рушійних сил, джерел і механізмів психічного розвитку протягом робочого та життєвого шляху людини;
- застосування сучасних принципів та напрямів наукової організації діяльності менеджера;
- визначення особистісних цінностей та цілей управлінця;
- розвинення навичок ефективного керівництва;
- організація управлінської діяльності менеджерів різних рівнів.
- засвоєння основних методик самоменеджменту для вибору індивідуальних ефективних способів здійснення професійної діяльності;
- навчити здобувачів використовувати особисті можливості, усвідомлено управляти ходом свого життя (самовизначатися) й переборювати зовнішні обставини як на роботі, так і в особистому житті.

Передумови для вивчення дисципліни (структурно-логічна схема підготовки фахівця): враховуючи послідовність накопичення знань та інформації, дисципліна вивчається паралельно з викладанням наступних дисциплін: «Логістичні стратегії в торгівлі та дистрибуції», «Business communication in professional and public activities», «Цивільний захист», «Підприємництво в смарт-середовищі», «Інноваційні методи мотивації персоналу», «Технології управління торговельною діяльністю в диджитал сфері», «Стратегічний та інноваційний розвиток у сфері підприємництва та торгівлі».

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен отримати:

Інтегральна компетентність

ІК. Здатність розв'язувати складні задачі і проблеми у галузі підприємництва та торгівлі або у процесі навчання, що передбачає проведення досліджень та/або здійснення інновацій за невизначених умов і вимог.

Загальні компетентності

ЗК 1. Здатність до адаптації та дії в новій ситуації.

ЗК 3. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети.

ЗК 4. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності).

ЗК 5. Визначеність і наполегливість щодо поставлених завдань і взятих обов'язків.

Спеціальні компетентності

СК 3. Здатність до ефективного управління діяльністю суб'єктів господарювання в сфері підприємництва та торгівлі.

СК 4. Здатність до вирішення проблемних питань і прийняття управлінських рішень у професійній діяльності.

Програмні результати навчання

ПРН1. Адаптуватися та проявляти ініціативу і самостійність в ситуаціях, які виникають в професійній діяльності.

ПРН3. Розробляти заходи матеріального і морального заохочення та застосовувати інші інструменти мотивування персоналу й партнерів для досягнення поставленої мети.

ПРН4. Застосовувати бізнес-комунікації для підтримки взаємодії з представниками різних професійних груп.

ПРН5. Професійно, в повному обсязі й з творчою самореалізацією виконувати поставлені завдання у сфері підприємництва та торгівлі.

ПРН9. Розробляти і приймати рішення, спрямовані на забезпечення ефективності діяльності суб'єктів господарювання у сфері підприємницької та торговельної діяльності.

ПРН10. Вирішувати проблемні питання, що виникають в діяльності підприємницьких і торговельних структур за умов невизначеності та ризиків.

3. Програма навчальної дисципліни

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 1

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПІДХОДИ ДО ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ТА САМОМЕНЕДЖМЕНТУ

Тема 1. Предмет, завдання і методи психології розвитку та самоменеджменту

Сутність та призначення дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджмент». Предмет, об'єкт та суб'єкт вивчення курсу. Концепції та напрями дослідження самоменеджменту. Концепція Лотара Зайверта. Концепція М.Вудкока і Д.Френсіса. Концепція В.А.Андрєєва Концепція А.Т.Хроленко. Концепція Бербеля і Хайнца Швальбе. Методологічна база дисципліни.

Тема 2. Особливості розвитку людини

Основні концепції психічного розвитку людини (психоаналіз, гуманістичний психоаналіз, біхевіоризм, гештальтпсихологія, генетична та когнітивна психологія, гуманістично-персоналістична психологія). Егоцентризм, реалізм та релятивізм, як

ознаки розвитку людини. Проблема рушійних сил розвитку особистості з точки зору гуманістичної психології.

Тема 3. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління

Закони та принципи самоуправління. Закономірності духовного розвитку. Синергетичний підхід до управління функціонуванням і розвитком людини. Моделі самоуправління розвитком людини. Життєва криза як рушійна сила розвитку. Боротьба в самоменеджменті.

