

Отримано: 05 травня 2020 р.

Прорецензовано: 14 травня 2020 р.

Прийнято до друку: 14 травня 2020 р.

e-mail: shportun_o@ukr.net

DOI: 10.25264/2415-7384-2020-11-88-99

Шпортун О. М., Савчук З. С. Психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку. *Наукові записки Національного університету «Острозька академія». Серія «Психологія»* : науковий журнал. Острог : Вид-во НАУОА, червень 2020. № 11. С. 88–99.

УДК: 159.922.8:005.336.2

Шпортун Оксана Миколаївна,*доктор психологічних наук, доцент, професор кафедри психології
Донецького національного університету імені Василя Стуса***Савчук Зоряна Степанівна,***кандидат історичних наук, доцент кафедри психології та соціальної роботи
Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського*

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОЕФЕКТИВНОСТІ ОСІБ ЮНАЦЬКОГО ВІКУ

Стаття актуалізує проблему детермінації самоефективності осіб юнацького віку. Мета дослідження – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку. У результаті емпіричного дослідження виявлено взаємозв'язок індивідуально-психологічних чинників та рівня самоефективності молодих людей. Самоефективність осіб юнацького віку – системна якість, яка детермінується індивідуально-психологічними чинниками, а саме: станом задоволеності власним функціонуванням у різних сферах життєдіяльності, складниками самоставлення, локусом контролю, особливостями мотивації досягнення й смисложиттєвих орієнтацій.

***Ключові слова:** самоефективність, особи юнацького віку, індивідуально-психологічні чинники самоефективності, смисложиттєві орієнтації.*

Oksana M. Shportun,*Doctor of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor,
Department of Psychology Vasyl Stus Donetsk National University***Zoryana S. Savchuk,***Phd in History, Associate Professor of the Department of Psychology and Social Work,
Vinnitsa State Pedagogical University named after Mikhail Kotsyubynsky*

PSYCHOLOGICAL FEATURES OF SELF-EFFICIENCY OF YOUNG PEOPLE

The article actualizes the problem of determining the self-efficacy of adolescents. The purpose of the study is to theoretically substantiate and empirically investigate the psychological features of the self-efficacy of adolescents. The following methods were applied for the purpose disclosure: 1) theoretical (analysis, synthesis and generalization of psychological literature on the studied problem, systematization, explanation, modeling); 2) empirical (observation, experiment, testing – self-efficacy questionnaire by R. Schwarzer, M. Jerusalem; questionnaire to determine the overall, social and substantive self-efficacy of M. Scheer, J. Maddux; questionnaire to determine satisfaction with one's own functioning in different spheres I. Color; self-esteem questionnaire V. Stolin, S. Pantileev; questionnaire of subjective localization of J. Rotter control; questionnaire of motivation of achievement of A. Rean; test of sense-life orientations of D. Leontiev); 3) methods of processing empirical data (quantitative, qualitative, comparative analysis). An empirical study revealed the relationship between individual psychological factors and the level of self-efficacy of young people. The self-efficacy of adolescents is a systemic quality that is determined by individual psychological factors, namely: the state of satisfaction with one's own functioning in different spheres of life, components of self-control, locus of control, features of motivation to achieve and meaningful life orientations.

***Key words:** self-efficacy, adolescents, individual-psychological factors of self-efficacy, meaningful life orientations.*

Постановка проблеми. Сучасне суспільство ставить чимало вимог до особистості в процесі діяльності й соціальної взаємодії, вимагає подолання труднощів, постійної мобілізації в ситуації невизначеності, досягнення позитивного суб'єктивного результату, що сукупно впливає на її життєстійкість, переживання стану психологічного благополуччя, адаптацію до середовища. Великою мірою індивідуальні успіхи особистості залежать від її впевненості у власній самоефективності, здатності використовувати суб'єктивні ресурси для життєвих звершень.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема самоефективності особистості стала об'єктом наукового аналізу закордонних і вітчизняних науковців. Серед закордонних учених їй присвятили власні дослідження А. Бандура, Н. Бранден, М. Зіммерман, С. Мадді, Д. Майєрс, Дж. Роттер, М. Селігман, М. Шерер, Р. Шварцер та ін. Проблему самоефективності особистості як одну з важливих детермінант людського життя вивчали такі вітчизняні та російські дослідники: О. Бажин, О. Вовк, М. Гайдар, І. Галецька, Т. Гальцева, Ю. Гончаров, В. Кобец, О. Кревська, Р. Кричевський, Д. Леонт'єв, В. Лук'яненко,

І. Сняданко, Р. Хавула, Д. Шапошник, О. Шепелева та ін. У дослідженнях визначено сутність самоефективності особистості, її види, відстежено вікові особливості, вплив на академічну успішність, кар'єрні досягнення тощо. Однак особливій увазі потребує вивчення особливостей самоефективності в юнацькому віці, обґрунтування й реалізація засад психологічного супроводу її розвитку в юнаків і дівчат.

Мета і завдання дослідження – теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку. 1. У процесі аналізу наукових джерел виокремити та схарактеризувати основні напрями та підходи до трактування самоефективності особистості, з'ясувати чинники, що її детермінують. 2. Провести діагностику та схарактеризувати психологічні особливості самоефективності осіб юнацького віку, розкрити її взаємозв'язок із дослідженими індивідуально-психологічними чинниками.

Виклад основного матеріалу. Проблема самоефективності особистості – об'єкт вивчення у вітчизняній і закордонній психології. До її розроблення зверталися відомі світові (А. Бандура, Н. Бранден, М. Єрусалем, М. Зіммерман, Дж. Роттер, М. Шерер, Р. Шварцер та ін.) та вітчизняні науковці (О. Бажин, Н. Булінко, М. Гайдар, І. Галецька, С. Гончар, В. Кобец, Р. Кричевський, А. Погорелов, Н. Пророк, Д. Шапошник та ін.).

