

Міністерство освіти і науки України  
Національний університет водного господарства та  
природокористування  
Кафедра трудових ресурсів та підприємництва

**06-05-159М**

### **МЕТОДИЧНІ ВКАЗІВКИ**

до практичних занять та виконання самостійної роботи  
з навчальної дисципліни «Лідерство та самоменеджмент»  
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського)  
рівня за освітньо-професійними програмами «Бізнес-  
аналітика» та «Управління персоналом і економіка праці»  
спеціальності 051 «Економіка»  
денної та заочної форм навчання

Рекомендовано науково-  
методичною радою з якості  
ННІЕМ  
Протокол № 1 від 24.09.2024 р.

Рівне – 2024

Методичні вказівки до практичних занять та виконання самостійної роботи з навчальної дисципліни «Лідерство та самоменеджмент» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за освітньо-професійними програмами «Бізнес-аналітика» та «Управління персоналом і економіка праці» спеціальності 051 «Економіка» денної та заочної форм навчання [Електронне видання] / Олійник О. О. – Рівне : НУВГП, 2024. – 19 с.

Укладачі: Олійник О. О., к.е.н., доцент, доцент кафедри трудових ресурсів і підприємництва.

Відповідальний за випуск: Міщук Г. Ю., д.е.н., професор, завідувач кафедри трудових ресурсів і підприємництва.

Керівник групи забезпечення  
освітньої програми «Бізнес-аналітика»  
спеціальності 051 «Економіка»

Рощик І. А.

Керівник групи забезпечення  
освітньої програми «Управління персоналом і  
економіка праці» спеціальності 051 «Економіка»

Юрчик Г. М.

© О. О. Олійник 2024  
© НУВГП, 2024

## ПЕРЕДМОВА

Освітніми програмами «Бізнес-аналітика» та «Управління персоналом та економіка праці» спеціальності 051 «Економіка» передбачено вивчення навчальної дисципліни «Лідерство та самоменеджмент». Актуальність її вивчення зумовлена тим, що для фахівців в сфері економіки управління корпоративними командами, прийняття ефективних управлінських рішень, здійснення впливу на інших є необхідністю в сучасних умовах. Вміння ефективно управляти підлеглими, мотивувати їх та спрямовувати на досягнення цілей є важливим елементом успішної кар'єри. Самоменеджмент дозволяє краще організувати свою роботу, визначати пріоритети та ефективно використовувати свій час і ресурси. Це особливо важливо в умовах постійних змін та роботи з великими масивами інформації.

Метою вивчення навчальної дисципліни «Лідерство та самоменеджмент» є формування у здобувачів вищої освіти системи теоретичних знань та професійних компетенцій щодо використання принципів, типів, методів та інструментів розвитку лідерства та самоменеджменту.

Основними завданнями навчальної дисципліни є засвоєння здобувачами знань про теоретичні положення лідерства та самоменеджменту, оволодіння вміннями і навичками щодо механізмів реалізації лідерського стилю управління та управління саморозвитком особистості.

## ТЕМАТИКА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

### Змістовий модуль 1. «Формування та розвиток лідерства»

#### Практичне заняття № 1. Теоретичні основи лідерства.

##### Питання для обговорення

1. Природа лідерства, його теорії та закони.
2. Формальне та неформальне лідерство.
3. Спільні та відмінні риси лідерства та менеджменту.

##### Тестові завдання для самоконтролю

1. За змістом діяльності лідери класифікуються на:
  - А) «лідер-творець», «лідер-виконавець»;
  - Б) авторитарний, демократичний;
  - В) ситуаційний, універсальний;
  - Г) соціометричний, глобальний;
  - Д) соціально-економічний, гуманітарний.
2. За стилем керівництва лідери класифікуються на:
  - А) «лідер-творець», «лідер-виконавець»;
  - Б) авторитарний, демократичний;
  - В) ситуаційний, універсальний;
  - Г) соціометричний, глобальний;
  - Д) соціально-економічний, гуманітарний.
3. Підхід до визначення лідерства, за якого його основною ціллю є ідея досягнення мети:
  - А) лідерство як вияв особистісних рис;
  - Б) лідерство як мистецтво досягнення згоди;
  - В) лідерство як дія і поведінка;
  - Г) лідерство як інструмент досягнення мети чи результату;
  - Д) лідерство як орієнтація на першість.
4. Підхід до визначення лідерства, за якого лідерство виростає із активного процесу взаємодії, воно існує там і тоді, де і коли воно усвідомлюється і підтримується іншими членами груп:
  - А) лідерство як взаємодія;
  - Б) лідерство як уміння переконувати;
  - В) лідерство як здійснення впливу;
  - Г) лідерство як відносини влади;
  - Д) лідерство як диференціація ролей.
5. Який критерій оцінки лідерства, передбачає, що лідер не тільки скеровує і веде своїх послідовників, а й прагне вести їх за

