

АКТУАЛЬНИЙ МІЖДИСЦИПЛІНАРНИЙ НАУКОВИЙ ДИСКУРС КОНЦЕПТА «ОСОБИСТІСНА ЕФЕКТИВНІСТЬ»

Наталя Сегеда, Євген Топалов

Мелітопольський державний педагогічний університет імені Богдана Хмельницького

Анотація:

У статті розглянуто поняття особистісної ефективності. Здійснено контент-аналіз концепту «особистісна ефективність» та визначено заявлені в сучасних наукових рефлексіях загальнонаукові (системно-кібернетичний, міждисциплінарний), конкретнонаукові (психологічний, психофізіологічний) та структурно-операціональні (суб'єктний, компетентнісний, особистісно-діяльнісний) підходи до визначення поняття сучасними українськими та зарубіжними науковцями. Серед важливих теоретичних засад увагу зосереджено на концепції самоефективності, запропонованій А. Бандурою (1997), яка має суттєве значення для розуміння цього явища. В статті обґрунтовано, що застосування когнітивного методу концептуалізації дає змогу виявити багатогарну природу поняття, а також наявність синонімів як ключових його концептуальних ознак.

Ключові слова:

концепт; особистісна ефективність; академічна самоефективність; здобувач; саомоменеджмент; стресостійкість.

Resume:

Seheda Nataliia, Topalov Yevhen. The Current Interdisciplinary Scientific Discourse on the Concept of "Personal Effectiveness".

The article focuses on an exploration of the concept of "personal effectiveness", which is currently becoming an increasingly relevant construct in modern scientific discourse. A systematic content analysis of the concept of "personal effectiveness" has been conducted within the scope of the study. This analysis has revealed a variety of approaches to defining the concept, which have been articulated and elaborated upon within the framework of contemporary scientific reflections by both Ukrainian and international researchers. These interpretations encompass a broad spectrum of academic perspectives and methodological orientations. Among these, the study identifies including general-scientific (system-cybernetic, interdisciplinary), specific-scientific (psychological, psychophysiological), and structural-operational (subject-based, competency-based, personality-activity-based) approaches. Among the numerous theoretical foundations that underpin the study of personal effectiveness, particular and focused attention is devoted to the influential concept of self-efficacy, as formulated by prominent psychologist A. Bandura in 1997. The article demonstrates that the application of the cognitive method of conceptualization allows the disclosure of the multi-layered and complex nature of the following concept. Moreover, this method highlights the existence of synonymic expressions, which are considered significant conceptual features and indicators of its interpretative diversity.

Key words:

concept; personal effectiveness; academic self-efficacy; student; self-management; stress resilience.

Постановка проблеми. Всесвітній освітній форум, який відбувся у місті Інчхон (Південна Корея, 19-22 травня 2015 року), поставив за мету вироблення міжнародних підходів до розвитку освіти. Право на освіту, інклюзивність, справедливість, безперервність, якість освіти стали мета-аксіолоксемами Форуму. Інчхонська декларація (2015) спрямовувалась на досягнення миру та сталого розвитку суспільства. З огляду на «цивілізаційно-еволюційні» наміри декларації, як результат освітньої цивілізаційної стратегії, з певним «занепокоєнням» (рефлексивно-попереджувальним меседжем «безфінітного деперсоніфікованого змісту») говоримо про сучасну (2025) об'єктивну картину світу з відсутністю миру, й, відповідно, відсутністю сталого розвитку на багатьох континентах. Відтак, фіксуємо суперечність між цивілізаційно очікуваним, задекларованим вже 10 років тому забезпеченням людини освітою задля досягнення заявлених гуманітарно-еволюційних цілей і відсутністю культуровідповідної концептної педагогічної конотації «особистісної ефективності» як багатогарного соціокультурного феномену й водночас персоніфікованого явища, що постає очікуваним і людиною, і суспільством результатом реалізації освіти для формування та розвитку суспільнозначущої компетентності людини,

громадянина і професіонала задля миру та сталого розвитку суспільства. Зазначена суперечність зумовила необхідність сучасного міждисциплінарного наукового дискурсу для визначення концептних маркерів педагогічної конотації «особистісної ефективності» як предмету нашого наукового інтересу.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Поняття «особистісна ефективність» (англ. *personal effectiveness*) є багатозначним і розглядається науковцями з різних перспектив, зокрема з погляду самоефективності (англ. *self-efficacy*). Серед вітчизняних дослідників це питання вивчали Л. Балабанова, С. Батіна, М. Дригус, В. Юзак. Серед зарубіжних науковців особистісну ефективність та самоефективність розглядали наступні автори: П. Айсварі, А. Бандура, В. Джорджа, Дж. Меддакса, Л. Маєр, Г. Патрік, У. Парік, Р. Сенад та К. Чухадарі, Л. Анвін та Дж. Веллінгтон. Безпосередньо академічну самоефективність висвітлювали М. Чемерс, Л. Ху, Б. Гарсія, Т. Гонікке та Дж. Бродбент.

