

Міністерство освіти і науки України
Національний аерокосмічний університет ім. М. Є. Жуковського
«Харківський авіаційний інститут»
Кафедра менеджменту (№ 602)

ЗАТВЕРДЖУЮ
Голова НМК № 3

Л.О. Філіпковська
(підпис) (ініціали та прізвище)
« 31 » серпня 2020 р.

**РОБОЧА ПРОГРАМА ОБОВ'ЯЗКОВОЇ
НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
САМОМЕНЕДЖМЕНТ**

Галузі знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки»
07 «Управління та адміністрування»
28 «Публічне управління та адміністрування»
29 «Міжнародні відносини»
(шифр і найменування галузі знань)

Спеціальності: 051 «Економіка»
071 «Облік і оподаткування»
072 «Фінанси, банківська справа та страхування»
073 «Менеджмент»
075 «Маркетинг»
076 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»
281 «Публічне управління та адміністрування»
292 «Міжнародні економічні відносини»

Освітні програми: «Економіка підприємства», «Економіка підприємства.
Скорочена форма навчання, 1 рік 10 місяців»
«Облік і оподаткування»
«Фінанси, банківська справа та страхування»
«Менеджмент», «Управління проектами», «Логістика»
«Маркетинг»
«Експертиза товарів та послуг»
«Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»
«Публічне управління та адміністрування»
«Міжнародна економіка»,
«Міжнародний туристичний бізнес»

Форма навчання: денна

Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)

Харків 2020 рік

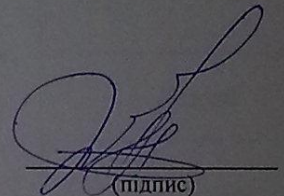
Робоча програма: Самоменеджмент
для студентів за спеціальностями:

051 «Економіка»,
071 «Облік і оподаткування»,
072 «Фінанси, банківська справа та страхування»,
073 «Менеджмент»,
075 «Маркетинг»,
076 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність»,
281 «Публічне управління та адміністрування»,
292 «Міжнародні економічні відносини»

освітніми програмами: «Економіка підприємства»,
«Економіка підприємства. Скорочена форма навчання, 1 рік 10 місяців»,
«Облік і оподаткування», «Фінанси, банківська справа та страхування»
«Менеджмент», «Управління проектами», «Логістика», «Маркетинг»
«Експертиза товарів та послуг», «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність», «Публічне управління та адміністрування»,
«Міжнародна економіка», «Міжнародний туристичний бізнес»

« 27 » серпня 2020 р. – 11 с.

Розробник: Самойленко І.О., д.е.н., доцент

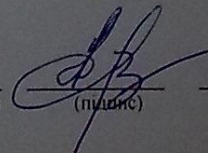


(підпис)

Робочу програму розглянуто на засіданні кафедри менеджменту (№ 602)
(назва кафедри)

Протокол № 1 від « 31 » серпня 2020 р.

Завідувач кафедри _____ д.е.н., професор
(науковий ступінь та вчене звання)



(підпис)

А.В. Доронін
(ініціали та прізвище)

1. Опис навчальної дисципліни

Найменування показника	Галузь знань, спеціальність, освітня програма, рівень вищої освіти	Характеристика навчальної дисципліни (денна форма навчання)
Кількість кредитів – 4	Галузь знань: 05 «Соціальні та поведінкові науки» 07 «Управління та адміністрування» 28 «Публічне управління та адміністрування» 29 «Міжнародні відносини» Спеціальність: 051 «Економіка» 71 «Облік і оподаткування» 72 «Фінанси, банківська справа та страхування» 73 «Менеджмент» 75 «Маркетинг» 76 «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність» 281 «Публічне управління та адміністрування» 292 «Міжнародні економічні відносини» Освітня програм «Економіка підприємства», «Економіка підприємства. Скорочена форма навчання, 1 рік 10 місяців», «Облік і оподаткування», «Фінанси, банківська справа та страхування», «Менеджмент», «Управління проектами», «Логістика», «Маркетинг» «Експертиза товарів та послуг», «Підприємництво, торгівля та біржова діяльність», «Публічне управління та адміністрування», «Міжнародна економіка», «Міжнародний туристичний бізнес» Рівень вищої освіти: перший (бакалаврський)	Обов’язкова
Кількість модулів – 2		Навчальний рік
Кількість змістовних модулів – 2		2020/2021
Індивідуальне завдання контрольна робота (РК) «Аналіз сучасних підходів щодо визначення саморозвитку особистості»		Семестр
Загальна кількість годин – 56/120		1-й
Кількість тижневих годин для денної форми навчання: аудиторних – 3,5 самостійної роботи студента – 4		32 годин
		Практичні, семінарські*
		24 годин
		Лабораторні*
		- годин
		Самостійна робота
		64 годин
	Вид контролю модульний контроль, залік	