собою, а послідовники не просто йдуть за лідером, а й хочуть іти за ним?

- А) вроджене прагнення вести за собою;
- Б) мотивація першості;
- В) впливовість;
- Г) зануреність у свою справу;
- Д) компетентність і креативність.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Охарактеризуйте сутність поняття «лідерство».
2. За яких умов виникає феномен лідерства?
3. Поясніть зміст основних теорій лідерства.
4. Назвіть умови, за яких можливе поєднання формального та неформального лідерства.
5. Що є спільного між менеджером/керівником та лідером?
6. Які відмінні риси між лідером та менеджером/керівником можна виділити?

### **Завдання для розв'язку**

1. Наведіть приклади ситуацій, в яких лідер може припуститись основних типових невдач:
  - ✓ впертість;
  - ✓ недовіра;
  - ✓ недооцінка потенційних можливостей співробітників;
  - ✓ нечіткість поставлених цілей;
  - ✓ страх нових ситуацій;
  - ✓ страх за власну посаду.
2. Обґрунтуйте управлінські методи (заходи), які доцільно застосовувати лідеру демонструючи:
  - ✓ владу впливу;
  - ✓ владу компетенцій;
  - ✓ владу інформації;
  - ✓ владу авторитету;
  - ✓ владу винагород;
  - ✓ владу примусу.

## **Практичне заняття № 2. Розвиток особистості сучасного лідера.**

### **Питання для обговорення**

1. Успішний лідер: якості та умови їх формування.
2. Імідж та харизма лідера.

3. Методи діагностики якостей лідера.

4. Розвиток якостей лідера.

### **Тестові завдання для самоконтролю**

1. Яка характеристика поведінки лідера визначає його здатність коригувати поведінку відповідно до змін зовнішнього середовища і ситуативних факторів?

А) локус контролю;

Б) авторитарність;

В) догматизм;

Г) макіавеллізм;

Д) самоадаптація.

2. Яка характеристика поведінки лідера визначає його готовність йти на ризик?

А) локус контролю;

Б) авторитарність;

В) догматизм;

Г) самооцінка;

Д) схильність до ризику.

3. Самооцінка – це:

А) риса характеру, що визначає здатність лідера коригувати свою поведінку відповідно до змін зовнішнього середовища;

Б) риса характеру, що визначає готовність лідера ризикувати;

В) оцінка лідером самого себе, своїх можливостей, якостей;

Г) прагматичність лідера, знижена емоційність і тверда переконаність у тому, що мета виправдовує засоби;

Д) одностороннє, схематичне, закостеніле мислення, що оперує догмами.

4. Авторитарність – це:

А) риса характеру лідера, що визначає його здатність коригувати свою поведінку відповідно до змін зовнішнього середовища;

Б) риса характеру лідера, що визначає його готовність йти на ризик;

В) оцінка лідером самого себе, своїх можливостей, якостей;

Г) прагматичність лідера, знижена емоційність і тверда переконаність у тому, що мета виправдовує засоби;

Д) переконаність лідера у тому, що в організації мають існувати влада й відмінності у статусі.

5. Яке твердження лежить в основі бачення мети лідером?

А) лідери мають чітке уявлення про те, куди вони хочуть йти і чого вони хочуть досягти;

Б) лідери не бояться прийняти складне і непопулярне рішення, тому що вони впевнені в собі і в своїх силах;

В) лідери готові ризикувати невдачею;

Г) лідери вміють надихати людей працювати для досягнення загальних цілей і устремлінь до таких висот, про які ці люди навіть не думали, що здатні їх досягти;

Д) лідери створюють команди, до складу яких входять найкращі фахівці.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Чи є феномен лідерства вродженою категорією?

