

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ ЕКОНОМІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ІМЕНІ СЕМЕНА КУЗНЕЦЯ**

ЗАТВЕРДЖЕНО
на засіданні кафедри
соціальної економіки
Протокол № 13 від 24.08.2023 р.

ПОГОДЖЕНО
Проректор з навчально-методичної роботи



Каріна ШЕМАШКАЛО

ОСНОВИ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ ТА ЛІДЕРСТВА

робоча програма навчальної дисципліни (РПНД)

Галузь знань	всі	
Спеціальність	всі	
Освітній рівень	третій (освітньо-науковий)	
Освітня програма	всі	
Статус дисципліни		вибіркова
Мова викладання, навчання та оцінювання		українська

Розробники:

д.е.н., професор

Галина НАЗАРОВА

к.е.н., доцент

Вікторія ЛУГОВА

Завідувач кафедри
соціальної економіки

Галина НАЗАРОВА

**Харків
2023**

ВСТУП

Тенденції змін, що відбуваються в сучасному цивілізованому світі, пов'язані з прискореним розвитком технологій передачі та обробки інформації, що потребує від сучасного фахівця таких знань, умінь і навиків, які б давали можливість людині в цьому бурхливому світі миттєво реагувати на зміни середовища, з одного боку, а з іншого – змогу витримувати морально-психологічний та соціально-культурний натиск соціуму. Уміння самоорганізувати себе є нагальною потребою компетентного фахівця, основою його успішної професійної діяльності, запорукою особистісного зростання. Саме для цього покликаний самоменеджмент як цілеспрямоване й послідовне застосування наукових методів і практичних прийомів менеджменту для свідомого управління власною кар'єрою та особистим життям.

Головна мета самоменеджменту полягає у тому, щоб максимально використовувати власні можливості, свідомо управляти ходом свого життя, долати зовнішні обставини як у професійній, так і в особистій сфері, досягати успіху найефективнішим шляхом. Важливу роль у цьому відіграє наявність у людини лідерських якостей, здатності виконувати роль лідера.

Навчальна дисципліна «Основи самоменеджменту та лідерства» надає можливість здобувачам третього (освітньо-наукового) ступеня вищої освіти оволодіти навичками управління особистісними ресурсами, засвоїти технології саморозвитку та розвитку лідерських якостей, що надає змогу більш ефективно організовувати власну діяльність, брати на себе відповідальність за своє життя, професійне становлення та розвиток.

Мета навчальної дисципліни: вивчення здобувачами теоретичних засад та набуття практичних навичок здійснення самоуправління, саморозвитку, розвитку лідерських якостей, що визначатиме їх професійну спроможність та сприятиме формуванню професіоналізму впродовж життя.

Для досягнення мети поставлені такі основні завдання:

обґрунтування актуальності самоменеджменту та лідерства як складників професійної компетентності та побудова на цій основі нової моделі поведінки;

засвоєння основних методик самоменеджменту та лідерства для вибору індивідуальних ефективних способів здійснення професійної діяльності.

Об'єктом навчальної дисципліни є процеси самоуправління.

Предметом навчальної дисципліни є система знань і методів щодо саморозвитку особистості шляхом самомотивації, планування, ухвалення рішень, організації власної діяльності та самоконтролю.

Результати навчання та компетентності, які формує навчальна дисципліна визначено в табл. 1.

Таблиця 1

Результати навчання та компетентності, які формує навчальна дисципліна

Результати навчання	Компетентності, якими повинен оволодіти здобувач вищої освіти
Здатність визначати проблеми наукового і практичного забезпечення самоменеджменту	Вміти застосовувати концептуальні підходи самоменеджменту для пояснення процесів самомотивації, планування, прийняття рішень, організації власної діяльності і самоконтролю
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів аналізу витрачання часу і управління часом	Здійснювати обґрунтований вибір методів аналізу витрачання часу і управління часом. Застосовувати інструментарій обліку часу щоденного обліку часу
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління власною активністю і працездатністю	Здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом активності і працездатності. Розвивати навички здорового способу життя
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління власною платоспроможністю	Здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом платоспроможності. Застосовувати комп'ютерні програми з управління особистими фінансами
Здатність здійснювати обґрунтований вибір методів управління ресурсом освіченості	Здійснювати обґрунтований вибір методів навчання та самонавчання, планування кар'єри та професійного розвитку
Здатність визначати проблеми здійснення лідерства в сучасному суспільстві	Визначати проблеми здійснення лідерства в сучасному суспільстві через призму теорій лідерства, здійснювати обґрунтований вибір методів діагностики лідерства та розвитку лідерських компетентностей
Здатність здійснювати діагностику та розвиток лідерських компетентностей	Визначати та грамотно використовувати методи діагностики лідерства; здійснювати обґрунтований вибір методів розвитку лідерства; здійснювати управління розвитком власної лідерської компетентності

ПРОГРАМА НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Зміст навчальної дисципліни

Змістовий модуль 1. Використання ресурсів часу, активності та платоспроможності для ефективного самоуправління

Тема 1. Теоретичні основи самоменеджменту

1.1. Сутність і призначення самоменеджменту.

