

УДК 338.255

Лиса Н.– ст. гр. БМ-42

*Тернопільський національний технічний університет імені Івана Пулюя*

## **РОЛЬ ТА НЕОБХІДНІСТЬ САМОМЕНЕДЖМЕНТУ В УМОВАХ ГЛОБАЛІЗАЦІЇ**

Науковий керівник: доц. Юрик Н.Є.

XXI століття стало епохою глобалізації, поширення масових комунікацій, посилення міграційних потоків та інших важливих чинників, що призводить до змін у поведінці конкретної людини і суспільства в цілому. Стрімкий розвиток новітніх комп'ютерних технологій, науки, техніки набагато полегшив життя людини на Землі, але й вимоги до сучасної людини, як спеціаліста у певній сфері значно зросли. Сьогодні недостатньо отримати знання і вміло використовувати їх, потрібно ще й постійно удосконалювати свої вміння і займатися саморозвитком, раціонально використовувати час, організовувати та контролювати свою діяльність. Все це повинен забезпечити самоменеджмент.

В перекладі з англійської мови management – управління, таким чином самоменеджмент – це управління собою. Якщо розглядати самоменеджмент з точки зору бізнесу та психології, то само менеджмент – це методи, навички, стратегії за допомогою яких людина може ефективно направляти свою діяльність на досягнення цілей. В Україні самоменеджмент є особливо необхідним, оскільки за відсутності достатньої кількості робочих місць посилюється конкуренція на ринку праці, особливо на управлінські посади. Великі компанії із значним капіталом вже давно запрошують на керівні посади іноземних спеціалістів, а українські – змушені задовольнятися посадою на нижчому або середньому рівнях управління. Однією з причин такої проблеми є недостатність усвідомлення необхідності самоменеджменту. Лише ті, хто не стоїть на місці, а здатен на саморозвиток, самонавчання засвоєння результатів досягнень науки і техніки стає експертом у своїй справі і може конкурувати на світовому ринку праці.

Існує думка, що самоменеджмент – це постійний розвиток у всіх сферах та видах людської діяльності, проте ефективний самоменеджмент потребує наявності ключових вмінь та якостей, які притаманні конкретній особі і які їй і слід розвивати. У цьому і проявляється вміння управляти собою – раціонально використовувати свої енергію, час. Безумовно, вміння управляти собою — це мистецтво, якому неможливо швидко навчитися. Самоменеджмент – це цілий комплекс, який включає постановку цілей, прийняття рішень, планування особистого часу, самопізнання, самоорганізацію, самоконтроль, самоосвіту і інші складові. Проте, варто розпочати з правильної організації свого робочого часу, а саме: планування свого робочого дня, скорочення непродуктивного спілкування тощо.

Отже, в світі, який все більше захоплює процес глобалізації вирішальним фактором стає вміння швидко пристосовуватися, швидко навчатися, використовувати та впроваджувати результати праці. Самоменеджмент допомагає чітко сформулювати цілі та знайти ресурси для їх досягнення. Самоменеджмент дає можливість стати керівником власного життя та кар'єри.