2. Класифікуйте та охарактеризуйте основні якості лідера.

3. Які якості необхідно розвивати сучасному лідеру в собі в першу чергу?

4. Що таке харизма? Які аспекти харизми Ви знаєте?

5. Назвіть етичні та неетичні випадки прояву харизми.

6. За допомогою яких методів можна діагностувати лідерські якості?

### **Завдання для розв'язку**

1. Запропонуйте інструменти та/або заходи для розвитку харизми за такими напрямками:

✓ робота над власним іміджем;

✓ розвиток толерантного ставлення до послідовників (підлеглих);

✓ розвиток здатності до зосередження на конкретній проблемі;

✓ усвідомлення та прийняття власної унікальності та неповторності.

2. Одним з найбільш популярних методів діагностики типу особистості є індикатор типів Маєрс-Бріггс, доступ до проходження якого знаходиться за посиланням <https://fsp.kpi.ua/ua/test-dlya-viznachennya-tipu-osobistosti-mayers-briggs/>. Скористайтесь он-лайн тестом для визначення свого типу особистості. Відповідно до отриманих результатів тестування, оцініть свої сильні та слабкі сторони. Як вони впливають на розвиток Вашого лідерства? Які методи Вам доцільно застосовувати для посилення сильних сторін та мінімізації слабких?

## **Практичне заняття № 3. Лідерський стиль управління.**

### **Питання для обговорення**

1. Основні стилі лідерства, їхні особливості.
2. Командне лідерство: діагностика та формування.
3. Роль лідера в забезпеченні успішного процесу змін.

### **Тестові завдання для самоконтролю**

1. Стиль лідерства, за якого група слабка: не всі знають, що від них вимагають, а вимогливість перебуває на низькому рівні – це:

- А) авторитарний;
- Б) демократичний;
- В) вільний, ліберальний;
- Г) глобальний;
- Д) процесуальний.

2. До якої групи компетенцій відповідно до документу «Ключові компетенції для вищих керівників» належить стратегічне мислення/бачення?

- А) управління змінами;
- Б) управління людьми;
- В) орієнтація на результат;
- Г) бізнес-спроможності;
- Д) побудова коаліцій.

3. До якої групи компетенцій відповідно до документу «Ключові компетенції для вищих керівників» належить управління конфліктами?

- А) управління змінами;
- Б) управління людьми;
- В) орієнтація на результат;
- Г) бізнес-спроможності
- Д) побудова коаліцій

4. На якому етапі розвитку команди люди втомлюються один від одного, тому що виникають нові великі проекти та ідеї, які збирають людей під новий прапор, пропонуючи інші конфігурації відносин і нові виклики часу?

- А) формування;
- Б) сум'яття;
- В) нормування;
- Г) виконання роботи;
- Д) розформування.

5. Яка функція командного лідерства передбачає використання



моделі SMART (S – специфічні, конкретні, M – вимірні, A – досяжні, R – реалістичні, T – можна досягти у чітко визначеному часі)?

- А) визначення цілі;
- Б) планування;
- В) брифінг;
- Г) контроль;
- Д) оцінювання.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Які стилі лідерства Ви знаєте? Назвіть їхні особливості.
2. Який стиль лідерства доцільно застосовувати в умовах суттєвих змін в господарській діяльності організації?
3. Розкрийте зміст поняття «командне лідерство».
4. Чи є поняття «група людей» та «команда» тотожними?
5. Охарактеризуйте роль лідера на кожному етапі функціонування команди.
6. Які завдання стоять перед лідером на кожному етапі успішного процесу змін?

### **Завдання для розв'язку**

1. Теорія Херсі-Бланшара є корисним практичним інструментом для прийняття лідерських рішень. Її використання передбачає вибір стилю лідерства залежно від ступеня відносної зрілості виконавця/підлеглого. Грунтуючись на засадах теорії Херсі-Бланшара, обґрунтуйте доцільність використання ефективного стилю лідерства, якщо:

- ✓ працівник має мінімум професійних навичок, але високу мотивацію;
- ✓ працівник вже має основні навички, але його мотивація суттєво знизилась;
- ✓ працівник вже має достатньо професійних знань і навичок, але рівень його мотивації і впевненості в собі є нестійким;
- ✓ працівник має високий рівень знань і навичок, знає та розділяє цінності організації, може працювати автономно.