Стрімкий прогрес технологій в галузі програмного забезпечення, штучного інтелекту, цифрових технологій, електроніки та техніки вимагає від сучасної людини такого ж стрімкого та невідпинного розвитку. Як зауважив Льюїс Керролл у своєму творі «Аліса в Задзеркаллі»:

«Now, here, you see, it takes all the running you can do, to keep in the same place. If you want to get somewhere else, you must run at least twice as fast as that!» (Carroll, 1871). Ця цитата влучно описує вимоги сучасного суспільства до особистісного розвитку:

щоб залишатися конкурентоспроможною, людині необхідно не лише швидко опановувати нові знання та технології, але вміти орієнтуватися у великому потоці інформації, підлаштовуватися під сучасні умови праці та технологічний прогрес.

Необхідність розвитку особистісної ефективності набуває все більшої актуальності у сучасному світі через активний розвиток технологій, що створює нові вимоги до професійної діяльності. Економіка XXI століття змістила фокус від товарної до економіки знань, що вимагає від сучасної людини володіти такими навичками, як критичне мислення, творчість, уміння працювати в команді, комунікаційні навички та цифрова грамотність. Е. Ван Лаар після системного огляду літератури виявила, що існують такі категорії навичок XXI століття: технічні навички (technical skills); інформаційні навички (information skills); комунікаційні навички (communication skills); навички співпраці (collaboration skills); навички критичного мислення (critical thinking skills); навички творчості (creativity skills); навички розв'язання проблем (problem-solving skills). (Van Laar, Van Deursen, 2020, с. 3). У цьому сенсі особистісна ефективність набуває надзвичайної важливості.

Формулювання цілей статті. Отже, мета цієї публікації – визначити концептні маркери «особистісної ефективності» у сучасному міждисциплінарному науковому дискурсі.

Виклад основного матеріалу дослідження. Метод «концептуалізації поняття» (Н. Сегеда) передбачає мисленнєву операцію виокремлення ознак не жорсткої структурованості, змістовності, сполученості й водночас розмежування «особистісної ефективності» з іншими концептами (аспектно дотичними), виокремлення базового пласта і синонімів, сконцентрованість на особистості як ядрі розгортання її самоефективності.

Поняття «особистісна ефективність» є відносно сучасним, однак ідея цілеспрямованого формування якостей особистості, необхідних для успішного життя та діяльності, має глибоке історичне коріння в педагогіці. Так, у період античності освітні ідеали орієнтувалися на всебічний розвиток особистості. В Афінах ідеалом вважалася людина, яка досягла гармонії фізичного, морального, інтелектуального й естетичного становлення (Левківський, 1999, с. 20). Ідеї, подібні сучасному поняттю особистісної ефективності, беруть початок у

класичних гуманістичних теоріях виховання. Саме в цей час відродився інтерес до потенціалу особистості. Такі педагоги, як В. Да Фельтре, Ф. Рабле та М. Монтень, виступали за всебічний розвиток, самостійне критичне мислення та допитливість (Левківський, 1999, с. 39).

Ж.-Ж. Руссо у творі «Еміль, або Про виховання» (1762) стверджував, що найкраще, що ми можемо запропонувати нашим дітям – це виховання, повне свободи, можливості слідувати їхній цікавості, а також можливості досліджувати та отримувати власний досвід; так вони стають впевненими та самостійними (Pedagogy4Change).

Історичний розвиток ідей про всебічний розвиток особистості став підґрунтям для сучасних підходів до вивчення особистісної ефективності.

Л. Балабанова розглядає особистісну ефективність фахівців органів внутрішніх справ України як детермінант професійного зростання. Авторка наголошує на тому, що термін «особистісна ефективність» не має єдиного визначення. З одного боку, поняття рефлексується з точки зору тайм-менеджменту, який описує три рівні ефективності людини, в яких людина відповідає на три питання: на першому – «як»; на другому – «що»; на третьому – «навіщо». Також Л. Балабанова зазначає, що особистісну ефективність можна розглядати як «систему психологічних методів, прийомів та інструментів, що направляють особистість, навчають її та збагачують її досвід у прийнятті рішень і вирішенні проблемних ситуацій при їх досягненні. Поняття особистісної ефективності тісно пов'язується зі структурою та розвитком особистості (Балабанова, 2013, с. 24). Можемо констатувати, що дослідниця використовує професіогенез фахівців органів внутрішніх справ, як процес, для якого особистісна ефективність є визначальною.