Співвідношення кількості годин аудиторних занять до самостійної роботи становить: 56/64

Аудиторне навантаження може бути зменшене або збільшене на одну годину залежно від розкладу занять.

2. Мета та завдання навчальної дисципліни

Мета вивчення: набуття компетентностей оцінювати життєві ситуації і формулювати життєві цілі; 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.

Завдання:

1. Розглянути понятійно-категорійний апарат, сутність, складові та механізми функціонування самоменеджменту як процесу здатності особистості до саморозвитку та засобу покращення управлінської праці.

2. Розглянути сучасні тенденції щодо формулювання політики самоменеджменту, управління саморозвитком особистості, ефективного управління власними ресурсами (час, простір, комунікації, фінанси).

3. Розглянути інтеграцію в організацію й лідерство та дослідити основні підходи до розуміння змісту методів управління мисленням, ділової етики (соціальна відповідальність; стосунки з підлеглими, діловими партнерами).

Результати навчання: згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні:

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми студенти повинні досягти таких **компетентностей:**

ЗК13 – цінування та повага різноманітності та мультикультурності.

ЗК15 – здатність діяти на основі етичних міркувань (мотивів);

СК6 – здатність діяти соціально відповідально і свідомо;

СК14 – розуміти принципи психології та використовувати їх у професійній діяльності;

СК15 – здатність формувати та демонструвати лідерські якості та поведінкові навички;

СК16 – здатність підтримувати сприятливий соціально-психологічний клімат в колективі, налагоджувати ефективну взаємодію в команді, створювати сприятливі умови для навчання та саморозвитку персоналу підприємства;

СК17 – здатність приймати нестандартні рішення і креативно мислити та готовність перейняти на себе відповідальність і проявити лідерські якості;

СК18 – здатність до безперервного та актуального навчання, саморозвитку та самопроекування майбутнього, уміння застосовувати знання на практиці;

СК19 – здатність організовувати та проводити ділові зустрічі і переговори з партнерами та іншими суб'єктами економічної діяльності, підтримувати ділові контакти, використовуючи сучасні технічні засоби, засоби зв'язку та інформаційні технології.

Програмні результати навчання:

РН9 – демонструвати навички взаємодії, лідерства, командної роботи;

РН14 – ідентифікувати причини стресу, адаптувати себе та членів команди до стресової ситуації, знаходити засоби до її нейтралізації;

РН15 – демонструвати здатність діяти соціально-відповідально та громадсько-свідомо на основі етичних міркувань (мотивів), повагу до різноманітності та міжкультурності;

РН16 – демонструвати навички самостійної роботи, гнучкого мислення, відкритості до нових знань, бути критичним і самокритичним;

РН21 – демонструвати навички складання планової та звітної документації забезпечення управлінської діяльності підприємства.

Міждисциплінарні зв'язки: психологія, менеджмент, публічне управління, поведінкова економіка, менеджмент організації, міжнародний бізнес, виробнича практика.

3. Програма навчальної дисципліни

Модуль 1. Самоменеджмент

Змістовний модуль 1. Концептуальні основи самоменеджменту

Тема 1. Основні концептуальні засади теорії самоменеджменту

Основні поняття. Предмет, закони, принципи теорії самоменеджменту. Сутність самоуправління в життєдіяльності та діяльності.

Тема 2. Філософські та методичні засади розвитку самоменеджменту

Принципи взаємозв'язку, взаємодії та розвитку. Етапи розвитку самоменеджменту. Зв'язок з іншими науками.