2. Грунтуючись на даних Глобального індексу конкурентоспроможності талантів за 2023 рік <https://www.insead.edu/system/files/2023-11/gtci-2023-report.pdf>, розрахуйте рівень лідерства в Україні та інших країнах світу (на вибір здобувача вищої освіти) в розрізі таких показників лідерства:

- ✓ співпраця між працівниками і роботодавцями;

- ✓ професійний менеджмент;
- ✓ толерантність до меншин;
- ✓ лідерські можливості для жінок;
- ✓ розвиток працівників;
- ✓ делегування повноважень.

## **Практичне заняття № 4. Роль комунікацій в лідерстві.**

### **Питання для обговорення**

1. Типологія комунікацій в лідерстві.
2. Особливості комунікаційної компетентності сучасного лідера.
3. Принципи та секрети ефективного переконання в лідерстві.

### **Тестові завдання для самоконтролю**

1. Які функції виконують «зв'язкові» в процесі комунікації?

А) контролюють вхідні потоки повідомлень;

Б) займають ключові позиції, пов'язуючи групи;

В) надають неформально вирішальний вплив на поведінку інших;

Г) «вікна у світ», оскільки вони пов'язують систему із зовнішнім середовищем;

Д) створюють продуктивно діючі групи, які складаються з кращих людей.

2. Які функції виконують «лідери думки» в процесі комунікації?

А) контролюють вхідні потоки повідомлень;

Б) займають ключові позиції, пов'язуючи групи;

В) надають неформально вирішальний вплив на поведінку інших;

Г) «вікна у світ», оскільки вони пов'язують систему із зовнішнім середовищем;

Д) створюють продуктивно діючі групи, які складаються з кращих людей.

3. Які функції виконують «космополіти» в процесі комунікації?

А) контролюють вхідні потоки повідомлень;

Б) займають ключові позиції, пов'язуючи групи;

В) надають неформально вирішальний вплив на поведінку інших;

Г) «вікна у світ», оскільки вони пов'язують систему із зовнішнім середовищем;

Д) створюють продуктивно діючі групи, які складаються з кращих людей.

4. Міміка, частота і сила жестикуляції – це:

- А) кінетика;
- Б) такесика;
- В) паралінгвістика;
- Г) проксеміка;
- Д) аналітика.

5. Звукова нелексична комунікація, якості голосу, мовлення (тембр, тональність, ритм, темп, діапазон, вокалізації, мелодика, інтонації, гучність) – це:

- А) кінетика;
- Б) такесика;
- В) паралінгвістика;
- Г) проксеміка;
- Д) аналітика.

#### **Питання для контролю рівня знань**

1. Які методи та інструменти комунікацій повинен використовувати сучасний лідер?

2. Поясніть сутність функцій, які виконують члени команди в процесі комунікацій.

3. В чому полягає зміст категорії «комунікаційний потенціал лідера»? Які фактори впливають на його формування?

4. Якими комунікативними компетентностями повинен володіти сучасний лідер?

5. Які комунікативні бар'єри/шуми Ви знаєте? За допомогою яких способів та прийомів можна їх позбутися?

6. Назвіть та охарактеризуйте принципи ефективного переконання в лідерстві.

#### **Завдання для розв'язку**

1. Обґрунтуйте доцільність використання окремих каналів комунікації зі стейкхолдерами:

| Стейкхолдер                  | Телефон | Електронна пошта | Соціальні мережі | Особисте звернення | Месенджер |
|------------------------------|---------|------------------|------------------|--------------------|-----------|
| Ректор НУВГП                 |         |                  |                  |                    |           |
| Завідувач випускової кафедри |         |                  |                  |                    |           |
| Викладач навчальної          |         |                  |                  |                    |           |

|                                  |  |  |  |  |  |
|----------------------------------|--|--|--|--|--|
| дисципліни                       |  |  |  |  |  |
| Студент академічної групи БА-51м |  |  |  |  |  |
| Громадська організація м. Рівне  |  |  |  |  |  |

2. Використовуючи метод навчання «ділова гра», сформулюйте виступ задля переконання опонента в необхідності (на вибір здобувача вищої освіти):

- виступити з доповіддю на науковій конференції;
- прийняти участь в тренінгу «Командне лідерство»;
- прийняти участь в екологічному заході.

