
	<p style="text-align: center;"> <b>МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І  НАУКИ УКРАЇНИ</b>  <b>ЦЕНТРАЛЬНОУКРАЇНСЬКИЙ  НАЦІОНАЛЬНИЙ ТЕХНІЧНИЙ  УНІВЕРСИТЕТ</b>  Кафедра економіки, менеджменту  та комерційної діяльності  <b>СИЛАБУС НАВЧАЛЬНОЇ  ДИСЦИПЛІНИ</b> </p>	
---	---	---

<b>Назва курсу</b>	<b>Психологія розвитку та самоменеджмент</b>
<b>Викладачі</b>	Липчанський Володимир Олександрович, кандидат педагогічних наук, доцент кафедри економіки, менеджменту та комерційної діяльності
<b>Рівень вищої освіти, галузь знань, спеціальність, освітня програма</b>	Рівень вищої освіти: другий (магістерський) Галузь знань: 07 «Управління та адміністрування» Спеціальність: 073 «Менеджмент» Освітньо-професійна програма: «Менеджмент бізнес-організацій»
<b>Контактний телефон</b>	067 975-51-35
<b>Е-mail</b>	lindervlad92@gmail.com
<b>Обсяг та ознаки дисципліни</b>	Обов'язкова дисципліна загальної підготовки, змістових модулів – 2. Форма контролю: залік Загальна кількість кредитів – 4, годин – 120, у т.ч. лекції – 28 годин, практичні заняття – 14 годин, самостійна робота – 78 години. Формат: очний (offline / face to face) / дистанційний (online). Мова викладання: українська
<b>Консультації</b>	Консультації проводяться відповідно до Графіку, розміщеному в інформаційному ресурсі moodle.kntu.kr.ua; у режимі відео конференцій Zoom, через електронну пошту, Viber, Telegram за домовленістю.
<b>Пререквізити</b>	потребує базових знань з основ менеджменту.

## **1. Мета і завдання дисципліни**

**Метою** вивчення навчальної дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджмент» 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.

**Завданнями** вивчення дисципліни є: 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 управління; 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.

## **2. Результати навчання**

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен отримати

### **Загальні компетентності**

#### **Загальні компетентності**

ЗК2. Здатність спілкуватися з представниками інших професійних груп різного рівня (з експертами з інших галузей знань/видів економічної діяльності);

ЗК4. Здатність мотивувати людей та рухатися до спільної мети;

ЗК6. Здатність генерувати нові ідеї (креативність);

### **Спеціальні компетентності**

СК1. Здатність обирати та використовувати концепції, методи та інструментарій менеджменту, в тому числі у відповідності до визначених цілей та міжнародних стандартів;

СК3. Здатність до саморозвитку, навчання впродовж життя та ефективного самоменеджменту;

СК4. Здатність до ефективного використання та розвитку ресурсів організації;

СК6. Здатність формувати лідерські якості та демонструвати їх в процесі управління людьми;

СК7. Здатність розробляти проекти, управляти ними, виявляти ініціативу та підприємливість;

СК8. Здатність використовувати психологічні технології роботи з персоналом.

СК9. Здатність аналізувати й структурувати проблеми організації, приймати ефективні управлінські рішення та забезпечувати їх реалізацію;

СК 12. Здатність застосовувати технології та методи управління знаннями, змінами і командами в організаціях, управляти опором змінам та конфліктами у стратегічному і тактичному вимірах із застосуванням цифрових інструментів управління.

### Програмні результати навчання

ПРН6. Мати навички прийняття, обґрунтування та забезпечення реалізації управлінських рішень в непередбачуваних умовах, враховуючи вимоги чинного законодавства, етичні міркування та соціальну відповідальність.

ПРН10. Демонструвати лідерські навички та вміння працювати у команді, взаємодіяти з людьми, впливати на їх поведінку для вирішення професійних задач.

ПРН11. Забезпечувати особистий професійний розвиток та планування власного часу.

ПРН12. Вміти делегувати повноваження та керівництво організацією (підрозділом).

### 3. Політика курсу та академічна доброчесність

Очікується, що здобувачі вищої освіти будуть дотримуватися принципів академічної доброчесності, усвідомлювати наслідки її порушення.

При організації освітнього процесу в Центральнотехнічному національному університеті здобувачі вищої освіти, викладачі та адміністрація діють відповідно до: Положення про організацію освітнього процесу; Положення про організацію вивчення вибіркового навчального дисциплін та формування індивідуального навчального плану ЗВО; Кодексу академічної доброчесності ЦНТУ.