Передумови виникнення самоменеджменту. Етапи становлення самоменеджменту. Сучасні наукові погляди на сутність самоменеджменту. Самоменеджмент як основа ефективного управління собою, умова особистісного і професійного успіху. Основні цілі самоменеджменту. Сутність законів і принципів самоорганізації й управління. Основні напрями самоменеджменту.

1.2. Основні концепції самоменеджменту.

Концептуальний підхід до самоменеджменту Л. Зайверта. Концепція подолання власних обмежень М. Вудкока та Д. Френсіса. Самоменеджмент як досягнення особистого ділового успіху (Б. і Х. Швальбе). Концепція самоменеджменту В. А. Андрєєва. Сутність концепції самоменеджменту А. Т. Хроленко. Погляди на самоменеджмент К. Кінан. Самодисципліна як ключовий чинник здатності до самоуправління (Т. Брайант). Energy management (Дж. Лоер та Т. Шварц).

1.3. Функції самоменеджменту.

«Коло правил» Л. Зайверта: встановлення цілей, планування, ухвалення рішень, реалізація та організація, контроль та інформація і комунікація. Функції стратегічного самоуправління та функції повсякденного самоуправління (В. Колпаков).

Тема 2. Управління ресурсом часу (тайм-менеджмент)

2.1. Сутність ресурсу часу

Визначення понять «час» та «ресурс часу». Суб'єктивний та об'єктивний час. Головна мета управління ресурсом часу

2.2. Методи аналізу витрачання часу

Карточка щоденного обліку часу А. Гастєва. Хронокарти П. Керженцева. ABC-хронометраж. Щоденний облік часу А. Федорова (за допомогою таблиць Excel). Фотографія робочого тижня. Хронометраж за Г. Архангельським. Журнал часу. Аналіз щоденних перешкод часу.

2.3. Методи управління часом

Система Б. Франкліна. Матриця пріоритетів Д. Ейзенхауера. Правило В. Паретто «80/20». АБВ-аналіз

Тема 3. Управління ресурсом активності і працездатності

3.1. Поняття ресурсу активності і працездатності.

Сутність понять «активність» і «працездатність». Поняття ресурсу активності і працездатності та його місце в житті сучасної людини. Види активності і працездатності. Негативні чинники впливу на ресурс активності і працездатності

3.2. Методи управління ресурсом активності і працездатності

Здоров'я як ключовий показник ефективності використання ресурсу активності і працездатності. Розвиток навичок здорового способу життя: фізичної культури і спорту, раціонального харчування, відмови від шкідливих звичок, особистісної гігієни та психогігієни, моральної саморегуляції, екологічної свідомості і поведінки.

3.3. Психогігієна та збереження психічного здоров'я особистості

Стрес та чинники, що його викликають. Професійне вигорання. Методи нейтралізації стресу та основні підходи до роботи з професійним вигоранням

Тема 4. Управління ресурсом платоспроможності

4.1. Поняття ресурсу платоспроможності

Сутність поняття ресурсу платоспроможності. Фінансове планування життя. Види доходів та витрат особистості (сім'ї)

4.2. Методи управління ресурсом платоспроможності

Контроль фінансових потоків. Заощадження. Інвестування власних фінансових ресурсів. Страхування ризиків. Складання особистих фінансових планів. Пріоритетність при здійсненні витрат. Створення і збереження заощаджень. Особистий фінансовий ризик-менеджмент. Застосування комп'ютерних програм з управління особистими фінансами

Змістовий модуль 2. Використання ресурсів освіченості та лідерства для ефективного самоуправління

Тема 5. Управління ресурсом освіченості

5.1. Поняття ресурсу освіченості

Сутність понять «освіченість» та «ресурс освіченості». Вимоги до освіченої людини в сучасному суспільстві. Освіченість як стратегічна перевага особистості. Освіта протягом життя. Самоосвіта.

5.2. Методи управління ресурсом освіченості

Самоконтроль компетентності. Відстеження змін у вимогах робочого місця (посади). Вміння навчатися у інших. Використання таблиць життєвих і професійних цілей. Моделювання свого професійного портрету. Упорядкування своїх знань. Удосконалення пізнавальних умінь та навичок. Планування та розвиток кар'єри. Інструменти та технології планування кар'єри

5.3 Кар'єрний потенціал особистості

Сутність та мотиви кар'єри. Моделі кар'єри. Кар'єрний потенціал

особистості. Методи, прийоми, техніки реалізації кар'єрного потенціалу

Тема 6. Лідерство як елемент процесу розвитку особистості менеджера

6.1. Поняття та сутність лідерства

Сучасні підходи до розуміння лідерства. Функція лідера в сучасному суспільстві. Лідерство як фактор особистісного росту і рушійна сила соціального розвитку. Сутність поняття «лідерство». Характеристики лідерства. Типологія лідерства. Типи лідерів.

6.2. Класичні та сучасні теорії лідерства

Класичні теорії лідерства: лідерських якостей, ситуаційного лідерства, функціонального лідерства. Сучасні погляди на лідерство. Модель емоційного інтелекту Д. Гоулмана. Теорія внутрішнього стимулювання лідерства К. Кешмана Теорія двигуна лідерства Н. Тічі Теорія опосередкованого лідерства Р. Фішера та А. Шарпа Теорія пов'язуючого лідерства Дж. Липман-Блюмена Теорія лідерства через управління парадоксами Ф. Трöpfenaарса і Ч. Хемпден-Тернера Концепція «трубопроводу лідерства» Ідея розподіленого лідерства Д. Бредфорда і А. Коена.

Тема 7. Розвиток лідерства

7.1. Діагностика лідерства

Виявлення лідерських характеристик. Застосування психологічних тестів для виявлення лідерських якостей. Методики дослідження лідерства: тест-опитувальник «Діагностика лідерських здібностей» (Є. Жаріков, Є. Крушельницький), діагностика діяльнісних особливостей керівництва та лідерства (А. Журавльов, В. Захаров), діагностика функціонального лідерства в малих групах (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануйлов), самооцінка лідерства (Н. Фетіскін, В. Козлов, Г. Мануйлов), тест «Ефективність лідерства» (Р.Немов)

7.2. Розвиток лідерських компетентностей

Пропозиції щодо розвитку лідерства в організації за сучасними теоріями лідерства. Безперервне самовдосконалення: розвиток особистої мотивації, розвиток індивідуальних інтелектуальних і моральних лідерських якостей, розвиток соціальної компетентності. Технологія розвитку лідерської компетентності.

7.3. Застосування тренінгових методів розвитку лідерства

Психологічний тренінг як важливий елемент професійної підготовки. Методи групової роботи та тренінгові процедури: діагностичні процедури, інформування, психогімнастичні вправи, метод розігрування ролей, групові дискусії, сюжетно-рольові ігри, методи індивідуальної та групової рефлексії, ведення щоденникових записів. Тренінг розвитку лідерських якостей.

Перелік практичних (семінарських) та / або лабораторних занять / завдань за навчальною дисципліною наведено в табл. 2

Таблиця 2

Перелік практичних (семінарських) та / або лабораторних занять / завдань

Назва теми та завдання	Зміст
Тема 1. Завдання 1.	Дослідження ключових сфер особистості та розробка плану особистого життя і кар'єри"
Тема 2. Завдання 2.	Застосування методів аналізу витрачання часу та методів управління часом
Тема 3. Завдання 3.	Застосування методів управління ресурсом активності і працездатності, дослідження рівня стресу та чинників, що його викликають, боротьба зі стресом та професійним вигоранням
Тема 4. Завдання 4.	Побудова сімейного бюджету, управління власними коштами.
Тема 5. Завдання 5.	Моделювання власного професійного портрету
Тема 6. Завдання 6.	Оцінка лідерських якостей. Семінар "Сучасні теорії лідерства"
Тема 7. Завдання 7.	Розвиток лідерських компетентностей

Перелік самостійної роботи за навчальною дисципліною наведено в табл.3

Таблиця 3

Перелік самостійної роботи

Назва теми	Зміст
Тема 1 - 7	Вивчення лекційного матеріалу
Тема 1 - 7	Підготовка до практичних занять
Тема 1 - 6	Виконання індивідуальних навчально-дослідних завдань
Тема 6	Підготовка до семінару
Тема 4, 7	Підготовка до контрольних робіт

Кількість годин лекційних, практичних (семінарських) та / або лабораторних занять та годин самостійної роботи наведено в робочому плані (технологічній карті) з навчальної дисципліни.

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі викладання навчальної дисципліни для набуття визначених результатів навчання, активізації освітнього процесу передбачено застосування таких методів навчання, як:

Словесні (лекція (Тема 1, 2, 4, 7), проблемна лекція (Тема 3, 5), лекція-діалог (Тема 6)).

Наочні (демонстрація (Тема 1-7)).

Практичні (практична робота (Тема 1 - 7), семінар (Тема 6), ділові ігри (Тема 4)).

ФОРМИ ТА МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

Університет використовує 100 бальну накопичувальну систему оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти.

Поточний контроль здійснюється під час проведення лекційних, практичних та семінарських занять і має на меті перевірку рівня підготовленості здобувача вищої освіти до виконання конкретної роботи і оцінюється сумою набраних балів:

Формою семестрового контролю є залік: максимальна сума – 100 балів; мінімальна сума, що дозволяє здобувачу вищої освіти отримати залік – 60 балів.

Підсумковий контроль здійснюється у вигляді семестрового контролю.

Семестровий контроль проводиться у формі заліку. Залікова оцінка визначається шляхом сумування балів за всі види поточного контролю.

Під час викладання навчальної дисципліни використовуються наступні контрольні заходи під час поточного контролю: Індивідуальні навчально-дослідні завдання (68 балів), письмова контрольна робота (20 балів), ділова гра (6 балів), доповідь з презентацією (6 балів).

Більш детальну інформацію щодо системи оцінювання наведено в робочому плані (технологічній карті) з навчальної дисципліни.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

Основна

1. Лугова В.М. Основи самоменеджменту та лідерства [Електронний ресурс] : навчальний посібник / В. М. Лугова, С. М. Голубев. – Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. – 219 с. – Режим доступу: <http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/21464>

2. Самоменеджмент [Електронний ресурс] : навч. посіб. / С. К. Василик, О. В. Майстренко, К. Р. Немашкало [та ін.]; Харківський національний економічний університет ім. С. Кузнеця. – Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. – 149 с. – Режим доступу : <http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/26376>

3. Чкан А. С. Самоменеджмент : навчальний посібник / А. С. Чкан, С. В. Маркова, Н. М. Коваленко. – Запоріжжя : ЗНУ, 2018. – 84 с.

Додаткова

4. Антонов В.М. Акмеологія здоров'я в Україні: монографія / В.М. Антонов, Є.А. Кульгінський, Ю.В. Антонова-Рафі. – Київ : СТ-Друк3. – 2018. – 388 с.

5. Гавкалова Н. Л. Організаційно-економічне забезпечення ефективності менеджменту персоналу підприємства [Електронний ресурс] : монографія / Н. Л. Гавкалова, О. О. Болотова. – Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. – 251 с. – Режим доступу: <http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/25873>

6. Карпенко З.С. Аксиологічна психологія особистості / З.С. Карпенко. – Івано-Франківськ : ПНУ, 2018. – 720 с.

7. Лугова В. М. Роль методів і технологій самоменеджменту у забезпеченні розвитку персоналу / В. М. Лугова, М. П. Мартіянова // *Evropský časopis ekonomiky a managementu*. – 2019. – Svazek 5.– 2. vydání – P. 164-174. – Режим доступу: <http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/21230>

8. Мазяр О.В. Особистісний дисонанс: системний аналіз : монографія / О.В.Мазяр. – Житомир: Видавець О.О. Євенок, 2020. – 332 с.

9. Менеджмент : Навчальний посібник / Н.С. Краснокутська, О.М. Нащекіна, О.В. Замула та ін. – Харків : Друкарня Мадрид, 2019. – 231 с.

10. Maxwell J.C. *Leadershift: The 11 Essential Changes Every Leader Must Embrace* / J.C. Maxwell. – New York : HarperCollins, 2019. – 288 p.

11. Sternad D. *Effective Management: Developing yourself, others and organizations* / D. Sternad. – New York : Red Globe Press, 2020. – 454 p.

Інформаційні ресурси

12. Мішина С. В. Кар'єрний самоменеджмент як інструмент управління кар'єрними процесами на підприємстві / С. В. Мішина, О. Ю. Мішин // Електронне наукове фахове видання "Ефективна економіка". – 2021. – № 1. – Режим доступу: <http://repository.hneu.edu.ua/handle/123456789/25287>

13. Основи самоменеджменту та лідерства. Сайт ПНС ХНЕУ ім. С. Кузнеця. – Режим доступу : <https://pns.hneu.edu.ua/course/view.php?id=3937>