Поняття «самоефективність» (self-efficacy) увів у психологію 1977 р. американський соціальний психолог А. Бандура [30, с. 160]. У соціально-когнітивній теорії А. Бандури самоефективність визначено як багатомірне інтегральне психічне утворення, яке можна вважати динамічним, але відносно стійким у часовому просторі, і таким, що формується впродовж життя. На самоефективність особистості, на думку А. Бандури, певною мірою впливають такі чинники: особистісний досвід досягнень, спостереження за досвідом інших, вербальне переконання інших, емоційні й фізіологічні реакції [25, с. 12–13]. На його думку, самоефективність – це властивість особистості, що формується у свідомості як уявлення про власні здібності, уміння та можливості успішно діяти під час вирішення життєвих труднощів і ситуацій, упевнено будувати свою поведінку залежно від специфічних обставин соціальної взаємодії [12]. Авторське тлумачення самоефективності запропонував Д. Майерс, який визначив самоефективність як «відчуття власної компетентності й ефективності, що відрізняється від самоповаги і почуття власної гідності» [30, с.82]. На думку дослідника, самоефективність надихає людину не погоджуватися з несприятливими обставинами, не пасувати перед труднощами, невдачами, а докладати зусилля, долати сумніви, поступово досягати успіху. Д. Майерс вважає, що головне джерело підвищення самоефективності – пережитий досвід успіху, компетентність людини, які дають їй віру у власні можливості досягнути позитивного результату [30, с.168]. У наукових працях Г. Крайг і Д. Бокума самоефективність особистості визначено як здібність суб'єкта реально виконувати всі завдання, дії з високою результативністю і відповідно до того, як особистість уявляє свої можливості в таких спробах діяльності, тобто розуміє власний особистісний потенціал [24, с.142]. Отже, закордонні науковці співвідносять поняття «актуальної самоефективності» і «сприйнятої самоефективності», водночас перше поняття – об'єктивний показник сформованості компетентності в різних життєвих сферах, друге – суб'єктивний на рівні уявлень, самоцінювання тощо. Крім соціально-когнітивної теорії А. Бандури, поняття «самоефективність особистості» дотично розглядали в руслі інших наукових напрямків. Зокрема, у когнітивно-афективній теорії У. Мішела обґрунтовано термін «когнітивно-афективні одиниці» (cognitive-affective units), завдяки якому автор намагається розробити стратегію передбачення суб'єктивної поведінки особистості в конкретній ситуації. До таких когнітивно-афективних одиниць У. Мішел відносить: особистісні компетенції, саморегуляційні стратегії, очікування, переконання, цілі й цінності, стратегії кодування інформації та емоційні реакції [7, с. 39]. Схожі певною мірою за змістом із поняттям «самоефективність особистості» поняття розробляли закордонні психологи: Р. Уайт («сприйнята компетентність»), С. Мадді («життєстійкість»), В. Ромек («упевненість у собі»), Д. Леонтьєв («особистісний потенціал») тощо, хоча кожен із дослідників наділяв їх специфічним смислом. Р. Уайт у теорії мотивації ефективності ввів і обґрунтував поняття «сприйнята компетентність», яке визначив як внутрішнє прагнення особистості почуватися компетентною. Внутрішньою силою, яка спонукає людину підвищувати власну компетентність, якраз і є мотивація ефективності (effectance motivation) [7, с. 40]. Дж. Капрара і Д. Сервон зробили висновок про те, що особливо важливо вивчати самоефективність співвідносно з професійною діяльністю, оскільки саме уявлення про власну компетентність, а не знання, уміння, навички, особистісні якості й здібності є необхідною мотиваційною основою. Зокрема, як індивідуально-психологічний чинник самоефективності деякі науковці визначають *життєстійкість* особистості [29, с. 182–183]. І. Солкова, П. Томанек, Л. Усікова та ін. довели вплив життєстійкості на підвищення самоефективності особистості, указали на взаємозворотний зв'язок цих двох психічних явищ.

Аналіз наукової літератури дає можливість стверджувати, що розвиток самоефективності особистості відбувається впродовж усього життя. На різних вікових етапах розвиток самоефективності має певні особливості, що детермінуються соціальною ситуацією розвитку, провідною діяльністю, віковими психічними новоутвореннями особистості [8; 10; 13; 26]. Особливо важливо вивчати процес розвитку само-

ефективності в юнацький період, який тісно пов'язаний з особистісним і професійним самовизначенням, побудовою життєвих планів і перспектив, формуванням професійної компетентності, закріпленням переконань юнаків і дівчат у можливостях успішної самореалізації, досягнення суб'єктивних цілей у майбутньому [29 та ін.]. Отже, аналіз наукових джерел свідчить про те, що юнацький період сприятливий для становлення самоефективності юнаків і дівчат. Нове соціальне середовище, процеси особистісного і професійного самовизначення спонукають молодих людей до саморозвитку, покращення власної загальної, соціальної, комунікативної, навчальної, професійної компетентності, що призводить до підвищення їхньої самоефективності. Міра зростання життєстійкості, суб'єктивної компетентності й самоефективності осіб юнацького віку вплине в подальшому на життєву успішність, гнучкість, здатність до самореалізації, спроможність долати перешкоди, впорядатися зі стресом та іншими напруженими ситуаціями життєдіяльності. Відчуття і переконаність у власній самоефективності юнаків і дівчат впливає на рівень їхніх домагань, побудову життєвих планів, бачення часової перспективи власного саморозвитку.

Для проведення емпіричного дослідження ми визначили такі методи: 1) теоретичні (аналіз, синтез і узагальнення психологічної літератури з досліджуваної проблеми, систематизація, пояснення, моделювання); 2) емпіричні (спостереження, експеримент, тестування – опитувальник самоефективності Р. Шварцера, М. Єрусалема; опитувальник на визначення загальної, соціальної та предметної самоефективності М. Шеера, Дж. Маддукса; опитувальник на визначення задоволеності власним функціонуванням у різних сферах І. Колер; опитувальник самоставлення В. Століна, С. Панталеєва; опитувальник суб'єктивної локалізації контролю Дж. Роттера; опитувальник мотивації досягнення А. Реана; тест смисложиттєвих орієнтацій Д. Леонтєва); 3) методи оброблення емпіричних даних (кількісний, якісний, порівняльний аналіз). Дослідно-експериментальну роботу проведено на базі Вищого художнього професійно-технічного училища №5 (м. Вінниця). У психологічному дослідженні взяли участь 84 особи юнацького віку з числа студентів училища.

За результатами емпіричного дослідження *опитувальником самоефективності Р. Шварцера, М. Єрусалема* було виявлено переважання середнього рівня загальної самоефективності осіб юнацького віку (див. рис. 1). Тобто, більшість юнаків і дівчат (53%) у процесі самооцінки власної самоефективності щодо різних ситуацій життєдіяльності схильні вважати свої можливості та здібності середніми, не надто високими для того, щоб досягнути бажаного, реалізувати повною мірою свої наміри, довести справу до завершення згідно з передбачуваним і бажаним результатом, наміченими цілями. Як видно з рис. 1, понад половина досліджених юнаків і дівчат оцінюють власну самоефективність ситуативно, інколи їм притаманна невпевненість щодо можливого успішного завершення справ, у них з'являється страх невдачі. У 26% юнаків і дівчат за результатами самооцінювання виявлено низький рівень самоефективності. Це вказує на їхню невпевненість у власних можливостях і здібностях, зневіру в здатності ефективно діяти, налагоджувати спілкування, розв'язувати проблемні ситуації тощо. Відчуття неефективності зусиль підсилено мотивацією уникати невдач, неможливістю контролювати події, переконаністю у нездатності впоратися з життєвими проблемами, готовністю перекидати відповідальність за невдачі на зовнішні об'єкти, обставини тощо.

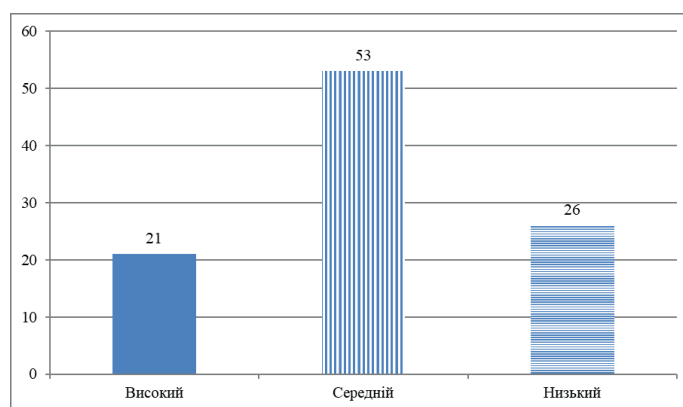


Рис. 1. Узагальнені відсоткові показники самооцінювання загальної самоефективності осіб юнацького віку за методикою Р. Шварцера, М. Єрусалема.