С. Батіна та В. Юзак у своїй публікації «Теоретичний аналіз конструкту «особистісна ефективність»» визначають цей термін як спрямованість на досягнення раціонального результату, що полягає у реалізації поставленої мети з мінімальними витратами ресурсів через подолання перешкод у ситуаціях, які є значущими для людини. Водночас, особистісна ефективність включає здатність уникати зайвого залучення та надмірного витрачання ресурсів, досягаючи мінімально необхідного результату у випадках, коли ситуація не має особливої важливості (Юзюк, Бабатіна, 2021). У дослідників визначальним є мотиваційно-раціоналістичне бачення змісту досліджуваного терміну.

В статті М. Дригус «Проблема становлення особистісної ефективності школяра у

психологічній системі І. О. Сікорського» особистісна ефективність школяра визначається як характеристика учня як суб'єкта навчальної діяльності, що відображає рівень його успішності в особистісному розвитку та навчанні й обумовлена «особистими чинниками» навчання. Спираючись на психологічну систему І. Сікорського, Дригус підкреслює, що особистісна ефективність школяра формується завдяки активному залученню до навчальної діяльності та розвитку «Я-концепції». (Дригус, 2018). Отже, суб'єктно-діяльнісна парадигма стала теоретичною основою розглядуваної наукової позиції.

Р. Сенад у своїй статті «*A Study on Personal Effectiveness Among Adolescents Students*», визначає особистісну ефективність як здатність використовувати всі доступні особистісні ресурси – таланти, навички, енергію та час – для досягнення цілей у професійному та особистому житті. На думку дослідника, це передбачає вміння максимально реалізувати свій потенціал та досягати поставлених цілей ефективно та раціонально (Senad, 2022, с. 1222).

П. Айсварі визначає особистісну ефективність, як здатність справляти позитивний та енергійний вплив на інших через чітке та переконливе донесення ідей та інформації. Вона передбачає планування та пріоритизацію наявних ресурсів, використовуючи міжособистісні навички для налагодження ефективних робочих відносин з іншими та зниження особистого стресу (Aiswarya, 2021, с. 53).

К. Чаудхарі у своїй статті «*Personal Effectiveness: A Case Study*» визначає особистісну ефективність як здатність людини досягати поставлених цілей, максимально використовуючи власні навички та ресурси, а також адаптуючись до завдань у спосіб, який є максимально ефективним та економічно доцільним (Choudhary, 2016, с. 21). Він зазначає, що особистісно ефективні люди характеризуються такими рисами, як рішучість, упевненість в собі, оптимізм, здатністю керувати стресом, наполегливістю, вмінням вирішення проблем, тайм-менеджментом, плануванням, креативністю та самомотивацією. Особистісно ефективні люди здатні ефективно використовувати свої навички для досягнення цілей і роблять це таким чином, який забезпечує оптимальне використання ресурсів (Choudhary, 2016, с. 21-22). Наведене визначення К. Чаудхарі демонструє особистісно-діяльнісні підвалини авторського розуміння досліджуваного концепта.

Окрім наукових публікацій, пов'язаних із дослідженням особистісної ефективності, нами також було проаналізовано робочу програму навчальної дисципліни «Особистісна

ефективність» фахового коледжу ЗВО «Університету Короля Данила», силабус навчальної дисципліни «Особистісна ефективність», та силабус навчальної дисципліни «Особистісна ефективність» для студентів спеціальності «Філологія» освітньої програми «Англійська мова (переклад)» ЗВО «Університет Короля Данила», а також програму підвищення кваліфікації викладачів закладів мистецької освіти «Особистісна ефективність викладача» Національної академії керівних кадрів культури і мистецтв Центру неперервної культурно-мистецької освіти. Так, програма «Особистісна ефективність» фахового коледжу ЗВО «Університету Короля Данила» спрямована на розвиток самоорганізації, планування, самопрезентації та комунікації, що є важливими для туристичної галузі. В програмі розглядаються питання тайм-менеджменту, цілепокладання, корпоративної культури, командної роботи, а також формування вміння аналізувати власні hard та soft skills (Надурак, 2022). У силабусі дисципліни «Особистісна ефективність» для студентів ІТ-спеціальностей ЗВО «Університет Короля Данила» основна увага приділяється розвитку soft skills, зокрема ефективній комунікації в команді, управлінню часом, постановці та досягненню цілей, мотивації, а також застосуванню методології SWOT-аналізу. Особливу увагу приділено інтеграції особистісної ефективності в контексті сучасних вимог до фахівців у сфері інформаційних технологій (Ілин, Андрухів, 2024). У силабусі дисципліни «Особистісна ефективність» для студентів спеціальності «Філологія» ЗВО «Університет Короля Данила» увага приділяється розвитку навичок самоорганізації, управління часом, лідерства, командної роботи та самопрезентації. Значна частина курсу присвячена вивченню тайм-менеджменту, цілепокладання, стресостійкості, а також ефективної комунікації в команді. Зроблено акцент на формуванні особистісної ефективності як важливої компетентності для успішної професійної діяльності майбутніх перекладачів в умовах динамічного ринку праці та змінних соціокультурних викликів (Ілин, 2022). У свою чергу, програма підвищення кваліфікації викладачів «Особистісна ефективність викладача» фокусується на розвитку емоційного інтелекту, комунікативної компетентності та інтерактивних методів навчання. Програма спрямована на формування навичок самоменеджменту, антистрес-менеджменту, вміння керувати груповою динамікою й ефективно взаємодіяти з аудиторією (Кир'янова, 2024). У результаті проведеного аналізу можемо зазначити, що тлумачення поняття «особистісна