Тема 4. Людина як об'єкт та суб'єкт самоуправління

Людський організм як об'єкт та суб'єкт самоуправління. Будова людського тіла. Організація нервової системи. Мозок людини як керуюча система. Саморегуляція організму. Гомеостаз. Формування моделі світу. Психіка людини та її функції в процесі праці. Закономірності активізації психічних процесів людини в трудовій діяльності. Емоції і почуття в процесі праці. Психічні властивості особистості, їх розвиток і прояви в трудовій діяльності.

Тема 5. Формування цілей у діяльності менеджера

Цінності як об'єкт дослідження. Суть, види та інструменти постановки цілей. Засоби впорядкування та встановлення пріоритетності цілей. Психологія цілепокладання. Сучасні методики постановки та досягнення цілей: SMART, OGTM, метод цілепокладання BSQ, Японський метод Кайдзен.

Тема 6. Організація діяльності менеджера

Зміст та особливості управлінської праці. Основні види розподілу та кооперації управлінської діяльності. Методи нормування управлінської праці. Організація робочого місця менеджера. Тайм-менеджмент, або вміння управляти часом. Техніка організації особистої роботи менеджера. Делегування повноважень. Основні перешкоди делегуванню. Розподіл завдань. Методи управління ресурсом активності та працездатності. Типова крива працездатності. Концепція «Work-life balance».

Тема 7. Дослідження та вимірювання результатів діяльності менеджера

Оцінювання управлінської діяльності менеджера. Методи визначення і вимірювання сильних сторін менеджера ІТ. Модель управлінської результативності менеджера «6+1». Оцінювання організаційного дизайну управлінської роботи. Матриця «сфокусованість-енергійність». Модель ефективного співвідношення професійних та управлінських обов'язків менеджера. Метод вимушеного ранжування і метод вимушеного розподілу.

ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ 2

ФОРМУВАННЯ ТА РОЗВИТОК МЕНЕДЖЕРСЬКОГО ПОТЕНЦІАЛУ

Тема 8. Розвиток потенціалу управління.

Сутність, види і напрями розвитку менеджерського потенціалу. Саморозвиток, самоосвіта, самовиховання та самопізнання керівника. Цінність саморозвитку менеджерів ІТ. Стресостійкість управління. Характеристика керівника з творчим

підходом до виконання посадових обов'язків. Бар'єри розвитку потенціалу менеджера. Постановка проблеми та спроба її вирішити різними методами пробудження творчої ініціативи. Soft-skills та емоційний інтелект підприємця. Психологічні особливості стилів керівництва. Гендерні особливості управління. Лідерство як елемент процесу розвитку особистості менеджера. Планування і контроль ділової кар'єри. Цифрова культура в організаційному розвитку: психологічні аспекти адаптації та управлінських трансформацій

Тема 9. Ділові комунікації та самоменеджмент

Основні поняття теорії комунікацій. Види та форми комунікацій. Організація та ведення ділових нарад. Особливості проведення ділових переговорів. Організація комунікації в торгівельній сфері. Вплив ефективної комунікації на проєктний менеджмент. Командна робота. Фізіогноміка. Право на імідж: як самокерування та правова грамотність формують відповідального фахівця зі зв'язків з громадськістю

Тема 10. Діяльність керівника в процесі управління змінами

Поняття змін у роботі підприємця. Види реакцій працівників на зміни в організації. Модель поведінки керівника у період змін. Формування адаптивності в умовах постійних змін. Аутсорсинг: види та особливості застосування. Аутстафінг - сучасний метод управління змінами. Бенчмаркінг і специфіка його використання в управлінні змінами. Даунсайзинг.

Тема 11. Конфлікти в діяльності менеджера

Психологія конфлікту. Структурна модель конфлікту. Причини виникнення конфліктних ситуацій. Поняття конфліктогенів та тригерів. Етапи розвитку конфліктної взаємодії. Специфіка управління конфліктними ситуаціями в торгівельних компаніях. Дослідження поведінки людей у конфліктних ситуаціях. Керівник як суб'єкт конфлікту. Стили конфліктної поведінки: поступки, компромісу, консенсусу, ухилення, співробітництва Конфліктність та толерантність у спілкуванні. Самоконтроль емоцій, як фактор професійного розвитку менеджера. Моделі поведінки особистості в процесі переговорів. Технології стратегій і тактик в переговорному процесі. Медіація, як метод вирішення конфліктів. Види конфліктів.