Особи юнацького віку з високим рівнем загальної самоефективності (21%) впевнені у власних силах, у них розвинена здатність до планування, постановки чітких і реалістичних цілей, досягнення бажаного результату, що підкріплено мотивацією досягати успіху в діяльності та спілкуванні. Аналіз досліджуваних за методикою «Тест на самоефективність» (М. Шеер, Дж. Маддукс) дав змогу зробити такі узагальнення: у предметній діяльності (зокрема й навчально-професійному середовищі) домінує оцінка

самоефективності, що вказує на її середній і низький рівень; у царині соціальної взаємодії більшість досліджуваних оцінює свою самоефективність як середню і низьку (див. рис. 2).

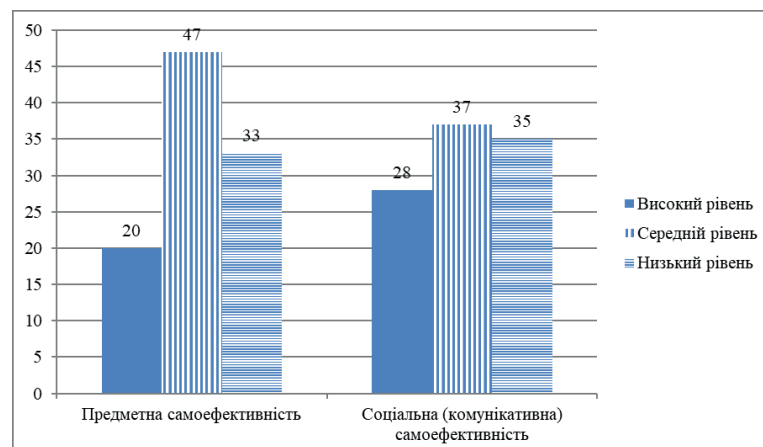


Рис. 2. Узагальнені відсоткові показники самооцінювання загальної самоефективності осіб юнацького віку за методикою М. Шеєра, Дж. Маддукса.

На підставі кількісного аналізу можна стверджувати, що в плані переживання предметної самоефективності більшість юнаків і дівчат, які навчаються у закладі освіти, не повністю впевнена (47%) і не впевнена (33%) в своїх здібностях (зокрема й професійних), у можливостях планувати, виконувати, завершувати роботу, що пояснюємо особливостями їхньої самоорганізації і саморегуляції. Водночас, оскільки досліджувані – представники студентства, то в них ще триває процес професіоналізації, більшість заклопотана здобуттям фахової компетентності, інколи через складність навчальних предметів, високих навантажень не відчуває задоволення від процесу навчальної і самостійної роботи, що певною мірою знижує наполегливість, готовність долати перешкоди й труднощі, докладати більше зусиль для здобуття бажаного результату, віру у свої сили.

Особам юнацького віку з високим рівнем предметної самоефективності (20%) властиві чітке поточне й перспективне планування власної діяльності, зокрема й навчальної, впевненість у своїх можливостях, стійке і підкріплене реальними досягненнями прагнення поліпшити власну фахову компетентність, досягнути нових успіхів у навчанні, опануванні професією. Такі юнаки і дівчата проявляють більшу цілеспрямованість, готовність долати перешкоди і труднощі в складних ситуаціях навчальної діяльності, вони більше вмотивовані на успіх. Особи з високим рівнем предметної самоефективності впевнені в оволодінні арсеналом знань, умінь і навичок, завдяки яким будуть спроможні продуктивно реалізувати будь-яку практичну діяльність. У плані самооцінювання соціальної (комунікативної) самоефективності помітні дещо відмінні тенденції. 28% і 37% юнаків і дівчат загалом задоволені власним соціальним функціонуванням, комунікативною ситуацією у процесі міжособистісної взаємодії; теперішня комунікативна ситуація їх задовольняє, дозволяє розвиватися, накопичувати досвід позитивного спілкування. Однак 35% досліджуваних досить низько оцінюють свої комунікативні здібності, мають деякі перестороги з приводу власних успіхів у налагодженні різнопланових ситуацій міжособистісного спілкування, некомфортно почуваються в нетипових обставинах соціальної взаємодії. Очевидно, що брак комунікативних ресурсів негативно впливає на соціальну активність і впевненість, обмежує можливості таких юнаків і дівчат налагоджувати відкрите спілкування, знижує їхню загальну самоефективність. Якщо співвіднести узагальнені дані досліджуваних осіб юнацького віку за показниками «загальна самоефективність» – «предметна самоефективність», «соціальна (комунікативна) самоефективність», то на рівні емпіричних узагальнень можна побачити такі тенденції: високій загальній самоефективності відповідають значення високої та середньої самоефективності в предметній та соціальній сферах; що нижчий рівень загальної самоефективності, то нижчі показники самооцінювання констатовано в предметній і соціальній самоефективності – і навпаки. Виявлені тенденції в подальшому буде підтверджено (спростовано) під час кореляційного аналізу. Застосований у процесі тестування опитувальник на визначення задоволеності власним функціонуванням у різних сферах І. Колер дав змогу виявити міру задоволеності юнаків і дівчат своєю життєдіяльністю у сферах, які можуть знижувати (або підвищувати) впевненість у самоефективності. Самооцінювання такої задоволеності спрямоване на оцінку взаємин із рідними, успішності в навчально-професійному середовищі, стосунків у соціальній сфері. Результати діагностування подано на рис. 3.

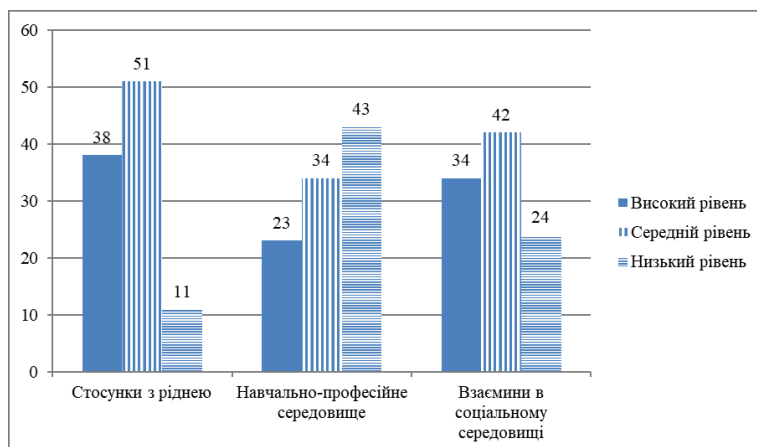


Рис. 3. Узагальнені відсоткові показники задоволеності осіб юнацького віку власним функціонуванням у різних сферах життєдіяльності за методикою І. Колер.

Як видно з рис. 3, найбільше досліджувані юнаки і дівчата задоволені стосунками, які в них склалися з найближчим оточенням, тобто ріднею (38% – високий рівень задоволеності власним функціонуванням у родині, 51% – середній). Третина опитаних повністю задоволена налагодженими соціальними взаєминами (34% і 42% відповідно). Найнижчий відсоток за високим рівнем задоволення функціонуванням виявлено в осіб юнацького віку щодо власних успіхів у навчально-професійному середовищі (23%). Можна стверджувати, що юнаки і дівчата досліджуваної вибірки в процесі оцінювання засвідчили більше задоволення власним соціальним функціонуванням, стосунками з родиною і оточенням, ніж власною результативністю в процесі професійного становлення. Під час діагностики за методикою І. Колер було з'ясовано, що 43% осіб юнацького віку відчувають труднощі в процесі виконання навчально-професійної діяльності, не задоволені власними успіхами, не впевнені в можливості поліпшити результат, не готові докладати більше зусиль для підвищення ефективності навчання. Тобто, такі особи не почувалися впевненими щодо ймовірності досягнення успіху в навчанні за обраним фахом, їхня навчальна само-ефективність низька. Ці дані підтверджують відсоткові показники за шкалою «предметна самоефективність», одержані за методикою М. Шеєра, Дж. Маддукса, і є, на нашу думку, фактом, який потребує особливої уваги щодо досліджуваного контингенту. Зневіра у власну навчальну самоефективність сукупно з іншими індивідуальними якостями студентів може стати суттєвою перешкодою на шляху первинної професіоналізації, призвести до погіршення навчальної успішності, втрати мотивації професійного розвитку й самовдосконалення, появи психологічних бар'єрів (негативних установок, упереджених суджень) щодо навчальної діяльності за фахом. Відсутність успішного навчального досвіду провокує закріплення мотивації уникнення невдач, блокує потребу долати труднощі й перешкоди в навчанні для досягнення кращих результатів у подальшому, негативно впливає на самоствавлення.