Тема 3. Загальна характеристика концепцій самоменеджменту

Концепції самоменеджменту в західній культурі. Східна концепція самоменеджменту. Загальні риси інтегральної моделі самоменеджменту.

Тема 4. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління

Закони, принципи самоуправління. Специфічні закони управління. Основні принципи управління.

Тема 5. Закони, принципи управління духовним розвитком

Заповіді та закономірності духовного розвитку. Синергетичний підхід до управління функціонуванням і розвитком людини. Синергетична парадигма.

Тема 6. Моделі самоуправління розвитком людини

Самоуправління розвитком людини. Життєва криза як рушійна сила розвитку.

Модульний контроль

Змістовний модуль 2. Синергетична парадигма самоуправління та психологія ділових відносин

Тема 7. Основи теорії самоуправлінської діяльності людини.

Загальне уявлення про систему діяльності людини. Специфічні особливості організації діяльності людини.

Тема 8. Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту

Становлення і сутність стратегічного самоменеджменту. Стратегічне мислення в самоменеджменті. Місія і стратегічне цілепокладання в самоменеджменті. Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту.

Тема 9. Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту

Стратегічне планування в самоменеджменті. Особливості етапів стратегічного самоменеджменту.

Тема 10. Характеристика засобів самоуправління, розроблених у західній культурі

Саморегуляція в самоуправлінні. Технології самовиховання і взаєморозуміння.

Соціокультурні технології. Загальна характеристика засобів самоуправління у східній культурі.

Тема 11. Самоменеджмент і мистецтво управління: професіоналізм, культура, комунікативна діяльність

Управлінська культура сучасного керівника. Організаційна культура. Комунікативна діяльність та ділове спілкування як управлінська функція.

Тема 12. Ділове спілкування як складова комунікативної діяльності

Ділове підтримуюче спілкування. Взаємсприйняття та взаємооцінювання учасників комунікативного процесу. Слухання як зворотний зв'язок комунікативної взаємодії.

Тема 13. Ділове спілкування як міжособистісна взаємодія співрозмовників

Причини неефективності ділової комунікації. Правила мистецтва переконання.

Причини неефективності комунікативної взаємодії.

Модульний контроль.

Модуль 2.

Індивідуальне завдання контрольна робота (КР) «Аналіз сучасних підходів щодо визначення саморозвитку особистості».

4. Структура навчальної дисципліни

Назва змістовного модуля і тем	Кількість годин				
	Усього	У тому числі			
		л	п	лаб.	с. р.
1	2	3	4	5	6
Модуль 1					
Змістовний модуль 1. Концептуальні основи самоменеджменту					
Тема 1. Основні концептуальні засади теорії самоменеджменту	9	2	2		5
Тема 2. Філософські та методичні засади розвитку самоменеджменту	9	2	2		5
Тема 3. Загальна характеристика концепцій самоменеджменту	8	2	2		4
Тема 4. Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління	9	2	2		5
Тема 5. Закони, принципи управління духовним розвитком	9	2	2		5
Тема 6. Моделі самоуправління розвитком людини	9	2	2		5
Модульний контроль	2	2	-		-
Разом за змістовним модулем 1	55	14	12		29
Змістовний модуль 2. Синергетична парадигма самоуправління та психологія ділових відносин					
Тема 7. Основи теорії самоуправлінської діяльності людини	8	2	2		4
Тема 8. Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту	8	2	2		4
Тема 9. Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту	8	2	2		4
Тема 10. Характеристика засобів самоуправління, розроблених у західній культурі	9	3	2		4
Тема 11. Самоменеджмент і мистецтво управління: професіоналізм, культура, комунікативна діяльність	8	3	2		3
Тема 12. Ділове спілкування як складова комунікативної діяльності	6	2	1		3
Тема 13. Ділове спілкування як міжособистісна взаємодія співрозмовників	6	2	1		3
Модульний контроль	2	2	-		-
Разом за змістовним модулем 2	55	18	12		25
Усього годин	112	32	24		55
Модуль 2					
Індивідуальне завдання КР	10				10
Контрольний захід - залік	-	-	-	-	-
Усього годин	120	32	24		64