ефективність» та елементи, які розглядаються в його межах, відрізняються відповідно до спеціальностей, на яких викладається дисципліна, що демонструє його міждисциплінарний зміст.

Окрім вивчення питання особистісної ефективності в наукових публікаціях, це поняття також розглядається у періодичних цифрових виданнях та на ресурсах онлайн освіти.

Згідно з The Research Development Framework (RDF), особиста ефективність полягає у взятті на себе відповідальності за власне життя, роботу та результати (Vitae, Oxford). Зазначене вказує на суб'єктний підхід у розумінні особистісної ефективності.

В університеті Калгарі особистісну ефективність трактують як здатність демонструвати повагу, гідність та чесність в міжособистісних стосунках, а також застосовувати позитивні стратегії особистісного подолання та підтримки благополуччя (University of Calgary).

Згідно з визначенням навчальної платформи Virtual College by Netex, особистісна ефективність – це здатність ефективно використовувати свою енергію, навички та мотивацію для досягнення поставлених цілей. Це передбачає роботу з наявними ресурсами, управління собою та впевнене прийняття необхідних кроків для зростання і змін. Концепція особистісної ефективності наголошує на постійному прагненні до прогресу, розвитку навичок та встановленні чітких і реалістичних цілей для покращення як особистісного, так і професійного розвитку (Virtual College).

Автори платформи Institute of Directors (IoD), розглядають особистісну ефективність з точки зору керівника, та визначають її як вміння викладатись на повну, яке досягається завдяки розумінню власних сильних і слабких сторін та постійному прагненню вдосконалюватися і розвиватися, як у професійному, так і в особистісному плані (Institute of Directors). Також в статті зазначається, що поняття «особистісна ефективність» може мати різне значення для різних людей, в тому числі пов'язаних з психологічним благополуччям, що дозволяє людині бути більш вмотивованою та продуктивною на робочому місці.

У статті «*Personal Effectiveness – Taking Ownership*» відділення математичних, фізичних та природничих наук Оксфордського університету, посилаючись на The Researcher Development Framework (RDF), визначає ефективність, як «особисті якості, кар'єрні навички та навички самоменеджменту, необхідні для того, щоб взяти на себе відповідальність за професійний розвиток і контролювати його»

(Vitae, Oxford). Зокрема в статті підкреслюється важливість особистісної ефективності в професійній та особистій сферах.

У публікації «*Personal Effectiveness & Efficiency – From Basics to Athletics & How PAS Offers the Support*» І. Мусаєв розглядає два окремі терміни: «особистісна ефективність» (анг. *personal effectiveness*) та «особистісна продуктивність» (анг. *personal efficiency*). І. Мусаєв вважає, що особистісна ефективність – це про те, щоб робити правильні речі, вона орієнтована на результат та майбутнє, співвідношення затрат, результатів та часові обмеження не є критичними, що робить її складною для вимірювання, однак вона спрямована на зовнішній результат, такий як конкурентна позиція на ринку. В свою чергу, особистісна продуктивність зосереджена на продуктивності та раціональному використанні часу і ресурсів для досягнення поставлених цілей (Musayev, 2021).

Отже, можна стверджувати, що серед науковців не існує єдиного загальноприйнятого визначення терміну «особистісна ефективність», адже його конотації виходили з різнорівневих методологічних підходів. Водночас, більшість характеристик особистісної ефективності тісно пов'язані з поняттям «самоефективність», запровадженим канадським психологом українсько-польського походження А. Бандурою. Концепція самоефективності, вперше представлена А. Бандурою у 1977 році, стосується переконань людини в тому, що вона здатна ефективно виконувати завдання, необхідні для досягнення значущої мети (Bandura, 1977).