За результатами «Тесту-опитувальника самоствавлення» (В. Столін, С. Панталеєв) можна скласти враження про особливості самоствавлення досліджуваних юнаків і дівчат, у подальшому з'ясувати як компоненти самоствавлення детермінують їхню самоефективність. Проаналізуємо отримані дані за шкалами вищого порядку (рис. 4). У досліджуваних юнаків і дівчат із вибірки констатовано загалом позитивне самоствавлення. Більше половини досліджуваних осіб юнацького віку (19% і 37%) приймають власне «Я», розуміють свої сильні та слабкі сторони, рефлексують і намагаються розвиватися. У 44% з вибірки існують суперечливі установки щодо власного «Я», розбалансування ставлення до різних сторін особистості, деяка дезорієнтація в плані руху для подальшого саморозвитку через проблеми з самопізнанням, неадекватну самооцінку, брак упевненості в собі й самоповаги тощо.

У процесі оброблення даних за методикою В. Століна, С. Панталеєва було виявлено яскраво виражені показники самоінтересу (46%), аутосимпатії (40%), самоповаги (38%), що загалом указують на позитивне внутрішньоособистісне схвалення юнацтва, довіру до себе та позитивне самооцінювання. Високий самоінтерес відображає зацікавленість таких юнаків і дівчат власним «Я», своїми думками, почуттями та переживаннями, а також упевненість у своїй цікавості для оточення, визнання самоцінності. За результатами діагностування можна сказати й про те, що приблизно в третини досліджуваних констатовано низькі показники самоповаги (37%), аутосимпатії (28%) і самоінтересу (22%). Це характеризує досліджуваних як таких, які бачать у собі переважно недоліки, мають низьку самооцінку та схильність до самозвинувачення. Вони не намагаються розбиратися в собі, зважувати різні обставини, аналізувати свої дії з метою поліпшення життєдіяльності. Очевидно, що це негативно впливає на впевненість у власній самоефективності, не дозволяє повною мірою відчувати й активізувати свої можливості, реалізовувати їх у діяльності та спілкуванні.

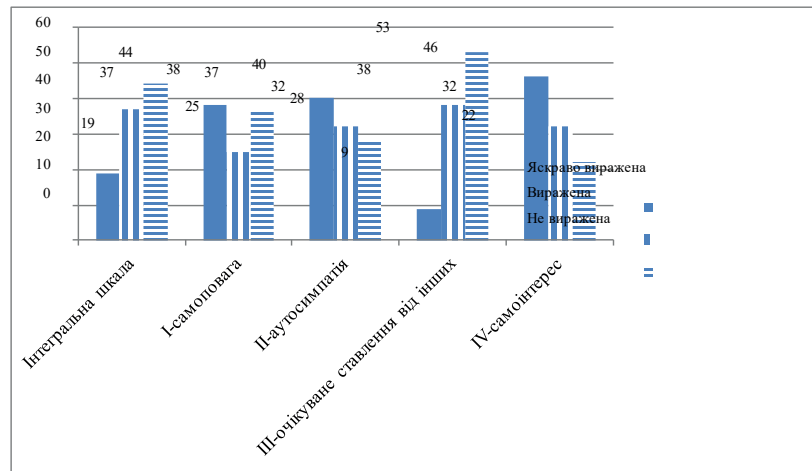


Рис. 4. Узагальнені відсоткові показники самоствавлення осіб юнацького віку за методикою В. Століна, С. Пантїлеєва.

За шкалою «Очікуване ставлення від інших» виявлено переважання помірного налаштування більшості осіб юнацького віку на думку оточення, залежність від неї (53%), від позитивного чи негативного ставлення до себе з боку інших осіб. Водночас надміру акцентовані на думці оточення, залежні від неї під час формування системи уявлень про власне «Я» 9% досліджуваних, помірно – 38%. Для підтримання позитивного самоствавлення вони очікують на симпатію від інших, мають високу потребу у визнанні власного «Я» іншими, розраховують на їхню підтримку й інтерес, потребують систематичного зовнішнього позитивного підкріплення. Результати діагностики за шкалами другого порядку методики В. Століна, С. Пантїлеєва дають можливість більше конкретизувати індивідуальні особливості самоствавлення досліджуваної вибірки (див. рис. 5). Аналізуючи емпіричні дані діагностики можна констатувати, що в досліджуваних осіб юнацького віку яскраво виражені ознаки за такими шкалами: самоінтерес (46%), самоприйняття (33%) та самопослідовність і самокерівництво (31%). Це вказує на їхню особистісну зрілість, симпатію до себе, прийняття себе, незважаючи на недоліки й слабкі сторони. Безумовне позитивне ставлення молоді до власних думок, почуттів, досягнень, надбань незалежно від їхньої оцінки в оточенні сприяє формуванню впевненості в собі та своїх здібностях і можливостях. Яскраво виражені самокерівництво і самопослідовність засвідчують сформованість у досліджуваних відчуття керованості й підпорядкованості «Я», наявність у юнаків і дівчат здатності раціонально організувати власну поведінку, переживання «Я»-інтеграції.

Відповідно в третини досліджуваних, у яких не виражені характеризовані компоненти самоствавлення (самоінтерес (31%), самопослідовність і самокерівництво (32%), самоприйняття (30%), наявні ознаки дезінтеграції его, оскільки внаслідок невираженого самоінтересу їм притаманна відсутність бажання аналізувати події власного життя, намагання розібратися з причинами і наслідками тих чи тих життєвих ситуацій, їм бракує перспективного бачення життєвих цілей і можливостей адекватно добирати засоби для їх досягнення, рефлексивні здібності не розвинуті тощо.

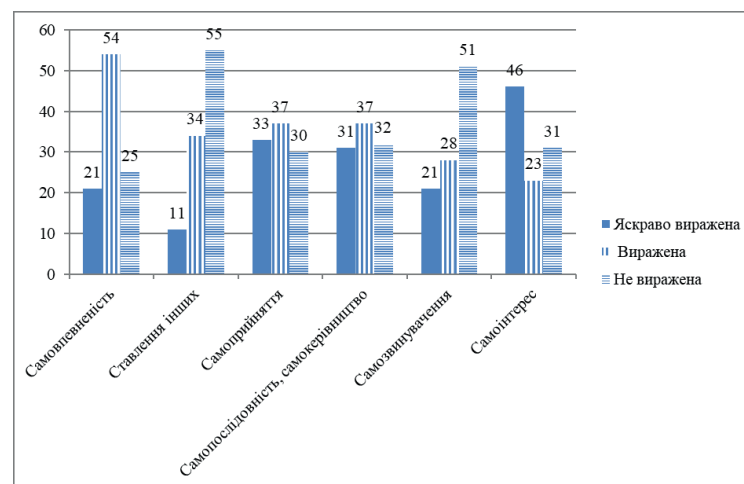


Рис. 5. Узагальнені відсоткові показники осіб юнацького віку за шкалами другого порядку за тестом-опитувальником самоствавлення В. Століна, С. Пантїлеєва.