Тема 12. Технологічний самоменеджмент

Використання засобів самоуправління за реалізації основних функцій самоменеджменту. Організація інформаційного забезпечення. Особливості використання засобів самоуправління. Саморегуляція в самоуправлінні. Технології самовиховання і взаєморозуміння. Соціокультурні та психофізіологічні технології самоуправління.

Тема 13. Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту.

Становлення і сутність стратегічного самоменеджменту в торгівлі. Організація стратегічного самоменеджменту. Стратегічне мислення в самоменеджменті. Місія і стратегічне цілепокладання в самоменеджменті. Стратегічне планування в самоменеджменті.

4. Структура навчальної дисципліни

Назви змістових модулів і тем	Кількість годин											
	денна форма						Заочна форма					
	усьо- го	у тому числі					усьо- го	у тому числі				
		л	п	лаб	інд	с.р.		л	п	лаб	інд	с.р.
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13
Змістовний модуль 1. Методологічні підходи до психології розвитку та самоменеджменту												
Тема 1. Предмет, завдання і методи психології розвитку та самоменеджменту	8	2				6	9	1				8
Тема 2. Особливості розвитку людини	8	2	2			4	9	1				8
Тема 3. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління	6	2				4	8					8
Тема 4. Людина як об'єкт та суб'єкт самоуправління	12	2	2			8	11	1				10
Тема 5. Формування цілей у діяльності менеджера	8	2	2			4	8					8
Тема 6. Організація діяльності менеджера	14	4	2			8	11		1			10
Тема 7. Дослідження та вимірювання результатів діяльності менеджера	6	2				4	11					10
Змістовний модуль 2. Формування та розвиток менеджерського потенціалу												
Тема 8. Розвиток потенціалу управлінця	10	2	2			6	8		1			8
Тема 9. Ділові комунікації та самоменеджмент	8	2	2			4	10					10
Тема 10. Діяльність керівника в процесі управління змінами	8	2				6	8					8
Тема 11. Конфлікти в діяльності менеджера	12	4	2			6	9					8
Тема 12. Технологічний самоменеджмент	8	4	2			4	10	1				10
Тема 13. Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту	12	2				8	8					8
Усього годин	120	32	16			72	120	4	2			114

5. Теми практичних занять

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1.	Особливості розвитку людини	2	
2.	Людина як об'єкт та суб'єкт самоуправління	2	
3.	Формування цілей у діяльності менеджера	2	
4.	Організація діяльності менеджера	2	1
5.	Розвиток потенціалу управлінця	2	
6.	Ділові комунікації та самоменеджмент	2	
7.	Конфлікти в діяльності менеджера	2	
8.	Технологічний самоменеджмент	2	1
	Всього	16	2

6. Самостійна робота

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	
		денна	заочна
1.	Предмет, завдання і методи психології розвитку та самоменеджменту	6	8
2.	Особливості розвитку людини	4	8
3.	Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління	4	8
4.	Людина як об'єкт та суб'єкт самоуправління	8	10
5.	Формування цілей у діяльності менеджера	4	8
6.	Організація діяльності менеджера	8	10
7.	Дослідження та вимірювання результатів діяльності менеджера	4	10
8.	Розвиток потенціалу управлінця.	6	8
9.	Ділові комунікації та самоменеджмент	4	10
10.	Діяльність керівника в процесі управління змінами	6	8
11.	Конфлікти в діяльності менеджера	6	8
12.	Технологічний самоменеджмент	4	10
13.	Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту	8	8
	Всього	72	114

7. Індивідуальні завдання

При вивченні дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджменту» здобувачам ВО запропоновано виконувати наступні індивідуальні завдання:

- реферат з теми (модуля) або вузької проблематики;
- розв'язування та складання ситуативних задач різного рівня з теми (модуля) або курсу;

- учать в науково-практичних конференціях, або публікація статей на тематику згідно плану курсу;
- написання авторського есе;
- створення презентацій на задану тему.