5. Теми семінарських занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1		
	Разом	

6. Теми практичних занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1	Основні концептуальні засади теорії самоменеджменту	2
2	Філософські та методичні засади розвитку самоменеджменту	2
3	Загальна характеристика концепцій самоменеджменту	2
4	Закони, принципи, синергетична парадигма самоуправління	2
5	Закони, принципи управління духовним розвитком	2
6	Моделі самоуправління розвитком людини	2
7	Основи теорії самоуправлінської діяльності людини	2
8	Теоретико-методичні засади стратегічного самоменеджменту	2
9	Теоретичні засади реалізації стратегічного самоменеджменту	2
10	Характеристика засобів самоуправління, розроблених у західній культурі	2
11	Самоменеджмент і мистецтво управління: професіоналізм, культура, комунікативна діяльність	2
12	Ділове спілкування як складова комунікативної діяльності	1
13	Ділове спілкування як міжособистісна взаємодія співрозмовників	1
	Разом	24

7. Теми лабораторних занять

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1		
	Разом	

8. Самостійна робота

№ п/п	Назва теми	Кількість годин
1	Предмет, закони, принципи теорії самоменеджменту (тема 1)	6
2	Сучасні наукові концепції: Лотара Зайверта, М. Вудкока і Д. Френсіса (теорія обмежень), В.А. Андрєєва, Бербель і Хайнца Швальбе, А.Т. Хроленка (тема 2,3)	6
3	Складові самоменеджменту за теорією К. Кінан (тема 4)	6
4	Поняття «дух», «душа», «духовність» (тема 5)	6
5	Людина як феномен. Феномен проблеми самоменеджменту (тема 6, 7)	6
6	Розуміння стратегії, стратегічного управління. Теоретико-практичні засади самоменеджменту людини в різних типах буття (тема 8,9)	6
7	Технології самовиховання і взаєморозуміння. Соціокультурні технології (тема 10)	6
8	Особливості маніпуляційних та інформаційних впливів на людину(тема 11)	6

9	Етика і соціальна відповідальність. Лідерство (тема 12,13)	6
10	Індивідуальне завдання	10
	Разом	64

9. Індивідуальні завдання

Виконання групової презентаційної роботи «Аналіз сучасних підходів щодо визначення саморозвитку особистості»:

1. Спрямованість особистості на розвиток як підґрунтя самопроекування.
2. Особистісний саморозвиток в процесі самореалізації.
3. Особистісний розвиток через самопроекування.
4. Вплив інформаційно-комунікативного простору на саморозвиток особистості.
5. Можливість самопрезентації в процесі спілкування.

10. Методи навчання

Словесні, наочні, практичні, репродуктивні (пояснювально-ілюстративні). Розв'язок ситуаційно-аналітичних вправ. Конспектування лекцій. Самостійна робота.

11. Методи контролю

Контроль і оцінювання якості набутих знань, умінь та практичних навичок студентів має системний характер, базується на принципі наскрізного контролю, який дозволяє забезпечити взаємозв'язок між усіма видами навчального процесу: лекції, практичні, самостійна та індивідуальна робота студента, поточний контроль, залік.

Оцінювання знань студентів здійснюється на основі результатів поточного контролю, письмового модульного контролю, підсумкового контролю у вигляді заліку.

12. Критерії оцінювання та розподіл балів, які отримують студенти

12.1. Розподіл балів, які отримують студенти (кількісні критерії оцінювання)

Складові навчальної роботи	Бали за одне заняття (завдання)	Кількість занять (завдань)	Сумарна кількість балів
Змістовний модуль 1			
Робота на практичних заняттях	0...1	5	0...5
Виконання і захист самостійних робіт	0...5	2	0...10
Модульний контроль	0...25	1	0...25
Змістовний модуль 2			
Робота на практичних заняттях	0...1	5	0...5
Виконання і захист самостійних робіт	0...5	2	0...10
Модульний контроль	0...25	1	0...25
Індивідуальне завдання	0...25	1	0...20
Усього за семестр			0...100

Семестровий контроль (залік) проводиться у разі відмови студента від балів поточного тестування й за наявності допуску до заліку. Під час складання семестрового заліку студент має можливість отримати максимум 100 балів.

Білет для заліку складається з двох теоретичних запитань та практичного завдання. За повну правильну відповідь на теоретичні запитання студент отримує по 30 балів, за повну правильну відповідь на практичне завдання – 40 балів.

12.2. Якісні критерії оцінювання

Необхідний обсяг знань для одержання позитивної оцінки:

- розуміти можливості застосування теорій самоменеджменту у власній життєвій діяльності;
- сформулювати пріоритетні напрямки самовдосконалення у конкретній часовій перспективі;
- сформулювати власні життєві цінності та презентувати модель самоменеджменту на основі цілей саморозвитку;
- створити розуміння структури та змісту елементів політики самоменеджменту;
- сформулювати план власної життєдіяльності;
- викласти власне розуміння щодо застосування стилів мислення у реалізації політики самоменеджменту;
- управляти доходами за допомогою процесного менеджменту.

12.3 Критерії оцінювання роботи студента протягом семестру

Задовільно (60-74). Показати мінімум знань та умінь. Відпрацювати та захистити всі практичні роботи та домашні завдання. Знати сучасні наукові концепції: Лотара Зайверта, М. Вудкока і Д. Френсіса. Знати складові самоменеджменту за теорією К. Кінан. Вміти складати план власної життєдіяльності. Вміти побудувати дерево цілей та хронометраж дня.

Добре (75-89). Твердо знати мінімум, виконати усі завдання. Показати вміння виконувати та захищати всі практичні роботи в обумовлений викладачем строк з обґрунтуванням рішень та заходів, які запропоновано у роботах. Виконати всі КР, здати тестування та поза аудиторну самостійну роботу. Уміти сформувати складові стратегічного управління. Розуміти сутність матриці Ейзенхауера, принципу Паретто, знати основи тайм-менеджменту.

Відмінно (90-100). Здати всі контрольні точки з оцінкою «відмінно». Повно знати основний та додатковий матеріал та уміти його застосовувати. Орієнтуватися у підручниках та посібниках. Безпомилково виконувати та захищати всі самостійні роботи в обумовлений викладачем строк з докладним обґрунтуванням рішень та заходів, які запропоновано у роботах. Прийняти участь у студентській конференції. Відмінно захистити підсумковий проект.

Шкала оцінювання: бальна і традиційна

Сума балів	Оцінка за традиційною шкалою	
	Іспит, диференційований залік	Залік
90 – 100	Відмінно	Зараховано
75 – 89	Добре	
60 – 74	Задовільно	
0 – 59	Незадовільно	Не зараховано

13. Методичне забезпечення

- 1. Навчально-методичне забезпечення дисципліни "Самоменеджмент" для бакалаврів / Нац. аерокосм. ун-т ім. М. Є. Жуковського "Харків. авіац. ін-т" ; уклад. І. О. Самойленко. - Харків, 2019. - 195 с. - режим доступу : http://library.khai.edu/library/fulltexts/doc/602_Samomenedzhment.pdf, що включає в себе:
- робочу програму
 - конспект лекцій, перелік підручників
 - навчальний посібник до практичних занять
 - рекомендації для самостійної підготовки студентів з навчальної дисципліни
 - завдання для контролю знань з навчальної дисципліни
 - питання до заліку
- 2. Скачкова І.А., Гончар І.О., Калініна О.М. Самоменеджмент: навч. посіб. до практ. занять – Х.: Нац. аерокосм. ун-т ім. М.Є. Жуковського «Харк. авіац. ін-т», 2018. – 88 с.

14. Рекомендована література

Базова

1. Штепа О. С. Самоменеджмент (самоорганізування особистості) : навч. посіб. / О. С. Штепа. – Львів : Вид-во Львівського університету ім. І. Франка, 2012. – 361 с.
2. Стівен Р. Кові - «7 звичок надзвичайно ефективних людей / Кові С. – Видавництво: Клуб Сімейного Дозвілля, 2012. – 384 с.
3. Колпаков В.М. Самоменеджмент / В.М. Колпаков. – К. : ДП «Видавничий дім «Персонал», 2008. – 528 с.
4. Кредісов А. Менеджмент для керівників. – К.: Знання, 2009. – 556 с.
5. Лукашевич М.П. Теорія і практика самоменеджменту. – К.: МАУП, 2010. – 225 с.
6. Bryant T. Self-Discipline in 10 Days. How to Go from Thinking to Doing / T. Bryant. – Seattle, Wash. : HUB Publishing,

Допоміжна

1. Яшкіна Н.В. Основні характеристики сучасного менеджменту / Н. В. Яшкіна // Економіка & держава. – 2010. – №7. – С.35-36.
2. Колпаков В. М. Управление развитием персонала. — К. : МАУП, 2005.
3. Мазур В.С. Нові підходи і форми менеджменту, як особливого типу управління / В. С. Мазур // Пріоритети економічного розвитку України: історія та сьогодення. – Вінниця, 2009. – С. 178-183.
4. Березянко Т. В. Напрями подолання конфліктності корпоративного управління та корпоративного менеджменту / Т. В. Березянко // Інвестиції: практика та досвід. – 2010. – № 10. – С. 65–67.
5. Скібіцька Л. І. Лідерство та стиль роботи менеджера : навч. посіб. / Л. Скібіцька. – К. : Центр учбової літератури, 2009. – 191 с.
6. Архангельський Г.А. Тайм-драйв: як встигати жити і працювати / Г.А. Архангельський. – М. : Манн, Іванов і Фербер, 2005. – 240 с.
7. Архангельський Г.А. Формула часу: тайм-менеджмент на Outlook 2007–2010 : [6–е вид.] / Г.А. Архангельський. – М. : Манн, Іванов і Фербер, – 2011. – 115 с.
8. Чкан А.С. Самоменеджмент: практикум для студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» напряму підготовки «Менеджмент» / А.С. Чкан, О.М. Олійник, С.В. Маркова. – Запоріжжя: ЗНУ, 2015. – 82 с.
9. Charan R. The Leadership Pipeline : How to Build the Leadership Powered Company / R. Charan, S. Drotter, J. Noel. – San Francisco : Jossey-Bass, 2011. – 248 p. – ISBN-10: 0470894563; ISBN-13: 978-0470894569
10. Joiner W. Leadership Agility: Five Levels of Mastery for Anticipating and Initiating Change / William B. Joiner, Stephen A. Josephs. – San Francisco : Jossey-Bass, 2006. – 336 p. – ISBN-10: 0787979139 ; ISBN-13: 978- 0787979133.

15. Інформаційні ресурси

1. Самоменеджмент [Електронний ресурс] : навч. посібник / В. М. Селютін. – Електрон. дані. – Х. : ХДУХТ, 2017. – Режим доступу : <http://elib.hduht.edu.ua/bitstream/123456789/2464/1/%D0%A1%D0%B0%D0%BC%D0%BE%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D0%B5%D0%B4%D0%B6%D0%BC%D0%B5%D0%BD%D1%82.pdf>
2. Цивільний кодекс України – Відомості Верховної Ради України (ВВР), 2003, №№ 40–44, ст. 356. – [Електронний ресурс] : – Режим доступу : <http://zakon1.rada.gov.ua/laws/show/435-15>.
3. Про колективні договори і угоди : закон України. – [Електронний ресурс] : – Режим доступу : <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/3356-12>.
4. Про охорону праці: закон України. – [Електронний ресурс] : – Режим доступу: <http://zakon2.rada.gov.ua/laws/show/2694-12>.
4. Про порядок вирішення колективних трудових спорів (конфліктів): закон України. – [Електронний ресурс] : Режим доступу : <http://zakon4.rada.gov.ua/laws/show/137/98-вр>.
5. www.management.com.ua – Інтернет-портал для управлінців
6. www.12manage.com – Інтернет-портал з проблем менеджменту
7. Jenkins R. A simpler way to save: The 60 % Solution [Electronic resource] / R. A. Jenkins. – Access mode : <http://web.utah.edu/basford/personalfinance/handouts/budgeting/The60Solution.htm>.