Унаслідок недооцінки власних вольових якостей, слабкого розуміння себе і своїх можливостей, поганої орієнтації в життєвих обставинах і викликах такі особи юнацького віку мають проблеми із самокерівництвом, залежні від зовнішніх спонук, можуть діяти імпульсивно, непослідовно, змінювати сферу захоплення і інтересів, не доводити справу до завершення в разі появи перешкод і труднощів. Імовірно, що досвід поведінки й комунікації, реальних досягнень, емоційних переживань у таких юнаків і дівчат не оптимальний для формування адекватної самооцінки та рівня домагань, що негативно впливає на самоприйняття і, як наслідок, на самоефективність. Також встановлено, що у 21% досліджуваних осіб юнацького віку яскраво виражені такі компоненти самоставлення, як самоповага і самозвинувачення (54% і 28% відповідно). Позитивним у цій статистиці, на нашу думку, є те, що дві третини з продіагностованих осіб юнацького віку мають виражену самоповагу, що загалом свідчить про прийняття власного «Я», «Я»-інтеграцію складників психіки, відчуття цілісності й оптимальності функціонування, можливості контролювати власне життя. Бачимо також наявність прагнення студентів до самокритики та самозвинувачення, готовність брати на себе провину за невдалі дії, що підвищує внутрішню напругу, появу відчуття неможливості задовольнити внутрішні потреби. Однак здебільшого (51%) вони не мають надмірних проявів, тобто не є деструктивними діями щодо власного «Я». Узагальнені відсоткові дані за шкалою «Ставлення інших» засвідчують загалом позитивне суб'єктивне сприймання й добрі очікування схвального ставлення до себе з боку оточення, що підвищує самоповагу й самовпевненість вибірки. 45% досліджуваних більшою або меншою мірою відчують прийняття і підтримку, зацікавленість у собі оточення, упевнені в наявності в себе рис, якостей, здібностей і можливостей, що можуть викликати в інших інтерес. 55% демонструють індивідуальну емоційну оцінку власної цікавості для інших. Загалом, аналізуючи дані досліджуваних юнаків і дівчат за тестом-опитувальником самоставлення В. Століна, С. Пантілеєва, можна сказати, що їхнє глобальне самоставлення відображає позитивну картину розвитку «Я»; більшість вибірки має самоповагу, самоприйняття, стійкий самоінтерес, що відображає основні вікові особливості й завдання психічного розвитку в юнацькому віці. Проте в третини досліджуваних помітні несприятливі тенденції щодо формування самооцінки, самоповаги, прийняття себе та інших, диференціації ставлення до себе з боку оточення, схильність до самозвинувачення і/або перекладання відповідальності, нездатність керувати власним життям, бракує здатності до рефлексії життєвого досвіду, уміння ставити адекватні цілі й досягати їх, що, на нашу думку, може негативно вплинути на їхню самоефективність. Опитувальник суб'єктивної локалізації контролю Дж. Роттера (адаптували Е. Бажин, Е. Голінкіна, А. Еткінд) використано для вивчення міри взаємозв'язку самоефективності й локусу контролю осіб юнацького віку. У процесі оброблення тестових даних виявлено переважання екстернальності в діагностованих юнаків і дівчат за більшістю шкал методики (див. рис. 6).

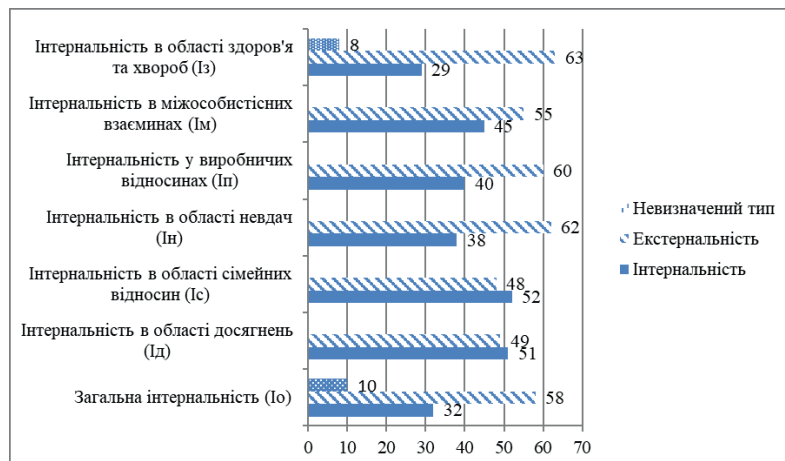


Рис. 6. Узагальнені відсоткові показники осіб юнацького віку за шкалами опитувальника УСК Дж. Роттера.

Як видно з рис. 6, за шкалою «Загальна інтернальність» (Io) у вибірці осіб юнацького віку переважають екстернальні особистості (58%), тобто юнаки і дівчата з низьким рівнем суб'єктивного контролю. Вони не бачать зв'язку між своїми діями і значущими для них подіями життя, не вважають себе здатними контролювати життєдіяльність, вважають, що більшість подій і вчинків – це результат випадку або дій інших людей. У 32% юнаків і дівчат виражений високий рівень суб'єктивного контролю над будь-якими значущими ситуаціями. Такі юнаки і дівчата вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті – це результат їхніх дій, вони можуть ними керувати, відчувають власну відповідальність за ці події і за те, як складається їхнє життя загалом. За двома шкалами опитувальника УСК у досліджуваній

вибірки домінує інтернальність, а саме: інтернальність у царині сімейних відносин (52%) й інтернальність у царині досягнень (51%).

Отже, 52% юнаків і дівчат вважають себе відповідальними за події, що відбуваються в родинному оточенні, намагаються дослухатися до думки батьків, виявляють розуміння й цінують допомогу й поради, які отримують від впливових людей, намагаються своїми діями не розчарувувати близьких. Низький Іс у 48% продіагностованих осіб юнацького віку вказує на те, що досліджувані вважають своїх близьких причиною значущих ситуацій, що виникають у родинних стосунках. Вони схильні перекладати відповідальність за власні успіхи/неуспіхи на батьків, чекають на вибір, який батьки зроблять замість самих юнаків і дівчат. 51% досліджуваних почуваються відповідальними за досягнення позитивних результатів у різних царинах власної життєдіяльності, упевнені, що успіх, зумовлений докладеними зусиллями, – це результат наполегливої роботи, особистої заповзятливості. Такі юнаки і дівчата досягають поставлених цілей, переживають ситуацію успіху, перевпевнюються у своїх можливостях і здібностях, що зі свого боку підвищує рівень їхньої самоефективності. 49% із досліджених осіб з вибірки мають виражену екстернальність у царині досягнень, низький рівень суб'єктивного контролю над життєвими подіями й ситуаціями. Результати діагностики за шкалою «Інтернальність у міжособистісних взаєминах» (Ім) засвідчили, що в 45% досліджуваних переважає інтернальність у царині міжособистісних стосунків, у 55% – виражена екстернальність. Домінування інтернальності в юнаків і дівчат свідчить про їхню суб'єктивну впевненість у можливості моделювати формальні й неформальні стосунки з іншими особами з оточення, у здатності викликати до себе повагу і симпатію.