## **Змістовий модуль 2. Теоретико-методологічні засади самоменеджменту.**

### **Практичне заняття № 5. Самоменеджмент: концепції, закони, принципи.**

#### **Питання для обговорення**

1. Основні поняття самоменеджменту.
2. Концепції та принципи самоменеджменту.
3. Мета, завдання, функції та техніки самоменеджменту.

#### **Тестові завдання для самоконтролю**

1. Яка концепція самоменеджменту базується на логіці та раціональних міркуваннях?

- А) концепція раціонального життя;
- Б) концепція обмежень;
- В) концепція раціональної організації часу;
- Г) раціонально-психологічна концепція;
- Д) акмеолого-технологічна концепція.

2. Яка концепція самоменеджменту полягає в раціональному використанні «законів» функціонування психіки людини для вирішення завдань самоменеджменту?

- А) концепція раціонального життя;
- Б) концепція обмежень;
- В) концепція раціональної організації часу;
- Г) раціонально-психологічна концепція;

Д) акмеолого-технологічна концепція.

3. Яка концепція самоменеджменту передбачає використання методів наукової організації праці?

- А) концепція раціонального життя;
- Б) концепція обмежень;
- В) концепція раціональної організації часу;
- Г) раціонально-психологічна концепція;
- Д) акмеолого-технологічна концепція.

4. Яку техніку самоменеджменту найбільш доцільно використовувати для встановлення пріоритетів завдань?

- А) метод Шваба;
- Б) метод «Альпи»;
- В) метод «помідора»;
- Г) метод «швейцарського сиру»;
- Д) діаграма Ганта.

5. Яку техніку самоменеджменту найбільш доцільно використовувати для виконання великих завдань, коли немає послідовності виконання?

- А) метод Шваба;
- Б) метод «Альпи»;
- В) метод «помідора»;
- Г) метод «швейцарського сиру»;
- Д) діаграма Ганта.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Що таке самоменеджмент? В чому полягає необхідність виникнення цієї концепції?

2. Поясніть взаємозв'язок між основними категоріями самоменеджменту.

3. Які теоретичні концепції до визначення сутності самоменеджменту Ви знаєте?

4. Назвіть основні принципи самоменеджменту.

5. Які завдання покликаний виконувати самоменеджмент?

6. Охарактеризуйте основні функції самоменеджменту.

### **Завдання для розв'язку**

1. Використовуючи «коло правил: функції самоменеджменту», визначте перелік заходів/дій для досягнення певної цілі (завдання).



2. В яких випадках/ситуаціях доцільно використовувати такі техніки самоменеджменту?

- ✓ метод «швейцарського сиру»;
- ✓ метод критичного шляху (CPM);
- ✓ метод оцінки та перегляду програм (PERT);
- ✓ матриця Ейзенхауера;
- ✓ діаграма Ганта.

Обґрунтуйте свою відповідь.

## **Практичне заняття № 6. Організація особистої діяльності та тайм-менеджмент.**

### **Питання для обговорення**

1. Планування та організація як функції самоменеджменту.
2. Сутність та основні завдання тайм-менеджменту.
3. Методи аналізу використання робочого часу та його втрат.

### **Тестові завдання для самоконтролю**

1. Час, впродовж якого відбувається одержання завдання на роботу, належить до:

- А) підготовчо-заклучного часу;
- Б) оперативного часу;
- В) часу непродуктивної роботи;
- Г) часу обслуговування робочого місця;
- Д) часу перерв.

2. Час роботи, пов'язаний з виконанням посадових обов'язків – це:

- А) підготовчо-заклучний час;
- Б) оперативний час;
- В) час непродуктивної роботи;

Г) час обслуговування робочого місця;

Д) час перерв.

3. Перевагами тайм-менеджменту є:

А) виконання роботи з меншими витратами часу;

Б) кращі результати праці;

В) краща організація праці;

Г) менше поспіху і стресу;

Д) всі відповіді правильні.

4. Який принцип тайм-менеджменту передбачає прояв гнучкості задля досягнення цілей?