З того часу самоефективність стала однією з найбільш ретельно досліджуваних концепцій у психології. Майже кожна важлива сфера людської поведінки була досліджена з використанням теорії самоефективності. Самоефективність не стосується здібностей, а скоріше пов'язана з переконаннями щодо того, що людина може зробити з цими здібностями (Maddux, Kleiman).

Одним із найбільш досліджуваних аспектів феномену самоефективності є її академічний вимір. Зокрема М. Чемерс, Л. Ху та Б. Гарсія у своєму дослідженні «*Academic Self-Efficacy and First-Year College Student Performance and Adjustment*» визначали вплив академічної самоефективності та оптимізму на процес навчання й адаптації здобувачів першого курсу навчання. Дослідження мало лонгітюдний характер: воно тривало протягом усього академічного року та проводилося в Університеті Каліфорнії в Санта-Круз. Результати дослідження показали, що академічна самоефективність є одним із ключових чинників, що визначають не

лише академічну успішність, але й психологічну адаптацію студентів до нового освітнього середовища. У ході дослідження було встановлено, що студенти з високим рівнем віри у власні академічні здібності краще справляються з навчальними завданнями, демонструють вищі показники стресостійкості, мають кращий стан психологічного та фізичного здоров'я, а також частіше виражають задоволення від освітнього процесу. Важливу роль також має оптимізм, який сприяє формуванню позитивних академічних очікувань і підвищує здатність до сприйняття життєвих труднощів як викликів, а не загроз. Автори дослідження доводять, що самоефективність і оптимізм впливають на результати навчання як безпосередньо, так і опосередковано – через оцінку власних ресурсів, сприйняття вимог освітнього середовища, а також через переконання щодо власного потенціалу. Отже, дослідження підтверджує, що психологічні установки студентів відіграють критичну роль у забезпеченні їхньої адаптації до університетського життя (Chemers, 2001, с. 61-62). Результати цього дослідження підкреслюють значення суб'єктивних переконань – зокрема, академічної самоефективності – у загальному процесі розвитку особистості. Формування впевненості у власних можливостях, здатності до саморегуляції, прийняття викликів і постановки реалістичних цілей є невід'ємними аспектами особистісної ефективності, що мають прямий вплив на успішність у професійному, освітньому й соціальному контекстах.

У статті «The Influence of Academic Self-Efficacy on Academic Performance: A Systematic Review» Т. Гонікке та Дж. Бродбент провели систематичний аналіз 59 досліджень, присвячених академічній самоефективності. Представлені результати засвідчили, що академічна самоефективність має помірний позитивний зв'язок із академічними досягненнями здобувачів (Honick, Broadbent, 2016 с. 75). Лонгітюдний аналіз підтвердив, що самоефективність змінюється протягом навчального процесу: вона має тенденцію зростати у студентів із високими досягненнями й знижуватися у тих, хто має середні або низькі результати (Honick, Broadbent, 2016 с. 77). Дослідники також виявили, що академічна самоефективність опосередковано впливає на успішність через регуляцію зусиль, використання метакогнітивних стратегій, глибоке опрацювання навчального матеріалу, постановку цілей і самодисципліну. Серед модераторів цього зв'язку було виділено емоційний інтелект, рівень невротизму, тривалість роботи над завданням та академічну прокрастинацію (Honick, Broadbent, 2016 с. 77). Результати дослідження

підкреслюють ключову роль академічної самоефективності як чинника, що визначає не лише рівень академічних досягнень студентів, але й їхню здатність до саморегуляції та адаптації у навчальному середовищі.

Висновки. Проведений аналіз джерел показав, що поняття особистісної ефективності широко представлене в наукових, освітніх та бізнес виданнях. Питання розвитку особистісної ефективності бере свій початок ще з античності й гуманістичної педагогіки з їхніми ідеями гармонійного розвитку людини та набуває сьогодні все більшого значення через бурхливий розвиток науки і технологій. Однак, трактування поняття «особистісна ефективність» відрізняється залежно від галузі, в якій воно застосовується.

У науковому дискурсі особистісна ефективність розглядається як здатність людини раціонально використовувати внутрішні ресурси – знання, навички, час, енергію – для досягнення особистих та професійних цілей.

Емпіричні дослідження індійських науковців Р. Сеннада, П. Айсварі та К. Чаудхарі показали, що на рівень особистісної ефективності можуть впливати стать, місце проживання та навіть освітній напрям, за яким навчається респондент.

В освітніх компонентах, присвячених розвитку особистісної ефективності, підходи до визначення цього поняття мають доменно-специфічний характер. В одних випадках особистісна ефективність орієнтована на розвиток навичок продуктивності, в інших – розглядається з точки зору емоційного інтелекту.

Сучасні бізнес-видання пропонують розглядати особистісну ефективність, як два взаємопов'язані поняття: особистісну ефективність та особистісну продуктивність. І. Мусаєв зазначає, що ефективність стосується стратегічного вибору правильних цілей і орієнтована на довгостроковий результат, тоді як продуктивність фокусується на раціональному використанні часу та ресурсів для досягнення конкретних завдань. На його думку таке розмежування дозволяє комплексно підходити до оцінки результатів у професійному середовищі.

Таким чином, можемо дійти висновку, що поняття особистісної ефективності не має усталеного визначення й варіюється залежно від контексту застосування. Найчастіше його трактують з точки зору самоефективності, мотивації та продуктивності. Відсутність сталого поняття створюють ускладнення при вимірюванні та порівнянні результатів досліджень.

У розглянутих сучасних наукових рефлексіях застосовані загальнонаукові (системно-кібернетичний, міждисциплінарний), конкретнонаукові (психологічний, психофізіологічний,) та структурно-

операціональні (суб'єктний, компетентнісний, особистісно-діяльнісний) підходи до визначення поняття сучасними українськими та зарубіжними науковцями. Серед теоретичних засад для нашого подальшого дослідження виокремлено концепцію самоефективності А. Бандури (1997) та обґрунтовано, що застосування методу концептуалізації забезпечує виявлення його багатозначної сутності та ряду синонімів (самоефективність, результативність, самоорганізація, планування, самопрезентація, рішучість, упевненість в собі, оптимізм, здатність

керувати стресом, наполегливість, вмінням вирішення проблем, тайм-менеджмент, планування, креативність, самотивація, самоменеджмент, стресостійкість та ефективна взаємодія з людьми) як його концептних ознак.

У сучасних умовах стрімкого розвитку технологій ця здатність є критично важливою для збереження конкурентоспроможності людини на ринку праці та вимагає педагогічної конотації для подальших наукових розвиток культуро- і людиноцентризованих освітніх технологій з метою її розвитку у здобувачів вищої освіти.

Список використаних джерел

- Балабанова, Л.М. (2013). Особистісна ефективність у професійному зростанні фахівця органів внутрішніх справ МВС України. *Проблеми екстремальної та кризової психології*, 14 (4), С. 23–28. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14\(4\)_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14(4)_6).
- Дригус, М.Т. (2018). Проблема становлення особистісної ефективності школяра у психологічній системі ІО Сікорського. *Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології»*, (41), 90–101.
- Лин, Л. (2022). *Силабус навчальної дисципліни «Особистісна ефективність»*. Університет Короля Данила. URL: <https://ukd.edu.ua/sites/default/files/2023-03/Силабус ОК Особистісна%20ефективність.pdf>
- Лин, Л., & Андрухів, О. (2024). *Силабус навчальної дисципліни «Особистісна ефективність»*. ЗВО «Університет Короля Данила». URL: <https://ukd.edu.ua/sites/default/files/2025-01/Особистісна%20ефективність.pdf>
- Ічхонська декларація. (2015). URL: <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000233813>
- Кир'янова, О.В. (2024). *Програма підвищення кваліфікації викладачів закладів мистецької освіти «Особистісна ефективність викладача»*. Національна академія керівних кадрів культури і мистецтв. URL: https://nakkim.edu.ua/images/Instytut/Tsentr_neper_kul_myst_osv/PK/Programma_Osobyst_Efekt_2024.pdf
- Левківський, М.В., & Дубасенюк, О.А. (Ред.). (1999). *Історія педагогіки*. Житомир: Житомирський державний педагогічний університет імені Івана Франка.
- Надурак, В.В. (2022). *Робоча програма навчальної дисципліни «Особистісна ефективність»*. Фаховий коледж ЗВО «Університет Короля Данила». URL: <https://college.ukd.edu.ua/wp-content/uploads/2022/12/Особистісна-ефективність.pdf>
- Юзюк, В.В., & Бабатіна, С.І. (2021). ТЕОРЕТИЧНЕ АНАЛІЗУВАННЯ КОНСТРУКТУ «ОСОБИСТИСНА ЕФЕКТИВНІСТЬ». URL: <https://ekhsuir.kspu.edu/items/c7f99aeb-5511-4b9d-ba07-d5f2a38b9c1a>
- Aiswarya, P., Faheema, T., Thomas, S. (2021). A Study on Personal Effectiveness Among College Students.
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman.
- Carroll, L. (1871). Through the looking-glass, and what Alice found there. Project Gutenberg. URL: <https://www.gutenberg.org/files/12/12-h/12-h.htm>
- Chemers, M.M., Hu, L., & Garcia, B.F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93 (1), 55–64. URL: <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55>
- Choudhary, K.N. (2016). Personal Effectiveness: A Case Study. *International Journal of Scientific and Technology*

References

- Aiswarya, P., Faheema, T. S., Thomas, S. (2021). A Study on Personal Effectiveness Among College Students [in English]
- Balabanova, L.M. (2013). Personal effectiveness in the professional growth of a specialist of the internal affairs bodies of the Ministry of Internal Affairs of Ukraine. *Problems of extreme and crisis psychology*, 14 (4), 23–28. [http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14\(4\)_6](http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pekp_2013_14(4)_6) [in Ukrainian]
- Bandura, A. (1997). *Self-Efficacy: The Exercise of Control*. New York: Freeman [in English]
- Carroll, L. (1871). Through the looking-glass, and what Alice found there. Project Gutenberg. <https://www.gutenberg.org/files/12/12-h/12-h.htm> [in English]
- Chemers, M. M., Hu, L., & Garcia, B.F. (2001). Academic self-efficacy and first-year college student performance and adjustment. *Journal of Educational Psychology*, 93 (1), 55–64. <https://doi.org/10.1037/0022-0663.93.1.55> [in English]
- Choudhary, K.N. (2016). Personal Effectiveness: A Case Study. *International Journal of Scientific and Technology Research*, 5 (09) [in English]
- Dryhus, M.T. (2016). The problem of the formation of personal effectiveness of a schoolchild in the psychological system of I.O. Sikorsky. Collection of scientific papers "Problems of modern psychology", (41), 90–101 [in Ukrainian]
- Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002> [in English]
- Ilyn, L. (2022). Syllabus of the academic discipline "Personal Effectiveness". King Danylo University. <https://ukd.edu.ua/sites/default/files/2023-03/Силабус ОК Особистісна%20ефективність.pdf> [in Ukrainian]
- Ilyn, L., Andrukhiv, O. (2024). Syllabus of the academic discipline "Personal Effectiveness". <https://ukd.edu.ua/sites/default/files/2025-01/Особистісна%20ефективність.pdf> [in Ukrainian]
- Incheon Declaration (2015). <https://unesdoc.unesco.org/ark:/48223/pf0000233813> [in English]
- Institute of Directors. (2024, May 30). What is personal effectiveness and how can you develop it? <https://www.iod.com/resources/employment-and-skills/what-is-personal-effectiveness-and-how-can-you-develop-it/> [in English]
- Iuziuk, V.V., Babatina, S.I. (2021). Theoretical analysis of the construct "personal effectiveness". In I.R. Krupnik, O.C. Blinova, & N.I. Tavrovetska (Eds.). *Sociocultural and psychological dimensions of personality formation*. Proceedings of the III International Scientific and Practical Conference (pp. 330–332). Kherson: FOP Vishemirskyi V.S. <https://ekhsuir.kspu.edu/handle/123456789/15350> [in Ukrainian]

