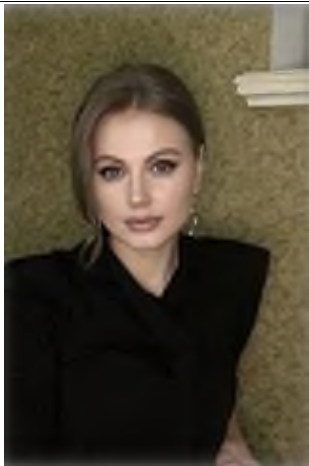


Кафедра менеджменту та публічного адміністрування

СЕЛФ-МЕНЕДЖМЕНТ

Силабус навчальної дисципліни
на 2021/2022 навчальний рік

Реквізити навчальної дисципліни

Рівень вищої освіти	другий (магістерський)	
Статус дисципліни	Вибіркова	
Форма навчання	Денна, заочна	
Рік підготовки, семестр	1 курс, 1 семестр	
Обсяг дисципліни (кредити ЄКТС/загальна кількість годин)	4 кредити/120 годин	
Семестровий контроль/ контрольні заходи	Модульний контроль	
Мова викладання	Українська	
Формат навчальної дисципліни	Змішаний (blended)	
Викладач(і)		<p>ЗОЗУЛЬ ТАМІЛА ВОЛОДИМИРІВНА Посада: доцент кафедри філософії та суспільно-гуманітарних наук Науковий ступінь: кандидат психологічних наук E-mail: t.zozul@istu.edu.ua</p>

1. Опис навчальної дисципліни

Метою навчальної дисципліни «Селф-менеджмент» є оволодіння здобувачами вищої освіти теоретичними знаннями і практичними навичками з питань особистісного розвитку; формування у студентів індивідуальних особливостей та комплексу неспеціалізованих, надпрофесійних навичок, які відповідають за успішну участь у робочому процесі, високу продуктивність, та включають у себе здатність креативно мислити й управляти часом, навички самоуправління, ефективної комунікації, керування проектами, командоутворення тощо.

Предмет вивчення навчальної дисципліни: особистість, особистісний розвиток, селф-менеджмент, тайм-менеджмент, стрес, стрес-менеджмент, лідерство.

Результати навчання за дисципліною (РН):

РН 1. Демонструвати навички ефективної організації власної праці.

РН 2. Застосовувати знання і навички самоменеджменту для організації власного життя.

РН 3. Використовувати техніки, технології, методи, прийоми самоменеджменту під час розв'язання утилітарних завдань.

РН 4. Використовувати методи тайм-менеджменту з метою раціоналізації часу.

РН 5. Використовувати методи стрес-менеджменту з метою покращення власного психо-емоційного стану.

2. Пререквізити та постреквізити

Пререквізити: відсутні.

Постреквізити: відсутні.

3. Зміст навчальної дисципліни

Змістовний модуль №1. Селф-менеджмент: теорія та практика.

Тема 1. Сутність та зміст селф-менеджменту.

Тема 2. Прийоми та методи селф-менеджменту.

Тема 3. Критичне мислення.

Тема 4. Презентація та самопрезентація.

Змістовний модуль №2. Типи, техніки і прийоми критичного та креативного мислення

Тема 5. Мистецтво перемовин.

Тема 6. Основи стрес-менеджменту.

Тема 7. Основи тайм-менеджменту: особистий та командний тайм-менеджмент.

Тема 8. Вміння управляти людьми.

4. Навчальні матеріали та ресурси

Основні:

1. Венцик О.В. Аналіз стану вивчення проблеми креативності та творчого потенціалу особистості. Науковий вісник. 2018. № 1. С. 14 – 24.
2. Гріффітс Кріс. Посібник із креативного мислення / пер. з англ. У. Курганової. Харків: Вид-во «Ранок», 2020. 288 с.
3. Джозеф О'Конор, Іен Макдермотт. Система мислення. Пошук неординарних творчих рішень / переклад Н. Сисюк. Вид-во: Наш форма. 2018. 240 с.

4. Маліновська О. Я. Конспект лекцій з навчальної дисципліни особистий, корпоративний та публічний тайм-менеджмент. Львів 2018.
5. Романченко А. П. Стратегія самопрезентації та її тактики (на матеріалі лінгвістичного дискурсу) : зб. наук. пр. 2018. Вип. 25. С. 197–209.
6. Цимбал О. Ю. Самоменеджмент в структурі підготовки майбутніх керівників навчальних закладів / О. Ю. Цимбал // Молодий вчений. – 2016. – № 6. – С. 481–483 [Електронний ресурс]. – Режим доступу : http://nbuv.gov.ua/UJRN/molv_2016_6_121_20.
7. Юринець З.В. Самоменеджмент : навч. посібник / З. В. Юринець, О.В. Макара. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. – 272 с.
8. Юрик Н.Є. Самоменеджмент : Курс лекцій. – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 89 с.
9. John Ingledeew. How to Have Great Ideas: A Guide to Creative Thinking. Laurence King Publishing Ltd. 2016. 184 p.

Додаткові:

1. Антюшко Д., Прус Е. Метод асоціативного мислення в освіті. Вісн. Київ. нац. торг.-екон. унту. 2018. № 5. С. 138–146.
2. Асташенкова Д. Ка. Міжнародні візити та переговори: організація і протокольний супровід : навч. посіб. Київ ; Кам'янець-Подільський : Рута, 2020. 88 с.
3. Бочелюк В. Й., Завацька Н. Є., Самойлов О. А. Інтегративні процеси командоутворення групи: соціально-психологічний та етнічний аспекти : монографія. Луганськ : Вид-во СНУ ім. Володимира Даля, 2013. 181 с.
4. Брич В. Я., Корман М. М. Креативний менеджмент : підручник. Тернопіль : ТНЕУ, 2018. 219 с.
5. Головня А., Шурма С. Ділові переговори англійською мовою. Київ : Арій, 2018. 63 с.
6. Ідрісов Б. Формування комунікативної компетентності студентів - майбутніх соціологів як можливості підвищення якості інтерв'ювання. Соціол. студії. 2016. № 1. С. 58–63 4.
7. Князь С. В., Георгіаді Н. Г. Структура, можливості і перспективи розвитку віртуальної економіки та креативних індустрій. Актуал. проблеми економіки. 2016. № 9. С. 346–351
8. Комарова К. В, Коляда С. П. Лідерство: навч. посіб. Дніпро. 2017. 431 с.
9. Кононенко А. О. Особливості самопрезентаційної поведінки освітян як представників соціономічних професій. Вісн. Одес. нац. ун-ту. Психологія. 2013. вип. 23. С. 143–149.
10. Кононенко А. О. Самопрезентація викладача вищої школи: теорія та практика: монографія. Донецьк : Донбас, 2014. - 338 с.
18. Börner K., Scrivner O., Gallant M., Ma Sh., Liu X., Chewing K., Wu L. Skill discrepancies between research, education, and jobs reveal the critical need to supply soft skills for the data economy. PNAS. vol. 115 № 50. 2018. pp.. 12630–12637.
19. Cotet G. B., Balgiu B. A., Zaleschi V.-C. Assessment procedure for the soft skills requested by Industry 4.0. Matec Web of Conferences. Management and Economic Engineering. 2017. p.8.

20. Susan A. Dean. Soft Skills Needed for the 21st Century Workforce. Walden University. 2017. p. 146.

Інформаційні ресурси:

1. <file:///C:/Users/Admin/Downloads/43>.
2. <https://kfund-media.com/spryjnnyattya-chasu-yak-vidchuvayut-ta-planuyut-svoyi-hvylyny-ta-dni-rizni-kultury-svitu/>.
3. <https://nv.ua/ukr/radio/inverythatplace/yak-rizni-lyudi-vidchuvayut-chas-perevedennya-godinnikiv-doslidzhennya-reportazh-nv-50049>.

Навчальний контент

5. Методика опанування навчальної дисципліни

№ тижня	Тема	Заняття	Результат навчання	Контрольний захід
ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №1. СЕЛФ-МЕНЕДЖМЕНТ: ТЕОРІЯ ТА ПРАКТИКА.				
3	Т №1.	Л №1. Сутність та зміст селф-менеджменту.	РН №№ 1-2	МК №1
4		ПЗ №1. Селф-менеджмент, навички самоуправління.	РН №№ 1-2	МК №1, захист ПЗ №1
3	Т №2.	Л №2. Прийоми та методи селф-менеджменту.	РН № 2	МК №1
5		ПЗ №2. Селф-діагностика.	РН № 2	МК №1, захист ПЗ №2
5	Т №3.	Л №3. Критичне мислення.	РН № 2	МК №1
6		ПЗ №3. Розвиток критичного мислення.	РН № 2	МК №1, захист ПЗ №3
7	Т №4.	Л №4. Презентація та самопрезентація.	РН № 2	МК №1
8	Презентація та захист індивідуального завдання Модульний контроль №1			
ЗМІСТОВНИЙ МОДУЛЬ №2. ВИЗНАЧАЛЬНІ ЗАСОБИ ПОБУДУВАННЯ УСПІШНОЇ КАР'ЄРИ.				
9	Т №5.	Л №5. Мистецтво перемовин.	РН № 3	МК №2
10	Т №6.	Л №6. Основи стрес-менеджменту.	РН № 3	МК №2
11	Т №7.	Л №7. Основи тайм-менеджменту: особистий та командний тайм-менеджмент.	РН № 3	МК №2
12		ПЗ №4. Особливості ділового спілкування.	РН № 3	МК №2, захист ПЗ №4
13		ПЗ №5. Тайм-менеджмент та селф-менеджмент: відмінні риси, принципи, методи.	РН № 3	МК №2, захист ПЗ №5
14	Т №8.	Л №8. Вміння управляти людьми.	РН № 4	МК №2
15		ПЗ №6. Гендер, культура, етика і лідерство.	РН № 4	МК №2, захист ПЗ №6
16	Презентація та захист індивідуального завдання Модульний контроль №2			

6. Самостійна робота здобувача вищої освіти

Основними видами самостійної роботи здобувачів вищої освіти з навчальної дисципліни «Селф-менеджмент» є: самостійне опрацювання лекційного матеріалу, самостійне вивчення окремих тем дисципліни, пошук та огляд літератури та електронних джерел, читання та вивчення навчальних посібників, підготовка до практичних занять, підсумкових контролів.

Політика та контроль

7. Політика навчальної дисципліни

Організація освітнього процесу

Згідно графіку навчального процесу, за розкладом занять, який розміщено на офіційному сайті МНТУ.

Правила відвідування занять

Здобувачі вищої освіти мають відвідувати аудиторні заняття згідно з розкладом, без запізнь. Освітня діяльність та відвідування здобувачами вищої освіти занять регламентується «Правилами внутрішнього розпорядку для студентів МНТУ».

Пропущені заняття відпрацьовуються в часи самостійної підготовки та у встановлені викладачем терміни.

Відвідування лекцій, практичних занять, а також відсутність на них, не оцінюється. Проте, здобувачам рекомендується відвідувати заняття, оскільки на них викладається теоретичний матеріал та демонструються різноманітні методи розв'язування прикладних задач, розвиваються навички та вміння в області забезпечення безпеки інформаційних систем.

Правила поведінки на заняттях

Норми етичної поведінки учасників академічної спільноти визначені у Кодексі академічної етики ЗВО «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая».

Правила захисту практичних робіт

Звіти з практичних робіт, оформлені у відповідності до вимог методичних рекомендацій, повинні бути захищені не пізніше наступного практичного заняття. Звіт з останнього практичного заняття повинен бути захищений до дня захисту індивідуального завдання.

Захист звітів з практичних робіт може проводитись: безпосередньо під час поточного практичного заняття, на наступному практичному занятті, у час, що відведений для консультацій.

Процедура оскарження результатів контрольних заходів оцінювання

Після отримання коментарів від викладача з аргументацією щодо оцінки, здобувач вищої освіти має право в індивідуальному порядку задати всі питання, які його/її цікавлять стосовно результатів контрольних заходів оцінювання. Якщо здобувач вищої освіти категорично не погоджується з оцінкою, він/вона мають також навести аргументи щодо своєї позиції.

Порядок подання апеляційних скарг на результати підсумкового контролю визначено у Положенні про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у закладі вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая».