А) реалістичне планування;

Б) пристосовність;

В) регулярність – системність – послідовність;

Г) поповнення втрат часу;

Д) перенесення незробленого.

5. Який принцип тайм-менеджменту передбачає планування такого обсягу робіт, з яким реально можна впоратися?

А) реалістичне планування;

Б) пристосовність;

В) регулярність – системність – послідовність;

Г) поповнення втрат часу;

Д) перенесення незробленого.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Які принципи планування як функції самоменеджменту Ви знаєте? Який їхній зміст?

2. Які переваги дозволяє отримати дотримання принципів тайм-менеджменту?

3. Назвіть основні правила планування ефективного використання робочого часу та особистої роботи.

4. Охарактеризуйте методи планування робочого часу.

5. Охарактеризуйте сутність методу «Альпи». Які переваги його використання?

6. Які методи доцільно використовувати при аналізі втрат робочого часу?

### **Завдання для розв'язку**

1. Проведіть інвентаризація Вашого часу протягом доби/тижня, яка включає:

✓ аналіз витрат часу (ефективна діяльність, перерви);

✓ аналіз втрат часу (джерела втрат);

✓ аналіз поглиначів часу.

Запропонуйте шляхи підвищення ефективності виростання Вашого часу.

2. Використовуючи матриця Ейзенхауера, яка допомагає зрозуміти взаємозв'язок між терміновістю й важливістю справ, сформууйте робочий графік на один день/тиждень.

|            | Терміново   | Не терміново  |
|------------|---|---|
| Важливо    | <b>Зробити:</b><br>Завдання із дедлайнами або наслідками            | <b>Відкласти:</b><br>Завдання із нечіткими дедлайнами, що впливають на успіх у перспективі. |
| Не важливо | <b>Делегувати:</b><br>Задачі, що мають бути зроблені, але будь-ким. | <b>Видалити:</b><br>Відволікаючі та необов'язкові задачі.                                   |

## Практичне заняття № 7. Самомотивування та самоконтроль.

### Питання для обговорення

1. Методи та інструменти самомотивації.
2. Сутність контролю як функції самоменеджменту.
3. Використання інформаційних технологій в самоменеджменті.

### Тестові завдання для самоконтролю

1. Які чинники впливають на самомотивацію?  
А) відчуття корисності роботи;  
Б) особистий розвиток;  
В) моральне задоволення;  
Г) матеріальна винагорода;  
Д) всі відповіді правильні.
2. Яке правило самомотивації передбачає використання правила:



негативний результат – теж результат?

- А) свідомий вибір;
- Б) позитивне мислення;
- В) чітка мета;
- Г) дружня підтримка;
- Д) моральне самовдосконалення.

3. Яке правило самомотивації передбачає аналіз переваг та недоліків ситуації, що склалася задля ухвалення раціонального рішення?

- А) свідомий вибір;
- Б) позитивне мислення;
- В) чітка мета;
- Г) дружня підтримка;
- Д) моральне самовдосконалення.

4. Відповідь на яке запитання лежить в площині контролю діяльності?

- А) чи виконані поставлені завдання;
- Б) які результати досягнуті;
- В) що залишилося незробленим;
- Г) які причини відхилень між запланованими та фактичними результатами;
- Д) чи виконуються дійсно необхідні завдання.

5. Відповіді на які запитання лежить в площині контролю результатів?

- А) чи виконані поставлені завдання;
- Б) які результати досягнуті;
- В) що залишилося незробленим;
- Г) які причини відхилень між запланованими та фактичними результатами;
- Д) чи виконуються дійсно необхідні завдання.

### **Питання для контролю рівня знань**

1. Розкрийте зміст самомотивації як функції самоменеджменту.
2. Які методи самомотивації Ви знаєте?
3. В чому полягає сутність контролю як функції самоменеджменту?
4. Які види контролю в самоменеджменті Ви знаєте?
5. Назвіть спільні та відмінні риси між контролем процесу діяльності та контролем результатів роботи.
6. За допомогою яких методів та інструментів можна

здійснювати самоконтроль?