- Research, 5(09). URL: <https://www.ijstr.org/final-print/sep2016/Personal-Effectiveness-A-Case-Study.pdf>
- Honick, T., & Broadbent, J. (2016). The influence of academic self-efficacy on academic performance: A systematic review. *Educational Research Review*, 17, 63–84. URL: <https://doi.org/10.1016/j.edurev.2015.11.002>
- Institute of Directors. (2024, May 30). What is personal effectiveness and how can you develop it? URL: <https://www.iod.com/resources/employment-and-skills/what-is-personal-effectiveness-and-how-can-you-develop-it/>
- Maddux, J.E., & Kleiman, E. (n.d.). *Self-efficacy*. Noba Project. URL: <https://nobaproject.com/modules/self-efficacy>
- Mathematical, Physical and Life Sciences Division. (n.d.). Personal effectiveness - taking ownership. University of Oxford. URL: <https://www.mpls.ox.ac.uk/training/resources-for-researcher-and-career-development/personal-effectiveness-or-taking-ownership>
- Musayev, I.N. (2021). *Personal Effectiveness & Efficiency – From Basics to Athletics & How PAS Offers the Support*. Brainz Magazine. URL: <https://www.brainzmagazine.com/post/personal-effectiveness-efficiency-from-basics-to-athletics-how-pas-offers-the-support>
- Pedagogy4Change. (n.d.). Jean-Jacques Rousseau. URL: <https://www.pedagogy4change.org/jean-jacques-rousseau/>
- Senad, R.R. (2022). A Study on Personal Effectiveness Among Adolescents Students. *International Journal of Indian Psychology*, 10 (1).
- University of Calgary. (n.d.). Personal effectiveness – core competencies. People and Culture. URL: <https://www.ucalgary.ca/hr/learning-development/connect-perform/performance-management/personal-effectiveness>
- Van Laar, E., Van Deursen, A.J., Van Dijk, J.A., & De Haan, J. (2020). Determinants of 21st-century skills and 21st-century digital skills for workers: A systematic literature review. *Sage Open*, 10 (1), 2158244019900176.
- Virtual College. (2021, June 22). What is personal effectiveness? Virtual College. URL: <https://www.virtual-college.co.uk/resources/what-is-personal-effectiveness>
- Vitae. (n.d.). *The Vitae Researcher Development Framework*. URL: <https://vitae.ac.uk/vitae-researcher-development-framework/>
- Kyrianova, O.V. (2024). Advanced training program for teachers of art education institutions "Personal effectiveness of the teacher". National Academy of Management Personnel of Culture and Arts. https://nakkim.edu.ua/images/Instytut/Tsentr_neper_kul_myst_osv/PK/Programma_Osobyst_Efekt_2024.pdf [in Ukrainian]
- Levkivsky, M.V., & Dubaseniuk, O.A. (1999). History of Pedagogy. Zhytomyr: Ivan Franko Zhytomyr State Pedagogical University [in Ukrainian]
- Maddux, J.E., & Kleiman, E. (n.d.). *Self-efficacy*. Noba Project. <https://nobaproject.com/modules/self-efficacy> [in English]
- Mathematical, Physical and Life Sciences Division. (n.d.). Personal effectiveness – taking ownership. University of Oxford. <https://www.mpls.ox.ac.uk/training/resources-for-researcher-and-career-development/personal-effectiveness-or-taking-ownership> [in English]
- Musaiev, I.N. (2021). *Personal Effectiveness & Efficiency – From Basics to Athletics & How PAS Offers the Support*. Brainz Magazine. <https://www.brainzmagazine.com/post/personal-effectiveness-efficiency-from-basics-to-athletics-how-pas-offers-the-support> [in English]
- Nadurak, V.V. (2022). Educational program of the academic discipline "Personal Effectiveness". Professional College. University of King Danylo. <https://college.ukd.edu.ua/wp-content/uploads/2022/12/Особистісна-ефективність.pdf> [in Ukrainian]
- Pedagogy4Change. (n.d.). Jean-Jacques Rousseau. Retrieved from <https://www.pedagogy4change.org/jean-jacques-rousseau/> [in English]
- Senad, R.R. (2022). A Study on Personal Effectiveness Among Adolescents Students. *International Journal of Indian Psychology*, 10(1) [in English]
- University of Calgary. (n.d.). Personal effectiveness – core competencies. People and Culture. Retrieved from: <https://www.ucalgary.ca/hr/learning-development/connect-perform/performance-management/personal-effectiveness> [in English]
- Van Laar, E., Van Deursen, A.J., Van Dijk, J. A., & De Haan, J. (2020). Determinants of 21st-century skills and 21st-century digital skills for workers: A systematic literature review. *Sage Open*, 10(1), 2158244019900176 [in English]
- Virtual College. (2021, June 22). What is personal effectiveness? Virtual College. <https://www.virtual-college.co.uk/resources/what-is-personal-effectiveness> [in English]
- Vitae. (n.d.). *The Vitae Researcher Development Framework*. <https://vitae.ac.uk/vitae-researcher-development-framework/> [in English]

Відомості про авторів:

Сеґеда Наталя Анатоліївна
sehedanatalia@mspu.edu.ua

Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького
Наукового містечка, вулиця 59, м. Запоріжжя
Запорізька обл., 69000, Україна

Топалов Євген Миколайович

topalov92@gmail.com

Мелітопольський державний педагогічний
університет імені Богдана Хмельницького
Наукове Містечко, вулиця 59, м. Запоріжжя
Запорізька обл., 69000, Україна

doi: 10.33842/22195203-2025-34-135-56-62

Information about the authors:

Seheda Nataliia Anatoliivna
sehedanatalia@mspu.edu.ua

Bogdan Khmelnytsky Melitopol State
Pedagogical University
Naukovoho mistechka St., 59, Zaporizhzhia
Zaporizhzhia region, 69000, Ukraine

Topalov Yevhen Mykolaiovych

topalov92@gmail.com

Bogdan Khmelnytsky Melitopol State
Pedagogical University
Naukovoho mistechka St., 59, Zaporizhzhia
Zaporizhzhia region, 69000, Ukraine

doi: 10.33842/22195203-2025-34-135-56-62

Матеріал надійшов до редакції 20. 05. 2025 р.
Прийнято до друку 07. 06. 2025 р.

Received at the editorial office 20. 05. 2025.
Accepted for publishing 07. 06. 2025.