



ДОНБАСЬКА ДЕРЖАВНА МАШИНОБУДІВНА АКАДЕМІЯ
Факультет економіки та менеджменту
Кафедра філософії та соціально-політичних наук

Затверджую:
Декан факультету

проф. Є. В. Мироненко /  /
«__3__» ____09____ 2024_р.

Розглянуто і схвалено
на засіданні кафедри філософії та СПН
Протокол №1 від 3.09.2024р.

В. о. завідувача кафедри
доц. О.П. Кваша /  /

**Робоча програма навчальної дисципліни
«САМОМЕНЕДЖМЕНТ»**

Розробник: Л. О. Бившева, канд. економ. наук

Краматорськ – Тернопіль 2024

І ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ

1.1 Актуальність вивчення дисципліни у зв'язку із завданнями професійної діяльності та навчання.

Формування готовності фахівців-політологів до майбутньої професійної діяльності нерозривно пов'язане із набуттям спеціальних (фахових) компетентностей з обов'язкових навчальних дисциплін професійної підготовки, зокрема, з дисципліни «Самоменеджмент».

Становлення ринкової економіки в Україні, зміна позицій по відношенню до системи управління на підприємствах, змусили керівників різних підприємств переглянути підходи до теоретичної та практичної підготовки спеціалістів в сфері політології. Це зокрема стосується вміння реалізовувати управлінські функції, враховуючи потенційні можливості підлеглих працівників і здійснювати самоуправління, породжене суспільною потребою більш повно використовувати як потенціал працівників, так і розвивати власний творчий потенціал, в результаті впливу психологічних і соціальних чинників. Тому, на сьогоднішній день актуальною стає проблема підготовки висококваліфікованих спеціалістів з навиками ефективного керівництва і самоуправління. Саме дисципліна «Самоменеджмент» і забезпечує у визначальній мірі якісну підготовку таких спеціалістів. Наука про самоуправління є сучасною економічною наукою, яка покликана забезпечувати розвиток ефективного системного мислення керівника з метою оптимального, раціонального використання власного робочого часу і часу підлеглих працівників для покращення як власної роботи, так і роботи всього колективу.

Статус дисципліни: вибіркова дисципліна.

Пререквізити для вивчення дисципліни: вивчення дисциплін «Соціологія», «Логіка», «Психологія спілкування».

Постреквізити вивчення дисципліни: «Психологія управління», «Професійна етика».

Мова викладання: українська.

- **Обсяг** навчальної дисципліни та його розподіл за видами навчальних занять: загальний обсяг становить 120 годин - 4 кредити, в т.ч.:

- денна форма навчання: лекції – 30 годин, практичні (семінарські) заняття – 15 годин, самостійна робота студентів – 75 годин.

2. ОПИС НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Найменування показників	Галузь знань, напрям підготовки, освітньо-кваліфікаційний рівень	Характеристика навчальної дисципліни	
		денна форма навчання	заочна / заочна прискор. форма навчання
Кількість кредитів – 4	Галузь знань 05 Соціальні та поведінкові науки	Обов'язкова	Обов'язкова
Модулів – 1	Спеціальність підготовки: 052 «Політологія»	Рік підготовки:	
Змістових модулів – 1		4-й	4-й / 2-й
Індивідуальне завдання: Реферат		Семестр	
Загальна кількість годин – 120 год.		7-й	7-й / 4-й
Тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3 год.	Освітньо-кваліфікаційний рівень: Бакалавр (перший)	Лекції	
		30 год.	4 год
		Практичні, семінарські	
		15 год.	4 год
		Самостійна робота	
		75 год.	112
		Індивідуальні завдання: 10 год.	
		Вид контролю: залік	

3. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета дисципліни «Самоменеджмент» - формування компетентностей щодо розробки кадрової політики та забезпечення і цілеспрямованого використання персоналу організації.

Основними **завданнями** вивчення дисципліни є: ознайомити здобувачів вищої освіти із сутністю та теоретичними основами самоменеджменту; навчити здобувачів правильно застосовувати методичний інструментарій дисципліни; сформувати у студентів уявлення про те, що лідерство – це особливий процес впливу на інших членів колективу, при якому лідер отримує підтримку команди для досягнення своїх цілей.

4. КОМПЕТЕНТНОСТІ ТА ЗАПЛАНОВАНІ РЕЗУЛЬТАТИ НАВЧАННЯ

При викладанні навчальної дисципліни «Самоменеджмент» увага приділяється оволодінню здобувачами такими загальними та спеціальними компетентностями, як:

ЗК03. Здатність буди критичними і самокритичними

ЗК4. Здатність спілкуватися с представниками інших професійних груп

різного рівня

Інтегральна компетентність: Здатність розв'язувати складні спеціалізовані задачі та практичні проблеми у політичній сфері, що характеризуються комплексністю та невизначеністю умов, із застосуванням теорій та методів політичної науки.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен продемонструвати достатній рівень сформованості наступних програмних результатів навчання:

РН03. Вміти критично мислити у сфері професійної діяльності

РН04. Мати навички професійної комунікації

Здобувачі вищої освіти, вивчаючи навчальну дисципліну «Самоменеджмент», опановують систему знань і навичок:

Знання:

- набуті у процесі вивчення самоменеджменту, їх наукове формування та обґрунтування;
- використання теоретичного та методологічного матеріалу для аналізу особистості менеджера;
- встановлювати ключові компетенції лідерства та керівництва;
- аналізувати взаємовідносини особистості та групи в системах управління;
- досліджувати вплив гендерних різниць в самоменеджменті;
- оцінювати можливості кар'єрного росту менеджерів;
- критично осмислювати лекційний та позалекційний навчальний матеріал.

Уміння:

- формувати уявлення про власну поведінку лідера-керівника;
- устанавлювати особистісні цілі менеджера;
- розв'язувати проблеми психологічної сумісності між членами колективу;
- збирати, досліджувати і систематизувати інформацію для просування кар'єри керівника;
- надавати психологічну допомогу при формуванні команди;
- досліджувати та контролювати професійну діяльність керівника;
- розробляти та обґрунтовувати управлінські рішення, щодо професійної діяльності керівника.

Комунікація:

- зрозуміле і недвозначне донесення власних висновків, а також знань та пояснень, що їх обґрунтовують, до фахівців і нефахівців, зокрема до осіб які навчаються;
- використання державної та іноземної мови у професійній діяльності;
- практикувати дотримання етичних принципів ведення дискусій та оприлюднення результатів наукової праці.

Автономність та відповідальність:

- прийняття рішень у складних і непередбачуваних умовах, що потребує застосування нових підходів та прогнозування;

- відповідальність за розвиток професійного знання і практик, оцінку стратегічного розвитку команди;
- здатність до подальшого навчання.

5. ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Модуль 1. Основні поняття і прийоми самоменеджменту.

Тема 1. Сутність та зміст поняття «самоменеджмент»

- 1 Поняття менеджменту
- 2 Основна мета та переваги самоменеджменту
- 3 Сутність теорії самоменеджменту

Тема 2. Управління робочим часом менеджера

- 1 Стратегія управління робочим часом
- 2 Зміна прийняття часу

Тема 3. Планування робочого часу менеджера

- 1 Принципи планування робочого часу
- 2 Методи планування робочого часу

Тема 4. Основні життєві цінності людини

- 1 Класифікація цінностей
- 2 Роль цінностей у розвитку особистості

Тема 5. Постановка цілей

- 1 Інструменти досягнення цілей
- 2 Основні життєві цілі особистості

Тема 6. Прийоми і методи прийняття рішень.

- 1 Прийоми прийняття рішення
- 2 Основні методи прийняття рішень

Тема 7. Реалізація та організація особистої діяльності менеджера

- 1 Організація робочого місця менеджера
- 2 Працездатність менеджера

Тема 8. Само мотивування та нові звички

- 1 Поняття мотивації
- 2 Самомотивація та звички менеджера

Тема 9. Прокрастинація та самоконтроль

- 1 Теорії прокрастинації
- 2 Поняття про самоконтроль та прокрастинацію

Тема 10. Інформація і комунікації

- 1 Поняття комунікації в самоменеджменту
- 2 Правила проведення нарад, співбесід та телефонних переговорів

Тема 11. Розвиток менеджерського потенціалу

- 1 Психофізіологічний потенціал керівника
- 2 Творчий потенціал керівника

Тема 12. Кар'єра та успіх у самоменеджменті

- 1 Поняття та види кар'єри
- 2 Поняття успіху в процесі самоменеджменту

6. СТРУКТУРА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

6.1. Розподіл обсягу дисципліни за видами навчальних занять та темами:

№ з/п	Назви змістових модулів і тем	Кількість годин (денна / заочна форма)				
		Усього	в т.ч.			
			Л	П (С)	Лаб.	СРС
Змістовий модуль 1. Теоретичні основи самоменеджменту.						
1.	Тема 1. Сутність та зміст поняття «самоменеджмент».	10	2	1		7
2.	Тема 2. Управління робочим часом менеджера.	10	3	1		6
3.	Тема 3. Планування робочого часу менеджера	10	2	1		7
4.	Тема 4. Основні життєві цінності людини.	10	3	1		6
5.	Тема 5. Постановка цілей.	10	2	1		7
6.	Тема 6. Прийоми і методи прийняття рішень.	10	3	1		6
7.	Тема 7. Реалізація та організація особистої діяльності менеджера	10	2	1		7
8.	Тема 8. Само мотивування та нові звички.	10	3	1		6
9.	Тема 9. Прокрастинація та самоконтроль	10	2	1		7
10.	Тема 10. Інформація і комунікація	10	3	1		6
11.	Тема 11. Розвиток менеджерського потенціалу	10	2	2		6
12.	Тема 12. Кар'єра та успіх у самоменеджменті	10	3	3		4
	Усього годин	120	30	15	-	75

Л – лекції, П (С) – практичні (семінарські) заняття, Лаб. – лабораторні заняття не заплановано, СРС – самостійна робота студентів.

6.2 Тематика семінарських занять:

№ з/п	Назва теми	Обсяг у годинах
1	2	2
1	<i>Заняття 1.</i> Сутність самоменеджменту	1
2	<i>Заняття 2.</i> Сутність теорії самоменеджменту	1
3	<i>Заняття 3.</i> Стратегія «управління часом»	1
4	<i>Заняття 4.</i> Зміна прийняття часу	1
5	<i>Заняття 5.</i> Принципи планування робочого часу	1
6	<i>Заняття 6.</i> Класифікація цінностей	1

7	Заняття 7 Інструменти досягнення цілей	1
8	Заняття 8 Контрольна робота №1	1
9	Заняття 9 Принцип Парето, принцип А,Б,В, принцип Ейзенхауера	1
10	Заняття 10 Графік працездатності	1
11	Заняття 11. Поняття само мотивації. Причини демотивації	1
12	Заняття 12. Теорії прокрастинації	1
13	Заняття 13. Поняття комунікацій в самоменеджменті	1
14	Заняття 14. Психофізіологічний потенціал керівника	1
15	Заняття 15. Колоквіум №1	1
Усього		15

VII КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ

7.1. Перелік обов'язкових контрольних точок для оцінювання знань студентів денної форми навчання:

№	Назва і короткий зміст контрольного заходу	Max балів	Характеристика критеріїв досягнення результату навчання для отримання максимальної кількості балів
1.	Контроль поточної роботи на семінарських заняттях	20	Студент здатний продемонструвати критичне осмислення лекційного та поза лекційного матеріалу, передусім, відповідних джерел, а також навчальної літератури, брати кваліфіковану участь у дискусії з наведенням аргументації.
2.	Індивідуальне завдання (Реферат)	20	Студент здатний продемонструвати знання і розуміння основних термінів і понять та вміння їх практичного використання. Студент здатний продемонструвати знання і розуміння предмету курсу, проводити комплексний аналіз проблем само менеджменту.
3.	Модульна контрольна робота №1	40	Студент виконав письмове завдання, та навів аргументовану відповідь на теоретичне питання, що відповідає програмним результатам навчання за темами змістового модуля.
4.	Колоквіум	20	Студент проводить бесіду з викладачем, та наводить аргументовані відповіді на теоретичні питання, що відповідають програмним результатам навчання.
Всього		100	-

7.2. Перелік обов'язкових контрольних точок для оцінювання знань студентів заочної форми навчання:

№	Назва і короткий зміст контрольного заходу	Max балів	Характеристика критеріїв досягнення результатів навчання для отримання максимальної кількості балів
1.	Тестова підсумкова контрольна робота, яка виконується студентом індивідуально в системі Moodle	40	Студент виконав тестові завдання, що відповідають програмним результатам навчання з дисципліни
2.	Письмовий іспит	60	Студент виконав письмові завдання та навів аргументовані відповіді на теоретичні питання, що відповідають програмним результатам навчання з дисципліни
Всього		100	-

7.3. Критерії оцінювання сформованості програмних результатів навчання під час підсумкового контролю:

Синтезований опис компетентностей	Типові недоліки, які зменшують рівень досягнення програмного результату навчання
<p>Когнітивні:</p> <ul style="list-style-type: none"> студент здатний продемонструвати розуміння сутності системи управління організацією і роль керівника в системі управління; студент здатний продемонструвати знання і вміння аналізувати, узагальнювати і критично оцінювати різноманітні підходи та концепції, спираючись на отримані знання, на основі альтернативних поглядів на проблеми. 	75-89% - студент припускається несуттєвих помилок у розумінні сутності критеріїв ефективності системи управління в організації та розумінні ролі керівника в структурі управління; недостатньо повно володіє понятійно-термінологічним апаратом; припускається несуттєвих помилок при аналізі різноманітних підходів та концепцій.
	60-74% - студент недостатньо розуміє сучасні теорії самоменеджменту та робить суттєві помилки у розумінні сутності, принципів і форм системи управління; припускається помилок і не демонструє знання і вміння аналізувати, узагальнювати і критично оцінювати різноманітні підходи та концепції, припускається помилок і не може сформулювати власну оцінку формування особистості керівника
	менше 60% - студент не може продемонструвати знання і вміння аналізувати, узагальнювати і критично оцінювати різноманітні підходи та концепції, спираючись на отримані знання, на основі альтернативних поглядів на проблеми; не володіє понятійно-термінологічним апаратом з дисципліни; не може самостійно підібрати необхідні джерела та узагальнювати інформацію для створення глибокої бази знань про процес становлення особистості керівника
<p>Афективні:</p> <ul style="list-style-type: none"> студент здатний критично осмислювати програмний матеріал; аргументувати власну позицію, оцінювати аргументованість позицій студентів та викладача та дискутувати у професійному середовищі; 	75-89% - студент припускається певних логічних помилок в аргументації власної позиції в дискусіях на заняттях та під час захисту індивідуальних завдань, відчуває певні складності у поясненні фахівцю окремих аспектів професійної проблематики.

<ul style="list-style-type: none"> студент здатний співпрацювати з іншими студентами та викладачем; ініціювати і брати участь у дискусії, розділяти цінності колективної та наукової етики. 	<p>60-74% - студент припускається істотних логічних помилок в аргументації власної позиції, слабо виявляє ініціативу до участі у дискусіях та індивідуальних консультаціях за наявності складності у виконанні індивідуальних завдань; відчуває істотні труднощі при поясненні фахівцю або нефахівцю окремих аспектів професійної проблематики.</p>
	<p>менше 60% - студент не здатний продемонструвати володіння логікою та аргументацією у виступах, не виявляє ініціативи до участі у дискусії, до консультування з проблемних питань виконання індивідуальних завдань, не здатний пояснити нефахівцю суть відповідних проблем професійної діяльності; виявляє зневагу до етики навчального процесу.</p>
<p>Психомоторні:</p>	<p>75-89% - студент припускається певних помилок під час здійснення пошуку, систематизації, аналізу та використання джерел та теоретичного матеріалу та відчуває ускладнення під час звітування про виконання індивідуальних завдань.</p>
<ul style="list-style-type: none"> студент здатний самостійно здійснювати пошук, систематизацію, аналіз та використання джерел та теоретичного матеріалу, виконувати та звітувати про виконання індивідуальних завдань; 	<ul style="list-style-type: none"> 60-74% - студент відчуває ускладнення самостійно дотримуватися методологічних підходів щодо аналізу виникнення та діяльності системи самоменеджменту на різних етапах історичного розвитку людського суспільства.
<ul style="list-style-type: none"> студент здатний контролювати результати власних зусиль та коригувати ці зусилля. 	<p>менше 60% - студент нездатний самостійно здійснювати пошук та опрацювання джерел та теоретичного матеріалу, виконувати індивідуальні завдання, проявляє ознаки академічної не добросовісності при підготовці індивідуальних завдань та виконанні контрольних робіт, не сформовані навички самооцінки результатів навчання і навичок міжособистісної комунікації з прийняття допомоги з виправлення ситуації.</p>

8. ЗАСОБИ ОЦІНЮВАННЯ

№	Назва і короткий зміст контрольного заходу	Характеристика змісту засобів оцінювання
1.	Контроль поточної роботи на семінарських заняттях	<ul style="list-style-type: none"> індивідуальне та фронтальне опитування за понятійно-термінологічним та теоретичним матеріалом; оцінювання аргументованості відповідей про розбір проблемних ситуацій та завдань; оцінювання активності участі у дискусіях.
2.	Індивідуальні завдання	<ul style="list-style-type: none"> письмовий звіт про виконання індивідуального завдання; оцінювання самостійності та якості виконання завдання в ході звіту-захисту та співбесіди.
3.	Модульні контрольні роботи	<ul style="list-style-type: none"> стандартизовані тести; теоретичні питання та завдання; логічні та проблемні завдання.
Підсумковий контроль		<ul style="list-style-type: none"> стандартизовані тести; теоретичні питання та завдання.

9. РЕКОМЕНДОВАНІ ДЖЕРЕЛА ІНФОРМАЦІЇ

9.1. Основна література

1. Лугова В.М., Голубєв С.М. Основи самоменеджменту і лідерства: Навчальний посібник. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. – 212 с.
2. Дороніна М. С. Самоменеджмент: сутність, умови виникнення і розвитку / М. С. Дороніна, В. І. Пересунько // Економіка і управління. – 2016. – No 4. – С. 7–12.
3. Жуковська А. Ю. Діючі технології та перспективні методики планування професійної кар'єри публічних службовців / А. Ю. Жуковська, О. В. Бречко // Український журнал прикладної економіки. – 2017. – Том 2. – No 4. – С. 27–36. – ISSN 2415-8453.
4. Чайка Г.Л. Самоменеджмент менеджера. Навчальний посібник. Навчальний посібник. Київ: Знання. 2018. 424 с.
5. Садохіна К.С. Психолого-педагогічні умови формування лідерських якостей підлітків / К.С. Садохіна // Збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка. - 2018. - Випуск 9. - С.439 - 448.
6. Хміль Ф.І. Управління персоналом: підручник. К.: Академвидав., 2017., 488 с.
7. Теорія і практика формування лідера: навчальний посібник / О.Г. Романовський, Т.В. Гура, А.Є. Книш, В.В. Бондаренко – Харків, 2017 р. – 100 ст.
8. Лідерські якості в професійній діяльності / Романовський О. Г., Резнік С. М., Гура Т.В., Панфілов Ю.І, Голоवेशко Б.Р., Бондаренко В.В., Менеджмент персоалу за заг. ред. О.Г. Романовського. – Харків: НТУ«ХП», 2017
9. Jing Jiang, Chuansheng Chen, Bohan Dai, Guang Shi, Guosheng Ding, Li Liu, and Chunming Lu Leader emergence through interpersonal neural synchronization / Jiang Jing, Chen Chuansheng, Dai Bohan, Shi Guang, Ding Guosheng, Liu Li, and Lu Chunming // PNAS – Princeton: Princeton University, 2016. – Vol. 112, no. 14, P. 4274-4279.

9.2 Додаткова література

1. Андрушкін Б. М. Основи менеджменту / Б. М. Андрушкін, О. Є. Кузьмін – Львів : Світ, 2017.
2. Дудкевич Т.В. Конфліктологія з основами психології управління /Дудкевич Т. В. - К. : Центр навчальної літератури, 2018.
3. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. Посібник.- 3-є вид., випр.-К.: Вища школа., 2018.-487 с.
4. Киричук О.В., Роменець В.А. Основи психології: Підручник. Вид. 5-е., 2019. – 632 с.