У 55% досліджених осіб юнацького віку виражений екстернальний локус контролю в міжособистісних стосунках, а, отже, вони схильні приписувати відповідальність за події власного життя зовнішнім чинникам: іншим людям, долі або випадковості, оточенню. Екстернали більше схильні до навіювання, конформні, менш успішні в соціальних досягненнях, у процесі лідерських позицій, більшою мірою бажають отримувати допомогу від інших і покладаються на думку оточення, міра соціальної відповідальності в них нижча. Вони не можуть активно формувати власне коло спілкування і схильні вважати свої міжособистісні взаємини результатом активності партнерів, перекладають відповідальність, очікують ініціативи від них. За шкалою «інтернальності в царині виробничих відносин» (Іп) виявлено домінування екстернальності в юнаків і дівчат із досліджуваної вибірки (60%). Це характеризує їх як таких, що надають більшого значення зовнішнім спонукам і сфері виробничих стосунків (зокрема й у навчально-професійній діяльності), більше залежні від викладачів, одногрупників, товаришів, очікують на легке вирішення різних завдань і поточних проблем (зокрема й навчальних). 40% осіб юнацького віку вважають свої дії важливим чинником організації власної і колективної виробничої діяльності, налагодження відносин у колективі, особистому внеску в спільній роботі тощо. Інтернальні особи юнацького віку також більш відповідально ставляться до групових і підгрупових завдань, докладають зусиль для виконання дорученої роботи.

Оброблення даних діагностики юнаків і дівчат за шкалою «інтернальності в царині здоров'я і хвороби» (Із) засвідчила, що лише 29% осіб юнацького віку вважають себе відповідальними за стан власного здоров'я, видужання у випадку хвороби, розуміють значущість уважного ставлення до свого самопочуття, фізичного і психічного здоров'я тощо. Вони більше поінформовані про свій стан, переймаються профілактикою хвороб, вчасно звертаються за допомогою до фахівців. 63% екстернально налаштованих юнаків і дівчат вважають здоров'я і хворобу результатом випадку, сподіваються на те, що одужання – це наслідок дій інших людей, насамперед, лікарів. Такі особи не переймаються станом здоров'я, можуть ігнорувати симптоми хвороби, не зважають на застереження, не співвідносять стиль життя зі станом здоров'я тощо. Отже, за більшістю шкал опитувальника УСК Дж. Роттера в досліджуваних юнаків і дівчат переважає екстернальність. Проте в царині сімейних відносин і досягнень було виявлено прояви інтернальності у половині досліджуваних. Загалом інтернальність свідчить про особистісну й соціальну зрілість досліджуваних юнаків і дівчат, їхню відповідальність, рішучість, самостійність, готовність упорюватися з різноманітними життєвими обставинами, що підвищує ресурс їхньої самоефективності. Екстернальність, навпаки, засвідчує наявність конформізму, брак самоконтролю, внутрішню невпевненість, непослідовність і неорганізованість, залежність і брак відчуття внутрішньої сили «Я», соціальну незрілість. Екстернальність знижує віру юнаків і дівчат у власні сили й можливості через більшу орієнтованість на оточення, намагання перекласти на нього відповідальність, очікування зовнішньої активності.

Додатковим діагностичним завданням було з'ясувати міру взаємозалежності самоефективності й орієнтації осіб юнацького віку на досягнення успіху або уникнення невдач. Для цього було використано опитувальник А. Реана (узагальнені відсоткові дані вибірки див. рис. 7). З'ясовано, що провідною мотивацією досліджуваної вибірки є мотивація на уникнення невдач (57%), що характеризує більше невпевненість юнаків і дівчат у власному успіху, надмірну обачливість й обережність у процесі виконання діяльності та спілкування. Їх більше можна характеризувати як таких, що не схильні до проявів

активності й ініціативи у важких і незнайомих справах, остерігаються труднощів і перешкод, не схильні ризикувати, пасують перед невизначеністю.

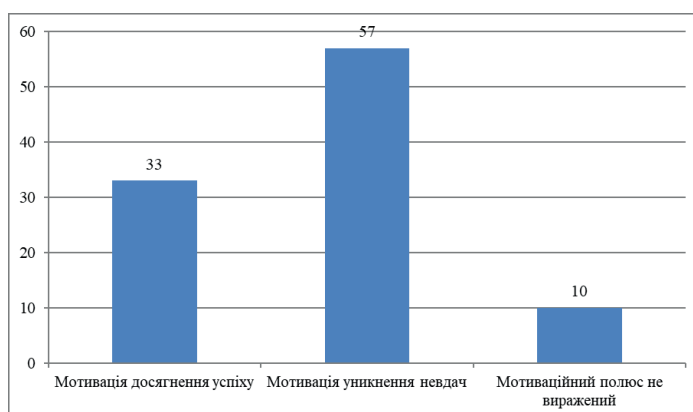


Рис. 7. Узагальнені відсоткові показники осіб юнацького віку за опитувальником А. Реана.

33% продіагностованих юнаків і дівчат упевнені у власних силах, обраних тактиках досягнення мети, тобто орієнтовані на успіх. Вони активні, наполегливі, цілеспрямовані, мають добрі організаторські здібності. Спроможні вирішувати завдання різної складності, не потребують постійного зовнішнього контролю, не пасують перед невдачами, швидко мобілізуються. У 10% досліджуваних мотиваційний полюс не виражений, тобто в них виражені полюси і мотивації досягнення успіху й уникнення невдач.

«Тест смисложиттєвих орієнтацій» Д. Леонтєва використано для виявлення спрямованості ціннісної сфери осіб юнацького віку, що надає їхньому життю осмисленості, підвищує самоефективність. Завдяки цій методиці було важливо з'ясувати також переконання досліджуваних у здатності управляти власним життям, будувати й реалізовувати життєві плани в часовій перспективі. У результаті діагностики за методикою СЖО Д. Леонтєва було виявлено динамічні особливості ціннісно-смислових компонентів особистості досліджуваної вибірки юнаків і дівчат (середні значення див. рис. 8).



Рис. 8. Узагальнені середні показники осіб юнацького віку за шкалами методики СЖО Д. Леонтєва.

За усередненими даними вибірки видно, що більшість досліджуваних осіб юнацького віку має середні показники ціннісно-смислових компонентів свідомості, зважаючи на нормативні дані й стандартне відхилення. У процесі дослідження за шкалою «Цілі життя» було виявлено, що юнаки й дівчата порізноmu ставляться до цілей свого життя на майбутнє, які надають їхньому життю осмисленість, спрямованість і часову перспективу. Низькі бали характеризують студентів, які живуть сьогоднішнім або вчорашнім днем (18%). У діагностиці виявлено середні показники досліджуваної ознаки, що свідчать про недостатню сформованість у досліджуваних цілей на майбутнє (47%), а навпаки – зосередженість на сьогоднішньому, актуальність спогадів про минуле (35%). Дослідження розуміння процесу життя або його емоційного насичення й наповненості сенсом указують на те, що юнаки і дівчата більшою або меншою мірою задоволені своїм життям у теперішньому часі, переживають гедоністичні емоції (59%). У меншості досліджуваних спостерігаємо незначну негативну динаміку в переживанні емоційного насичення та відчуття сенсу свого життя (41%). Причиною цього, на нашу думку, може бути невизначеність із

майбутнім, потреба переглянути актуальні цілі на цьому етапі життєдіяльності загалом і професійного самовизначення зокрема. Здобуті результати за шкалою «Результат життя» свідчать про те, що юнаки і дівчата загалом задоволені результативністю пройдені частини життя, своїми досягненнями та рівнем самореалізації (43%). Це свідчить про досягнення бажаних успіхів у діяльності та спілкуванні, впевненість у правильності зроблених виборів. Однак у невеликої кількості досліджуваних помітна деяка незадоволеність прожитою частиною свого життя, незадоволеність здобутим досвідом, знаннями, уміннями, навичками тощо (24%). Отже, можна зробити висновок, що досліджувані особи юнацького віку більше зосереджені на теперішньому етапі свого життя, переважно задоволені минулим, меншою мірою зорієнтовані й мають цілі на майбутнє.

