

Складові та зміст самоменеджменту

Вікторія Охріменко

здобувачка групи ГРС21к/1,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: okhrimenkoVV@krok.edu.ua

Ганна Пазєєва

науковий керівник, кандидат економічних наук,
доцент кафедри управлінських технологій,
ВНЗ «Університет економіки та права «КРОК», м. Київ, Україна,
e-mail: PazeevaA@krok.edu.ua,
ORCID: 0000-0002-6557-6890

Актуальність дослідження: Самоменеджмент – актуальний і перспективний напрям в науковому менеджменті. Він виник завдяки потребам суспільства і покликаний підвищити ефективність діяльності людини, на основі удосконалення особистих і професійних рис та цілей. Основу для розвитку досліджень самоменеджменту на рівні виробничого колективу створюють праці багатьох зарубіжних і вітчизняних учених, які вивчали різні аспекти цього явища. Таких як Албасова Л., Бондаренко Г., Вудкок М., Зайверт Л., Колпаков В., Кредісов А., Лінман Д., Лукашевич М., Френсіс Д., Хроленко А., Шаповал М., Яшкіна Н. та ін. [2]. До найбільш відомих науковців з самоменеджменту які досліджували різні концепції особливості, належать: концепція раціональної організації часу Л. Зайверта; концепція особистих обмежень М. Вудкока і Д. Френсіса; концепція досягнення ділового успіху Б. Швальбе та Х. Швальбе; концепція саморозвитку В. Андреева; концепція культури ділового життя О. Хроленка. До більш сучасних концепцій можна віднести концепцію К. Кінан, концепцію самодисципліни Т. Брайант, energy management Дж. Лоера та Т. Шварца

Дисципліна самоменеджмент вивчається в рамках таких наук, як менеджмент, психологія, філософія, педагогіка тощо [2]. Вона допомагає розкрити в собі уміння управляти емоційно-вольовим потенціалом; планувати і організовувати свою діяльність; ефективно використовувати робочий час; працювати з інформацією; ефективно взаємодіяти з підлеглими, колегами, керівництвом; організовувати і ефективно проводити ділові заходи; впливати на співрозмовників; встановлювати та підтримувати ділові контакти, тощо.

Об'єкт дослідження: є особистість як суб'єкт управління власною діяльністю.

Предмет дослідження є система знань і методів щодо саморозвитку особистості шляхом самомотивації, планування, ухвалення рішень, організації власної діяльності та самоконтролю [2].

Метою дослідження є набуття компетентностей оцінювати життєві ситуації і формулювати життєві цілі.

Мета досягається за рахунок виконання **таких завдань:**

- обґрунтування сутності і механізму функціонування самоменеджменту;

- розуміння змісту методів управління мисленням;
- розуміння етики бізнесу і соціальної відповідальності менеджера;
- розуміння змісту управлінської праці та її оцінки;
- пізнання механізмів та алгоритмів оцінки управлінських ситуацій;
- застосування рекомендацій з ефективного використання часу;
- організація виступів, проведення нарад і ділових бесід;
- формулювання політики самоменеджменту;
- застосування методів самоменеджменту на практиці.

Виклад основного матеріалу. Виникнення самоменеджменту як нового напрямку у традиційному менеджменті пов'язують із суспільною потребою у використанні та розвитку творчого потенціалу менеджерів і працівників [1].

Поняття самоменеджменту розглядають багато науковців, так Юринець З.В. зазначив, що це послідовне та цілеспрямоване використання ефективних методів роботи у повсякденній практиці з оптимальним використанням власних ресурсів для досягнення власних і професійних цілей. Макара О.В. пропонує своє бачення поняття самоменеджмент – оптимальне управління власними можливостями, технологіями, засобами та методами для досягнення збалансованого робочого ритму і ритму життя. Інша думка що доповнює Юринець З.В. і Макара О.В вказує що самоменеджмент – самопізнання, робота особи над собою для професійного розвитку та вироблення вмінь у напрямі ефективної організації, планування діяльності та часу особистості.