### **Завдання для розв'язку**

1. Проведіть контроль результатів виконання завдання/досягнення цілі (на вибір здобувача вищої освіти). З цією метою сформуєте контрольний лист за формою:

| Завдання/<br>ціль | Термін | Планові<br>показники | Фактичні<br>показники | Відхилення | Причини<br>відхилення |
|-------------------|--------|----------------------|-----------------------|------------|-----------------------|
|                   |        |                      |                       |            |                       |

2. Обґрунтуйте доцільність та ефективність використання мобільних застосунків з метою самоконтролю, ґрунтуючись на їхніх перевагах та недоліках.

| Мобільний застосунок | Переваги<br>використання | Недоліки<br>використання |
|----------------------|--------------------------|--------------------------|
| Manic Time           |                          |                          |
| Achieve Planner      |                          |                          |
| Self-Control         |                          |                          |
| Stayfocusd           |                          |                          |

## **ЛІТЕРАТУРА**

### **Основна**

1. Вербовська Л. С., Боднар Г. Ф., Микитюк Н. Є. Технології лідерства в організації : конспект лекцій. Івано-Франківськ : Видавництво «ІФНТУНГ», 2021. 80 с.

2. Войтко С. В. Лідерство та антикризовий менеджмент [Електронний ресурс] : підручник. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2021. 195 с.

3. Нестуля О. О., Нестуля С. І., Кононець Н. В. Основи лідерства : електронний посібник для самостійної роботи студентів. Полтава : ПУЕТ, 2018. 241 с.

4. Пашенко С. Ю., Сербін О. О., Стоян С. П., Трофімов А. Ю., Лукін Д. В. Креативне лідерство : навч. посіб. Київ. нац. ун-т ім. Тараса Шевченка, 2020. 99 с.

5. Рейкін В. С. Мотивування та лідерство : конспект лекцій. Луцьк : Волинський національний університет імені Лесі Українки., 2022. 89 с.

6. Романовський О. Г., Гура Т. В., Книш А. Є., Бондаренко В. В. Теорія і практика формування лідера : навчальний посібник.

Харків, 2017. 100 с.

7. Самоменеджмент : навчальний посібник / Г. З. Леськів, Г. Я. Левків, М. М. Бліхар, В. В. Гобела, О. П. Подра, Г. В. Коваль. Львів : Львівський державний університет внутрішніх справ, 2021. 280 с.

8. Самоменеджмент [Електронний ресурс] : навчальний посібник / С. К. Василик, О. В. Майстренко, К. Р. Немашкало та ін. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2020. 150 с.

### Додаткова

9. Антохов А.А., Клевчік Л. Л. Самоменеджмент Частина 1 : навчальний посібник. Ч. : ЧНУ імені Юрія Федьковича, 2021. 123 с.

10. Ібрагімова І. М. Лідерство у громаді. Як насажувати людей та досягати спільних цілей : посібник. К. : «Видавництво «Юстон», 2020. 106 с.

11. Лугова В. М., Голубев С. М. Основи самоменеджменту та лідерства : навчальний посібник. Харків : ХНЕУ ім. С. Кузнеця, 2019. 212 с.

12. Олійник О. О. Вплив лідерства на залучення талантів та впровадження інновацій. *Інтеграція науки та практики управління в умовах соціокультурних трансформацій*: зб. матеріалів II Міжнар. наук.-практич. конф. (25 квітня 2024 року, м. Полтава). м. Полтава : ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2024. С. 409–410.

13. Oliinyk O., Mishchuk N., Bilan Y. Leadership and its role in intellectual migration and creativity development. *Creativity Studies*, 2024. № 17(2). P. 379–394.

14. Ратушняк О. Г. Самоменеджмент : навч. пос. / О. Г. Ратушняк, О. Г. Лялюк. Вінниця : ВНТУ, 2021. 170 с.

15. Самоменеджмент : навчальний посібник для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня денної та заочної форм навчання за спеціальністю 073 «Менеджмент», ОП «Менеджмент організацій і адміністрування» / Укладач: З. М. Шильнікова; ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка». Старобільськ : Вид-во ДЗ «ЛНУ імені Тараса Шевченка», 2022. 224 с.

16. Трансформаційне лідерство в міжнародному бізнесі: конспект лекцій [Електронний ресурс] : навч. посіб. КПІ ім. Ігоря Сікорського ; уклад.: А. Р. Дунська, КПІ ім. Ігоря Сікорського. Київ : КПІ ім. Ігоря Сікорського, 2022. 84 с.