Якщо порівнювати дані продіагностованих юнаків і дівчат за шкалами «Локус контролю – Я» і «Локус контролю – Життя», можна помітити, що вищим середнє значення вибірки є за другою зі згаданих шкал. Це вказує на переважання екстернальності більшості вибірки, що підтверджено даними методики УСК Дж. Роттера. За шкалою «Локус контролю – Я» («Я-господар життя») дані свідчать про те, що лише 36% юнаків і дівчат відчувають себе задоволеними та вільними, щоб будувати своє життя відповідно до власних цілей і уявлень. Більшість досліджених осіб з вибірки зневірена у своїх силах, відчуває брак можливості контролювати події власного життя. За шкалою «Локус контролю – Життя» або керованість життя іншими, збігом обставин, зовнішніми чинниками тощо виявлено, що 46% менш переконані в можливості свідомо контролювати власне життя, у тому, що мають свободу вибору, можуть планувати майбутнє й без перешкод рухатися до намічених цілей, що загалом свідчить про екстернальний локус контролю. Отже, аналіз даних діагностики за методикою СЖО Д. Леонтєва засвідчив переважання середніх показників сформованості смисложиттєвих орієнтацій юнаків і дівчат щодо їхнього життя. Можна констатувати більшу сфокусованість досліджуваних на сьогодні в разі позитивного сприймання минулого і наявності моментів невизначеності на майбутнє. Помітне переважання впевненості продіагностованих осіб юнацького віку в тому, що обставини життя більше спрямовують, визначають можливості і результативність їхньої життєдіяльності й соціальної взаємодії, аніж власна активність, реалізовані зусилля, бажання й потреби.

Отже, у процесі діагностики створеної вибірки було виявлено такі панівні тенденції: переважання середнього рівня загальної, предметної, соціальної (комунікативної) самоефективності; переживання більшої задоволеності власним функціонуванням у колі родини й у соціальних взаєминах, аніж у навчально-професійному середовищі; домінування загалом позитивного самоствавлення з вираженими самоінтересом, аутосимпатією та самоповагою; вираження екстернального локусу контролю (окрім, інтернальності в царині сімейних відносин і в царині досягнень); більша представленість мотивації уникнення невдач; сфокусованість на сьогодні, позитивні переживання щодо минулого, відчуття невизначеності щодо власного майбутнього, залежність життєдіяльності від впливів оточення. Кореляційний аналіз дає підстави зробити висновки щодо наявності статистично значущих взаємозв'язків самоефективності з більшістю з досліджуваних її індивідуально-психологічних чинників. Зауважимо, що під час подальшого аналізу результатів кореляційних обчислень ми насамперед звертатимемо увагу саме на зв'язки загальної самоефективності з досліджуваними індивідуально-психологічними чинниками, побіжно – за видами самоефективності. Проаналізуємо взаємозалежності: виявлено високий статистично значущий взаємозв'язок ($p \leq 0,01$) між загальною самоефективністю і її досліджуваними видами – предметною самоефективністю ($r_{xy} = 0,629$), соціальною (комунікативною) самоефективністю ($r_{xy} = 0,727$). Це означає, що відчуття загальної самоефективності підвищується зі зростанням переконаності у своїх здібностях і можливостях в окремих сферах життєдіяльності, досягненням реальних успіхів; констатовано статистично значущі взаємозв'язки ($p \leq 0,05$) загальної самоефективності з задоволеністю власним функціонуванням у навчально-професійному ($r_{xy} = 0,376$) і соціальному середовищі ($r_{xy} = 0,377$). Такі самі взаємозалежності виявлені й за видами самоефективності. Можна сказати, що переживання самоефективності посилено відчуттям задоволеності власним функціонуванням у різних сферах життєдіяльності; відзначено статистично значущі взаємозв'язки ($p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$) загальної самоефективності з компонентами самоствавлення: самоприйняття ($r_{xy} = 0,522$), самопослідовність, самокерівництво ($r_{xy} = 0,553$); самовпевненість ($r_{xy} = 0,450$), самоінтерес ($r_{xy} = 0,437$), самозвинування ($r_{xy} = -0,442$). Отже, самоефективність прямопропорційна впевненості у силу власного «Я» і розвинутих рефлексивних здібностям, знижується від надмірної самокритики, зневіри в можливості успішної життєдіяльності. За дослідженими видами самоефективності помітні такі самі взаємозв'язки. Крім того, можна сказати, що переживання соціальної (комунікативної) самоефективності краще, коли вищі показники загального самоствавлення ($r_{xy} = 0,454$), самоповаги ($r_{xy} = 0,433$) й аутосимпатії ($r_{xy} = 0,415$). Помічено більше кореляційних взаємозв'язків компонентів самоствавлення з загальною і соціальною (комунікативною) самоефективністю, ніж із предметною; доведено зв'язок самоефективності та її видів з інтернальністю ($p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$). Що вища загальна інтернальність, то більша особиста відповідальність і впевненіші переконання у власній загальній самоефективності ($r_{xy} = 0,452$), предметній ($r_{xy} = 0,519$), соціальній ($r_{xy} = 0,609$). Високі статистично значущі

взаємозв'язки виявлено між видами самоефективності й інтернальністю у виробничих і міжособистісних відносинах ($p \leq 0,01$). Тобто, що більша готовність відчувати особисту відповідальність за досягнення в цих сферах життєдіяльності, то вищі переконання в можливості досягнути в них успіху. Та сама тенденція щодо інтернальності в царині досягнень. За всіма видами самоефективності констатовано високу прямо пропорційну залежність від сподівань на успіх ($p \leq 0,01$), обернено пропорційну від налаштування на невдачі ($p \leq 0,01$). Не виявлено кореляційних взаємозв'язків самоефективності з інтернальністю в царині сімейних відносин і в царині здоров'я та хвороби; з'ясовано, що всі види самоефективності прямо пов'язані з мотивацією досягнення успіху ($p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$). Отже, що більша впевненість у власних силах, тактиках досягнення мети, орієнтованість на успіх, прояви активності, наполегливості, цілеспрямованості, то вище переживання самоефективності. Взаємозв'язок між мотивацією досягнення вищій для соціальної ($r_{xy} = 0,587$) і предметної самоефективності ($r_{xy} = 0,476$), ніж для загальної ($r_{xy} = 0,452$); Помічено статистично значущий прямий зв'язок усіх досліджених видів самоефективності з наявністю цілей у житті ($p \leq 0,05$), орієнтацією на майбутнє. Навпаки, предметна і соціальна самоефективність знижуються через надмірну акцентованість на процесі життя, зацикленість на труднощах, переполах, дріб'язкових моментах, відсутність стратегічної мети ($r_{xy} = -0,415$; $r_{xy} = -0,456$ відповідно). Доведено, що незалежно від видів самоефективності вища, коли більша впевненість у власній спроможності керувати життям, будувати його згідно з особистими переконаннями, цілями, потребами, переживаннями тощо ($p \leq 0,05$). Навпаки, що більша віра в зовнішню детермінацію життєвих досягнень, то нижча самоефективність (обернений зв'язок видів самоефективності зі шкалою «Локус контролю – Життя» при $p \leq 0,01$, $p \leq 0,05$). З'ясовано, що самоефективність (загальна, предметна, соціальна) залежить від осмисленості життя ($p \leq 0,01$): що краще відчуття життя, розуміння себе в ньому й процесів, що відбуваються в різних сферах життєдіяльності, вищі адаптаційні можливості, переживання бажання й здатності впоратися з різними життєвими ситуаціями, то вища самоефективність.