Індивідуальне навчально-дослідне завдання (ІНДЗ) включає додаткову роботу студента протягом навчального семестру. Метою ІНДЗ є самостійне детальне дослідження окремих проблем функціонування та розвитку конфліктів в організаціях, вивчення оптимальних методів для організації ефективної роботи менеджерів, удосконалення методичних та практичних підходів в області психології праці, а також систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань студента з дисципліни, розвиток навичок самостійної роботи.

ІНДЗ з дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджмент» передбачає написання студентами науково-пошукових робіт, підготовку повідомлень та презентацій, аналітичний огляд наукових публікацій за заданою тематикою, підготовку матеріалів до науково-практичних студентських конференцій.

Написання науково-пошукової роботи або презентації створює для студента можливість самостійно досліджувати інформаційні джерела, в яких висвітлюються проблеми впровадження у господарську практику, узагальнювати представлену інформацію та виділяти основне, вивчати і давати оцінку основним проблемам, шукати шляхи та висловлювати пропозиції щодо їх подолання.

Аналітичний (критичний) огляд наукових публікацій за заданою тематикою розвиває навички самостійної науково-дослідної та практичної роботи, дозволяє студенту критично проаналізувати погляди різних науковців на певну проблему, узагальнити опрацьовані дані, висловити та обґрунтувати власну точку зору на вирішення проблеми, що загалом сприяє розвитку та поглибленню у студента наукового і практичного інтересу до майбутньої професійної діяльності.

Студенти, що бажають прийняти участь у науковій роботі, можуть підготувати *матеріали для участі у науково-практичних студентських конференціях*. Для самостійної роботи пропонується написання тез доповіді або наукової статті для студентів, які зацікавлені у поглибленому вивченні дисципліни.

Орієнтовна структура індивідуальних навчально-дослідних завдань для студентів:

- вступ (зазначається тема, мета та завдання роботи);
- теоретичне обґрунтування (виклад базових теоретичних положень, законів, принципів тощо, на основі яких виконується завдання);
- основні результати роботи та їх обговорення (подаються статистичні або якісні результати роботи, схеми, малюнки, моделі, описи, систематизована реферативна інформація та її аналіз тощо);
- висновки;
- список використаних джерел.

Теми індивідуальних завдань

1. Сучасні наукові підходи до сутності самоменеджменту у сфері підприємництва та торгівлі в SMART-середовищі.

2. Здоровий спосіб життя як фактор підтримки працездатності підприємця в умовах високої конкуренції та цифрової мобільності.
3. Роль емоційного інтелекту у підвищенні ефективності самоменеджменту підприємця та менеджера з торгівлі.
4. Здоровий спосіб життя як критерій ефективності використання людських ресурсів у бізнесі та електронній комерції.
5. Мотивація у професійному розвитку підприємця: теоретичні основи та практичні інструменти SMART-середовища.
6. Психогігієнічна компетентність підприємця: запорука стабільного розвитку бізнесу.
7. Стрес у підприємницькій діяльності та методи його подолання в умовах діджиталізації бізнес-процесів.
8. Стресостійкість як ключова компетенція підприємця: методи подолання негативних наслідків стресу.
9. Освітній потенціал підприємця: ресурси професійного навчання у SMART-середовищі.
10. Емоційний інтелект як компетенція підприємця у сфері торгівлі та онлайн-бізнесу.
11. Роль рефлексії у процесі саморозвитку та самоменеджменту підприємця в цифровому бізнесі.
12. Кар'єрний потенціал підприємця: побудова успішної траєкторії в умовах електронної торгівлі.
13. Засоби активізації професійного саморозвитку підприємця в SMART-середовищі.
14. Кращі кейси розвитку навичок самоменеджменту серед відомих підприємців та управлінців у сфері торгівлі.
15. Balanced Scorecard як інструмент ефективного самоменеджменту підприємця.
16. Психологічні аспекти прокрастинації у підприємців та методи її подолання з використанням цифрових технологій.
17. Двовимірна модель управління Р. Блейка і Дж. Моутон у практиці підприємництва та торгівлі.
18. Стратегії поведінки у конфлікті (за К. Томасом і Р. Кілменом) у підприємницькому середовищі.
19. Соціально-психологічна адаптація підприємця в команді та діловому середовищі.
20. Методи стимулювання креативного мислення та їх використання у бізнесі й самоменеджменті підприємця.

8. Методи навчання

Під час викладання навчальної дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджменту» застосовуються наступні методи:

- словесні (лекції, бесіди);
- наочні, під час лекцій (інформаційних, аналітичних, проблемних) та практичних занять, в тому числі з використанням мультимедійного забезпечення та інших ТЗН;
- практичні, під час виконання практичних робіт, задач, вправ;
- інтерактивні методи навчання під час проведення опитування, аналізу практичних ситуацій, дискусії, мозкового штурму, ділових ігор, розгляду кейс-стаді
- інноваційні, зокрема проєктно-дослідницький метод; інтегровані методи; заняття із використанням ІКТ. Застосовуються наступні інформаційно-комунікаційні технології та діджитал-інструменти: цифрові інструменти Google, програмні продукти від Microsoft, програмне забезпечення для проведення опитувань Kahoot, Mentimeter, хмарний презентаційний сервіс Canva, он-лайн дошка Padlet.
- методи дистанційного навчання за допомогою платформ: Moodle та Zoom.

9. Критерії та засоби оцінювання

Протягом семестру здобувач вищої освіти може отримати максимум 100 балів, у тому числі: перший рубіжний контроль – 50 балів, другий рубіжний контроль – 50 балів. По поточному контролю здобувач може набрати бали за активність на лекційних та практичних заняттях, виявлення рівня підготовки здобувачів із зазначеної теми під час опитування, тестування, презентації індивідуальних завдань, вирішення практичних задач та кейсів. Більш детальний розподіл балів відображено в курсі на платформі Moodle (<https://moodle.kntu.kr.ua/course/view.php?id=973>).

Критерії оцінки заліку:

- **«зараховано»** – студент має стійкі знання про основні поняття дисципліни, може сформулювати взаємозв'язки між поняттями.
- **«не зараховано»** – студент має значні пропуски в знаннях, не може сформулювати взаємозв'язку між поняттями, що вивчаються в курсі, не має уявлення про більшість основних понять дисципліни, що вивчається.

Шкала оцінювання: національна та ЄКТС

Сума балів за всі види навчальної діяльності	Оцінка ЄКТС	Оцінка за національною шкалою	
		для екзамену, курсового проекту (роботи), практики	для заліку
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D	задовільно	
60-63	E		
35-59	FX	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання

1-34	F	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни
------	---	--	---

10. Рекомендовані джерела інформації:

Базова

1. Боковець В. В., Соколовська В. В. Управління конфліктними ситуаціями в роботі з персоналом. *Ефективна економіка*. 2020. № 10. – URL: <http://www.economy.nauka.com.ua/?op=1&z=8244> (дата звернення: 28.06.2025).
2. Жавнерчик О.В. Психологія управління: Конспект лекцій. Одеса: ОДЕКУ, 2020. 161с.
3. Кацавець Р.С. Психологія особистості. Навчальний посібник. Київ : Алерта. 2021. 134 с.
4. Липчанський В.О., Шамшур В.О. Роль самоменеджменту керівника в досягненні ринкового успіху підприємства. Конкурентоспроможна модель інноваційного розвитку економіки України : матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., м. Кропивницький, 07-08 груд. 2023 р. / М–во освіти і науки України, Центральноукраїн. нац. техн. ун–т. Кропивницький : ЦНТУ, 2023. С. 211-213.
5. Гайдуков, В., Андрощук, І., & Липчанський, В. (2024). Нейропсихологічні фактори у конфліктності соціально-трудових відносин та методи запобігання конфліктам як передумова створення ефективного бізнес-середовища сучасних організацій. Науковий вісник Міжнародної асоціації науковців. Серія: економіка, управління, безпека, технології, 3(3). <https://doi.org/10.56197/2786-5827/2024-3-3-6>. <https://man.org.ua/nv/index.php/about/article/view/94>
6. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці. Навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.
7. Двек Керол. Mindset. Змініть спосіб мислення і розкрийте свій потенціал. К. : Наш формат, 2024. 304 с.
8. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Психологія управління: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях / З.Р. Кісіль, Д.В. Швець. – Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. – 208 с.
9. Овсянюк-Бердадіна О. Ф., Островерхов В. М. Управління змінами: навч. посібник. Тернопіль : ЗУНУ, 2023. 148 с.
10. Постоян Т. Г. Психологія управління : навч. посібн. Одеса : Університет Ушинського, 2020. 195 с.
11. Психологія стресу та стресових розладів : навч. посіб. / О. Ю. Овчаренко. К. : Університет «Україна», 2023. 266 с.
12. Самоменеджмент : навчальний посібник / Г. З. Леськів, Г. Я. Левків, М. М. Бліхар, В. В. Гобела, О. П. Подра, Г. В. Коваль. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 280 с
13. Самоменеджмент. Навчальний посібник для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм навчання за спеціальністю

073 «Менеджмент», ОП «Менеджмент організацій і адміністрування», / Укладач: З.М. Шильнікова; ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». Старобільськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2022. 224 с

14. Тайм-менеджмент: 20 корисних програм та мобільних додатків : веб-сайт. URL: <http://melni.me/tajm-menedzhment-20-korysnyhsajtiv-ta-mobilnyh-dodatkov> (дата звернення: 10.07.2025).

15. Тушевська Т.В. Стрес-серфінг, як необхідна професійна компетенція сьогодення // Наука - виробництву, 2024 : LVIII наук.-техн. конф. здобувачів вищої освіти, LV наук.-техн. конф. виклад., аспірантів та співроб., 16 трав. 2024 р., м. Кропивницький : зб. тез доп. / М-во освіти і науки України, Центральноукраїн. нац. техн. ун-т ; [оргком. : В. Кропівний, А. Тихий, В. Сало та ін.]. Кропивницький : ЦНТУ, 2024.

16. Управління конфліктами та комунікаціями : навчально-методичний посібник для самостійного (дистанційного) вивчення дисципліни студентами другого (магістерського) рівня вищої освіти денної та заочної форм навчання, спеціальності 073 «Менеджмент» / Держ. біотехн. ун-т ; Уклад. В.М. Нагаєв. Харків : КП «Міська друкарня», 2022. 64 с.

17. Androshchuk I.O., Lypchanskyi V.O., Pitel N.S. Self-management as a tool of improvement of the quality of management of modern enterprises. Центральноукраїнський науковий вісник. Економічні науки, Вип. 8 (41). – Кропивницький: ЦНТУ, 2022. С. 244-252

18. Gilbreth L.M. (2020). The Psychology of Management : New special edition. 2020. 233 p.

19. HR-менеджмент : навч. посіб. / І. М. Сочинська-Сибірцева, А. О. Доренська, Т. В. Тушевська ; М-во освіти і науки України, Центральноукраїн. нац. техн. ун-т. – Кропивницький : ЦНТУ, 2022. 278 с.

20. Lypchanskyi V. (2023) Psychology Of Personal Development Of Student Of Economic Specialties. Scientific Journal Higher Economic -Social School In Ostroleka. 3/50, Łomza. P. 32-39

21. Lypchanskyi V. Digital culture in organizational development: psychological aspects of adaptation and managerial transformations / V. Lypchanskyi, A. Dorenska, T. Tushevskaya // Енергозбереження. Енергетика. Енергоаудит = Energy saving. Power engineering. Energy audit. 2025. № 4 (207). – С. 62-73. URI: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/92127>

22. Ryabovolyk T. The right to image: how self-management and legal literacy shape a responsible PR professional / T. Ryabovolyk, V. Lypchanskyi, B. Kramar // Енергозбереження. Енергетика. Енергоаудит = Energy saving. Power engineering. Energy audit.. № 3 (206). С. 127-136. URI: <https://repository.kpi.kharkov.ua/handle/KhPI-Press/91212>

Допоміжна

1. Бабич С.А., Липчанський В.О. Стиль та імідж керівника. Матеріали III Міжнародної науково-практичної конференції «Конкурентоспроможна модель

інноваційного розвитку національної економіки України, м. Кропивницький, 4 квітня 2020 р. С. 304-306. URL: <http://dspace.kntu.kr.ua/jspui/bitstream/123456789/9724/5/Proceedings-3thISPConference-2020.pdf> (дата звернення: 16.06.2025).

2. Кавиліна Г. К. Конфліктологія: навчальний посібник для здобувачів вищої освіти спеціальності: 012 Дошкільна освіта. Одеса: Видавництво ТОВ «Лерадрук», 2021. 153 с.

3. Петрінко В.С. Конфліктологія: курс лекцій, енциклопедія, програма, таблиці. Навчальний посібник. Ужгород: Видавництво УжНУ «Говерла», 2020. 360 с.

4. Психологія управління: метод. реком. до лаборат. практ. / укл. Малімон Л.Я. Вид. 2., доп. Луцьк : ВНУ імені Лесі Українки, 2020. 107 с.

5. Самоменеджмент: Навчально- методичний комплекс дисципліни [Електронний ресурс]: навч. посіб. для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти, спеціальності 073 «Менеджмент», освітніх програм «Менеджмент і бізнес-адміністрування», «Менеджмент міжнародного бізнесу», «Управління бізнесом, підприємництво та інновації», «Логістика» / КПП ім. Ігоря Сікорського; укладачі: С.В. Салод, Л.Л. Ведута, І.Б. Гольцова, КПП ім. Ігоря Сікорського. Київ: КПП ім. Ігоря Сікорського, 2024. 55 с. URL: <https://ela.kpi.ua/server/api/core/bitstreams/8a9c8f7b-fe03-4d9e-aa5f-84c41d84df0e/content>

6. Сумець О. М. Стратегічний менеджмент : підручник / О. М. Сумець ; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ, Кременч. льот. коледж. Харків : ХНУВС, 2021. 208 с.

7. Тимошенко Д. О. Психологічні аспекти управління в ІТ-сфері з урахуванням гендерної компоненти / Д. О. Тимошенко, науковий керівник – проф. Коробкіна Т. В. // Радіоелектроніка та молодь у ХХІ столітті : матеріали 24-го Міжнар. молодіж. форуму, 7–9 квітня 2020 р. Харків : ХНУРЕ, 2020. Т. 8. С. 189–190. URL: <https://openarchive.nure.ua/handle/document/18614> (дата звернення: 02.08.2025).

7. Тушевська Т. Особливості психосоціальної допомоги на підприємствах в умовах війни // Конкурентоспроможна модель інноваційного розвитку економіки України: матеріали VI Міжнар. наук.-практ. конф., м. Кропивницький, 07-08 груд. 2023 р./М–во освіти і науки України, Центральнoукраїн. нац. техн. ун–т. Кропивницький: ЦНТУ, 2023. 400 с.

8. Managing Conflict and Negotiation. SAGE publishing : веб-сайт. URL: https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/58510_Nahavandi_Chapter_11_proof.pdf (дата звернення: 18.06.2025).

Інформаційні ресурси

1. Бюро примирення Ірини Калінської. URL: www.lawhelper.com.ua

2. Вирішення конфліктів в Україні та закордоном (Український центр порозуміння). URL: www.commonground.org.ua

3. Законодавство України. URL: <http://zakon4.rada.gov.ua/laws>
4. Інтернет-портал для управлінців. URL: [www. Management.com.ua](http://www.Management.com.ua)
5. Національна служба посередництва і примирення. URL: www.nspp.gov.ua
6. Портал управління змінами. URL: <https://pdp.nacs.gov.ua/>
7. Психологічний захист та його механізм. URL: www.horting.org.ua/note/1455
8. Сайт наукової бібліотеки «Буковина». URL: <http://buklib.net>
9. Сайт Національної бібліотеки імені В.І. Вернадського. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
10. Український центр медіації. URL: www.kmbs.ua/storage/files/_brochure.pdf
11. Українські підручники он-лайн. URL: <http://pidruchniki.ws>
12. International Security and Partnership Center, Центр міжнародної безпеки та партнерства. URL: www.ispc.org.ua