### 4. Програма навчальної дисципліни

№ з/п	Назва теми	Кількість годин	Завдання
1	2	3	4
<b>Змістовий модуль 1. Методологічні підходи до психології розвитку та самоменеджменту</b>			
1	<b>Тема 1. Предмет, завдання і методи психології розвитку та самоменеджменту.</b> Сутність та призначення дисципліни «Психологія розвитку та самоменеджмент». Предмет, об'єкт та суб'єкт вивчення курсу. Концепції та напрями дослідження самоменеджменту. Методологічна база дисципліни.	8	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал 2. Підготувати реферат на теми: 2.1. Концепція Лотара Зайверта 2.2. Концепція М.Вудкока і Д.Френсіса 2.3. Концепція В.А.Андрєєва 2.4. Концепція А.Т.Хроленко 2.5. Концепція Бербеля і Хайнца Швальбе
2	<b>Тема 2. Особливості розвитку людини.</b> 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	8	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал 2. Підготувати есе на тему «Проблема рушійних сил розвитку особистості з точки зору гуманістичної психології: за і проти»
3	<b>Тема 3. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління.</b> Закони та принципи самоуправління. Закономірності духовного розвитку. Синергетичний підхід до управління	6	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал 2. Підготувати реферат на теми: 2.1. Моделі самоуправління розвитком людини

	функціонуванням і розвитком людини		2.2. Життєва криза як рушійна сила розвитку 2.3. Боротьба в самоменеджменті
4	<b>Тема 4. Людина як об'єкт та суб'єкт самоуправління</b> 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	12	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал 2. Підготувати реферат на теми: 2.1. Особливості вищої нервової діяльності, врахування їх у самоуправлінні 2.2. Акмеологічні та валеологічні засади самоменеджменту
5	<b>Тема 5. Формування цілей у діяльності менеджера</b> Цінності як об'єкт дослідження. Суть, види та інструменти постановки цілей. Засоби впорядкування та встановлення пріоритетності цілей	8	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал 2. Дискусія на тему: «Психологія цілепокладання»
6	<b>Тема 6. Організація діяльності менеджера</b> 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.	18	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Розглянути приклади нормування праці менеджера. 1. Скласти паспорт робочого місця менеджера певного виду діяльності (наприклад, проджект-менеджера, менеджера з туризму, директора з виробництва, менеджера з продажу тощо) 2. Розглянути методи управління ресурсом активності та працездатності. 3. Дослідити типову криву працездатності. 4. Розглянути концепцію «Work-life balance».
1	2	3	4
7	<b>Тема 7. Дослідження та вимірювання результатів діяльності менеджера.</b> Оцінювання управлінської діяльності менеджера. Методи визначення і вимірювання сильних сторін менеджера	6	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Докладно розглянути наступні методи оцінювання управлінської діяльності менеджера: - 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 ранжирування і метод вимушеного розподілу
<b>Змістовний модуль № 2. Формування та розвиток менеджерського потенціалу</b>			
8	<b>Тема 8. Розвиток потенціалу управлінця.</b> Сутність, види і напрями розвитку менеджерського потенціалу. Саморозвиток, самоосвіта, самовиховання та самопізнання керівника. Стресостійкість управлінця. Характеристика керівника з творчим підходом до виконання посадових обов'язків.	10	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Обговорення бар'єрів розвитку потенціалу менеджера. Колективний пошук шляхів їх подолання. 3. Постановка проблеми та спроба її вирішити різними методами пробудження творчої ініціативи
9	<b>Тема 9. Діяльність керівника в процесі управління змінами.</b> Поняття змін у роботі менеджера. Види реакцій працівників на зміни в організації. Модель поведінки керівника у період змін. Формування адаптивності в умовах постійних змін	8	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Розгляд методів опору змінам. 3. Підготувати презентації на теми: - Аутсорсинг: види та особливості застосування - Аутстафінг - сучасний метод

			управління змінами - Бенчмаркінг і специфіка його використання в управлінні змінами - Даунсайзинг
10	<b>Тема 10. Конфлікти в діяльності менеджера.</b> Поняття конфлікту. Структурна модель конфлікту. Причини виникнення конфліктних ситуацій. Конфліктогени. Тригери. Фази розвитку конфлікту. Закономірності взаємовідносин і поведінки людей у конфліктних ситуаціях. Методи і прийоми подолання конфліктних ситуацій. Стратегія і тактика взаємодії в конфліктних ситуаціях.	18	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Брейнстормінг: «Пошук позитивних та негативних наслідків конфлікту» 3. Підготувати презентації за темами: - Конфліктність та толерантність у спілкуванні - Самоконтроль емоцій - Страйки – спосіб вирішення конфлікту? - Очікування – їх роль у конфліктних ситуаціях 4. Провести порівняльний аналіз стилів конфліктної поведінки: поступки, компромісу, консенсусу, ухилення, співробітництва
11	<b>Тема 11. Технологічний самоменеджмент.</b> 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	6	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Характеристика засобів самоуправління у західній та східній культурах. 3. Розгляд технологій самовиховання і взаєморозуміння
12	<b>Тема 12. Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту.</b> Становлення і сутність стратегічного самоменеджменту. Організація стратегічного самоменеджменту. Стратегічне мислення в самоменеджменті. Місія і стратегічне цілепокладання в самоменеджменті. Стратегічне планування в самоменеджменті	12	1. Самостійно опрацювати теоретичний матеріал. 2. Дослідження етапів стратегічного самоменеджменту .
	Разом	120	

## 5. Система оцінювання та вимоги

Протягом семестру здобувач може отримати max. 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.