Висновки. Проблема самоефективності особистості посідає значне місце в сучасних вітчизняних і закордонних публікаціях. Важливість її розроблення пояснюємо потребою визначити критерії успішності життєдіяльності особистості на різних етапах життєдіяльності, з'ясувати чинники, що впливають на процеси особистісного і професійного самоздійснення. Досліджувати проблему самоефективності доцільно в юнацькому віці, у якому інтенсивно відбуваються світоглядні, моральні, особистісні та професійні трансформації юнаків і дівчат, формується самоставлення, суб'єктивний досвід, компетентність, актуалізовано особистісні ресурси, важливі для наступних періодів життєдіяльності. Проведений теоретичний аналіз дає можливість зробити висновок про те, що самоефективність тлумачать крізь призму усвідомленої переконаності особистості у власних можливостях досягнення успіху в конкретній сфері життєдіяльності та соціальної взаємодії, її здатності долати перешкоди і труднощі на шляху до досягнення поставленої значущої особистісної мети. Самоефективність – це системна якість, яка репрезентує переконання юнаків і дівчат у власних можливостях і наявності здібностей для досягнення успіху в різних сферах життєдіяльності. У досліджуваній вибірці переважає середній рівень самоефективності, що свідчить про доцільність розроблення психологічних засад для її оптимізації і підвищення. Завдяки кореляційному аналізу з'ясовано, що самоефективність детерміновано низкою індивідуально-психологічних чинників (задоволеністю власним функціонуванням у різних сферах, складниками самоставлення, локусом контролю, особливостями мотивації досягнення та смисложиттєвих орієнтацій).

Перспективи подальших досліджень будуть полягати у виявленні взаємозалежностей, що будуть враховані під час розроблення й апробації психологічних засад розвитку самоефективності осіб юнацького віку, що дозволить перевірити гіпотезу про те, що в процесі спеціального психологічного супроводу завдяки впливу на індивідуально-психологічні чинники можливо досягнути позитивної динаміки в розвитку самоефективності осіб юнацького віку.

Література:

1. Балахтар В. В. Самоефективність як індикатор становлення особистості фахівця з соціальної роботи як професіонала. *Молодий вчений*. 2018. №9 (61). С. 165–170.
2. Бондаренко М. Б. Самоэффективность в структуре профессиональной готовности к деятельности военнослужащих. *Вестник ЯрГУ. Серия Гуманитарные науки*. 2018. № 3 (45). С.107–108.
3. Вовк О. М. Самоефективність : сутність, структура та особливості розвитку в студентському віці. *Вісник психології і соціальної педагогіки : зб. наук. пр.* 2010. № 3. URL : www.psyh.kiev.ua
4. Гайдар М. И. Методические вопросы психодиагностики личностной самоэффективности студентов-психологов. *Гуманитарные науки. Педагогика и психология*. 2008. Вып. 11(67). С. 110–112.
5. Гайдар М. И. Развитие личностной самоэффективности студентов-психологов на этапе вузовского обучения : автореф. дис. на соискание учен. степени канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «Педагогическая психология». Воронеж, 2008. 25 с.
6. Галецька І. І. Самоефективність у структурі соціально-психологічної адаптації. *Вісник Львівського університету. Сер. «Філософські науки»*. 2003. С. 433–442.

7. Гальцева Т. О. Види самоефективності особистості : їх характеристика та дослідження. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологічні науки. 2015. Вип. 4. С. 110–114.
8. Гальцева Т. О. Особливості становлення навчальної самоефективності в підлітковому та юнацькому віці. *Науковий вісник Херсонського державного університету*. Серія Психологія. 2017. Вип.1. Т.2. С. 145–149.
9. Голубкова Л. О. Поняття самоефективності та історія його дослідження. *Проблеми загальної та педагогічної психології: Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України* К., 2007. С. 41–46.
10. Зінченко А. В. Життєстійкість як основа ефективної соціальної адаптації хворих на епілепсію. *Психологія : реальність і перспективи*. 2013. Вип. 2. С. 76-79. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/prp_2013_2_24.
11. Кривська О. О. Мотиваційні чинники професійної самоефективності особистості : дис.. канд. психол. наук : 19.00.01 – загальна психологія, історія психології; 053 Психологія. Луцьк, 2018. 213 с.
12. Кремешна Т. І. Формування професійної самоефективності майбутніх учителів музики : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 – теорія і методика професійної освіти. Одеса, 2008. 251 с.
13. Кузнецова Л. М. Життєстійкість як фактор успішної самореалізації сучасної студентської молоді. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету*. Серія : Психологічні науки. 2014. Вип. 121. С.182-187. URL : http://nbuv.gov.ua/UJRN/VchdpuPH_2014_121_40
14. Кушмирук Є. С. Діагностика рівня задоволеності життям в осіб юнацького віку. Теорія і практика сучасної психології. 2018. № 3. С. 202–205.
15. Лебединская С. В. К вопросу изучения самоэффективности личности как ресурсного качества у студентов гуманитарного профиля. *Учёные записки ЗабГУ*. 2017. Том 12, № 2. С. 60–65.
16. Ліпінська Н. Ф. Самоефективність особистості як джерело її активності. *Вісник ОНУ ім. І. І. Мечникова*. Психологія. 2014. Т.19. Вип. 1(31). С. 180–185.
17. Лук'яненко В. В. Психологічні особливості становлення здатності до самоефективності в юнацькому віці : дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 – педагогічна та вікова психологія. Київ, 2011. 269 с.
18. Луценко О. Л., Шапошник Д. О. Особливості самоефективності у людей пізньої зрілості у контексті тренінгового заняття. *Вісник Харківського національного університету*. 2012. № 1009. С. 89–92.
19. Михайличенко В. Є, Полякова Н. В. Роль самоефективності в процесі активізації лідерського потенціалу особистості. *Проблеми інженерно-педагогічної освіти*. 2014. № 45. URL : <http://library.uipa.edu.ua/images/data/zbirnik/problemu45/29.pdf>
20. Музика О. Самоефективність як чинник професіоналізації студентів. *Освітологічний дискурс*. 2018, № 3-4 (22-23). С. 83–94.
21. Мусійчук С. М. Формування самоефективності майбутніх лікарів ветеринарної медицини в процесі професійної підготовки: [метод. посіб.]. Київ : Вид. центр Нац. ун-ту біоресурсів і природокористування України, 2013. 110 с.
22. Пророк Н. В. Самоефективність і успішність професійної діяльності. *Актуальні проблеми психології*. Т.7, вип. 22. С. 176–180. URL : http://ecopsy.com.ua/data/zbirki/2010_22/sb22_35.pdf
23. Сняданко І. І. Дослідження рівня навчально-професійної самоефективності в студентів технічних університетів. *Практична психологія та соціальна робота*. 2014. № 4. С. 7–12.
24. Хавула Р. