



УКРАЇНСЬКА ІНЖЕНЕРНО-ПЕДАГОГІЧНА АКАДЕМІЯ
Кафедра маркетингу та торговельного підприємництва



САМОМЕНЕДЖМЕНТ



Анотація:

Планування, організація, мотивація та контроль – це основні поняття та категорії менеджменту на рівні організації. В основі самоменеджменту безумовно є менеджмент, який направлений не на управління всієї організації, а конкретної особистості. Основні категорії самоменеджменту направлені саме на вміння самопланування, самоорганізації, самомотивації та самоконтролю. Кожна цивілізована, поважаючи себе людина повинна вміти володіти основними методами управління особистої ефективності; вміти та знати основні інструменти самоаналізу, самомотивації, самовдосконалення, самовиховання, саморозвитку; планувати задачі, як короткотермінові так і довготермінові; уміти управляти особистою кар'єрою; уміти делегувати повноваження; знати та уміти застосовувати принципи організації поточного дня; знати основні види та типи стресів, причини їх виникнення і способи їх подолання; знати основи самомаркетингу та самобрендингу, а також цінувати і поважати себе, свій час та оточуючих людей. І якщо перенести всі ці поняття в рамки організації, то можна сказати, що самоменеджмент – це послідовне та цілеспрямоване використання керівником або фахівцем випробуваних методів та практичних прийомів роботи у повсякденній діяльності для підвищення ефективності виконуваних процедур та операцій, досягнення намічених цілей.

**Черняєва Анна
Олександрівна**

Кандидат економічних
наук, доцент

Профайл викладача:
[http://mtp.uipa.edu.ua/ca
tegory/sklad-kafedri-1/](http://mtp.uipa.edu.ua/category/sklad-kafedri-1/)

Мова викладання навчальної дисципліни – Українська.

Формат навчальної дисципліни – Дистанційний.

Обсяг дисципліни – 150 годин (5 кредити).

Структура дисципліни – Лекції – 26 годин (13 пар), Практичні заняття – 24 години (12 пар), Самостійна робота – 100 годин.

Підсумковий контроль – Іспит.

Технічне й програмне забезпечення та/або обладнання – проектор, комп'ютер, екран, колонки.