Правила призначення заохочувальних та штрафних балів

Заохочувальні бали		Штрафні бали	
Критерій	Бал	Критерій	Бал
Участь у міжнародних, всеукраїнських або інших заходах (конкурсах) за тематикою навчальної дисципліни	3 бали	Порушення термінів виконання та захисту звітів з практичних робіт (за кожну роботу)	-2 бали
Опитування на лекційному занятті (опитування на одному занятті)	2 бали		
Вдосконалення навчально-матеріальної бази кафедри	≤ 5 балів		
Участь у роботі наукового гуртка кафедри за тематикою навчальної дисципліни	5 балів		

Політика дедлайнів та перескладань

Усі завдання виконуються у зазначені дати та час. Здобувачі несуть відповідальність за управління своїм часом, щоб завдання та проекти могли бути подані до встановленого терміну.

Політика перескладань визначена у Положенні про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у ЗВО «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая».

Загальна оцінка після перескладання (ліквідації академічної заборгованості) знижується на 10%.

Політика щодо академічної доброчесності

Обов'язкове дотримання академічної доброчесності та недопущення плагіату під час виконання завдань.

Дотримання умов «Положення про академічну доброчесність здобувачів вищої освіти та науково-педагогічних працівників ЗВО «МНТУ» та Кодексу академічної етики.

Списування під час виконання контрольних робіт та модульних тестів заборонені (у т.ч. із використанням мобільних девайсів).

Плагіат у творчих роботах та презентаціях – заборонений.

8. Види контролю та рейтингова система оцінювання результатів навчання

Рейтингова система оцінювання результатів навчання здобувачів вищої освіти здійснюється відповідно до:

- Положення про рейтингову систему оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти у закладі вищої освіти «Міжнародний науково-технічний університет імені академіка Юрія Бугая»;
- умов і критеріїв, визначених у цьому силабусі.

Система оцінювання та вимоги

Система оцінювання навчальної дисципліни	Оцінювання упродовж кожного змістовного модуля здійснюється за 100 бальною системою (до 40 балів за поточний контроль, до 60 балів за модульний контроль).
Практичні заняття	Максимальна кількість балів за кожне практичне заняття – 10 балів. 0 балів – не виконання відповідного завдання без поважних причин. 1 бал – виконання відповідних завдань без оформлення звіту з кількома помилками. 2 бали - виконання відповідних завдань без оформлення звіту з

	<p>незначною кількістю помилок. 3 бали - виконання завдання та оформлення звіту з кількома негрубими помилками. 4-5 балів - виконання завдання та оформлення звіту з незначною кількістю помилок. 6-7 балів - виконання завдання, оформлення та захист звіту з незначною кількістю грубих помилок. 8-9 балів - виконання завдання, оформлення та захист звіту з кількома негрубими помилками. 10 балів – виконання завдання, оформлення та захист звіту з незначною кількістю помилок. При здійсненні оцінювання враховуються наявні штрафні бали для даного заняття.</p>
Умови допуску до підсумкового (модульного) контролю	<p>Виконання всіх практичних завдань за відповідним змістовним модулем. Наявність не менше 20 балів за поточну успішність.</p>

Середньозважений бал за навчальну дисципліну визначається як середній арифметичний бал всіх результатів модульних контролів.

Оцінювання навчальних досягнень здобувачів вищої освіти за всіма видами контролю – здійснюється за національною системою та ECTS.

Шкала оцінювання успішності студентів

СУМА БАЛІВ	ОЦІНКА ECTS	ОЦІНКА ЗА НАЦІОНАЛЬНОЮ ШКАЛОЮ	
		екзамен	залік
90-100	A	відмінно	зараховано
82-89	B	добре	
74-81	C		
64-73	D		
60-63	E	задовільно	не зараховано
35-59	FX	незадовільно	
34-0	F	незадовільно	

9. Додаткова інформація з дисципліни (за потреби)

Силабус навчальної дисципліни складено доцентом кафедри філософії та суспільно-гуманітарних наук



Тамілою ЗОЗУЛЬ

«Погоджено»

Завідувач кафедри менеджменту
та публічного адміністрування



Ростислав Тульчинський