Види контролю: поточний, підсумковий.

Методи контролю: спостереження за навчальною діяльністю студентів, усне опитування, тестовий контроль.

Форма підсумкового контролю: залік.

Семестровий залік полягає в оцінці рівня засвоєння здобувачем вищої освіти навчального матеріалу на лекційних, практичних, семінарських або лабораторних заняттях і виконання індивідуальних завдань за стобальною та дворівневою («зараховано», «не зараховано») та шкалою ЄКТС результатів навчання.

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	<b>A</b>	відмінно	зараховано
82-89	<b>B</b>	добре	
74-81	<b>C</b>		
64-73	<b>D</b>		
60-63	<b>E</b>	задовільно	
35-59	<b>FX</b>	незадовільно з можливістю повторного складання	не зараховано з можливістю повторного складання
1-34	<b>F</b>	незадовільно з обов'язковим повторним вивченням дисципліни	не зараховано з обов'язковим повторним вивченням дисципліни

### 6. Рекомендовані джерела інформації:

#### Основні

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: 17.06.2022).

2. Лугова В. М. Основи самоменеджменту та лідерства : навчальний посібник / В. М. Лугова, С. М. Голубєв. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 212 с.

3. Методичні вказівки до вивчення дисципліни «Конфліктологія» для студентів денної форми навчання за спеціальностями 281 «Публічне управління та адміністрування» та 051 «Економіка» (Управління персоналом і економіка праці) / Уклад. В.О. Липчанський, Т. В. Тушевська. Кропивницький : ЦНТУ, 2019. 82 с

4. Методичні вказівки до вивчення дисципліни «Конфліктологія» для студентів денної форми навчання за спеціальностями 281 «Публічне управління та адміністрування» та 051 «Економіка» (Управління персоналом і економіка праці) / Уклад. В.О. Липчанський, Т. В. Тушевська. Кропивницький : ЦНТУ, 2019. 82 с.

5. Пічугіна Т. С. Управління змінами. Навчальний посібник. Х. : ХДУХТ, 2017. 226 с.

6. Прищак, М. Д. Психологія управління в організації : навчальний посібник / М. Д. Прищак, О. Й. Лесько. [2-ге вид., перероб. і доп.]. Вінниця , 2016. 150 с.

7. 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

8. 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.

9. Тайм-менеджмент: 20 корисних програм та мобільних додатків : веб-сайт. URL:<http://melni.me/tajm-menedzhment-20-korysnyhsajtiv-ta-mobilnyh-dodatktiv>. (дата звернення: 10.08.2022).

10. Фізіологія та психологія праці : метод. вказ. до вивч. диск. для студ. ден. форми навч. за спец. 051 «Економіка» (Управління персоналом і економіка праці) / [уклад. В. О. Липчанський, Т. В. Тушевська] ; М-во освіти і науки України, Центральноукраїн. нац. техн. ун-т. Кропивницький : ЦНТУ, 2019. 94 с.

11. Managing Conflict and Negotiation : веб-сайт. URL: [https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/58510\\_Nahavandi\\_Chapter\\_11\\_proof.pdf](https://www.sagepub.com/sites/default/files/upm-binaries/58510_Nahavandi_Chapter_11_proof.pdf) (дата звернення: 25.08.2022).

12. McConnon Shay & Margaret (2008). Conflict management in the workplace. 146 p.

13. Self-Management: Time Management, Life Management and Personal Management (2013). 102 p

### **Додаткові**

1. Васильєва О.А. Психологія ділового спілкування : навчально-методичний посібник / О.А. Васильєва. Ізмаїл : ІДГУ, 2018. 177 с.

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

3. Психологія управління: курс лекцій для студентів денної і заочної форм навчання напряму підготовки 6.030103 «Практична психологія» / укладач О.С. Юрков. Мукачево: МДУ, 2017. 179 с.

4. 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.

5. Федоришина Л. М., Камінський В.І. Самоменеджмент як мистецтво управління індивідуальним людським капіталом Глобальні та національні проблеми економіки. 2016. Вип. 10. URL: <http://global-national.in.ua/archive/10-2016/111.pdf>.

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

7. Zartman I William. (2008). Negotiation and Conflict Management Essays on theory and practice. 300 p.

### **Інформаційні ресурси**

1. Бюро примирення Ірини Калінської. URL: [www.lawhelper.com.ua](http://www.lawhelper.com.ua)

2. Вирішення конфліктів в Україні та закордоном (Український центр порозуміння). URL: [www.commonground.org.ua](http://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.nsprr.gov.ua](http://www.nsprr.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](http://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](http://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](http://www.ispc.org.ua)

Розглянуто і схвалено на засіданні кафедри ЕМ та КД, Протокол №1 від «28» серпня 2023 р.