Теоретичним підґрунтям самоменеджменту стають закони і закономірності управління загалом, узагальнені у принципах управління та самоуправління. Найважливіші принципи, врахування яких забезпечить дієвість самоменеджменту: науковість, ефективність, збалансованість, оперативність, адаптивність, комплексність, системність, гармонійність. У зв'язку з тим, що самоменеджмент спрямований на досягнення різноманітних цілей особистості й охоплює безліч різних аспектів професійного та особистого життя, у рамках самоменеджменту вчені також виділяють його окремі напрями: управління часом (time-management), стрес-менеджмент, кар'єрний менеджмент, менеджмент особистих обмежень, управління конфліктами, управління саморозвитком, управління комунікаціями, командний менеджмент, менеджмент справляння враження (impression management), ресурс-менеджмент, лайф-менеджмент. Наявні концепції самоменеджменту будуються на визначеній ідеї, навколо якої формується система методик і прийомів роботи над собою для реалізації цієї ідеї.

З боку менеджера важливо знати й ефективно впроваджувати головні управлінські процеси, які поділені на рівні: перший рівень управлінського процесу це управління собою та управління власною діяльністю, а другий рівень управлінського процесу - управління персоналом, командами та комунікаціями [2].

Виходячи з цього головне завдання самоменеджменту – забезпечити належну організаційну культуру та соціальну гармонію з боку не тільки керівника,

менеджера, а й за участі кожного працівника організації. Відповідно можна стверджувати, що ефективний самоменеджмент неможливий без прийняття на себе певних зобов'язань і відповідальності керівників, менеджерів, окремих працівників. І це робота насамперед в інтересах організації, а не своїх особистих.

Аналізуючи результати дослідження дають нам можливість розробити ефективні методики самоменеджменту, які можуть бути використані для підвищення продуктивності праці, досягнення особистих цілей та поліпшення якості життя. [1]. А саме, у сфері праці самоменеджмент може допомогти працівникам більш ефективно виконувати свої обов'язки, підвищити продуктивність праці та досягти успіху в кар'єрі. Наприклад, працівник, який має добре розвинені навички самоменеджменту, зможе ефективніше розподіляти свій час і ресурси, а також краще керувати своїми емоціями і думками. Це дозволить йому швидше і якісніше виконувати свої обов'язки, а також досягти поставлених цілей.

Таку сферу освіти самоменеджмент може допомогти здобувачам ефективніше вчитися, підвищувати успішність у навчанні та досягти поставлених цілей. Наприклад, здобувач, який має добре розвинені навички самоменеджменту, зможе ефективно планувати свій час і ресурси, а також краще керувати своїми емоціями і думками. Це дозволить йому швидше і якісніше засвоювати матеріал, а також досягти успіху в навчанні. Також самоменеджмент допомогти людям і в особистому житті. Людині легше організувати свій час і ресурси, підвищити самодисципліну та досягти особистих цілей. Наприклад, людина, яка має добре розвинені навички самоменеджменту, зможе ефективніше розподіляти свій час і ресурси, а також краще керувати своїми емоціями і думками. Це дозволить їй поліпшити якість свого життя, досягти особистих цілей і реалізувати свій потенціал.

Висновок: отже, самоменеджмент є відносно новим напрямом у менеджменті, який полягає у самостійному управлінні особистістю своєю професійною діяльністю та життєдіяльністю з метою досягнення намічених цілей найефективнішим шляхом за рахунок раціонального використання власних ресурсів і можливостей. Самоменеджмент, вирішує всі питання управління, як і будь-яка інша управлінська дисципліна, виконує наступні функції: встановлення цілей, планування, ухвалення рішень, реалізація та організація, контроль та інформація і комунікація.

Ключові слова: самоменеджмент, самоконтроль, менеджмент, управління, самопізнання, саморозвиток.

Список використаних джерел

1. *Самоменеджмент : навч. Посібник / З. В. Юринець, О.В. Макара. – Львів : ЛНУ імені Івана Франка, 2014. – 272 с.*
2. *Основи самоменеджменту та лідерства [Електронний ресурс] : Навчальний посібник / В. М. Лугова, С. М. Голубев. – Харків : ХНЕУ Ім. С. Кузнеця, 2019. – 212 с.*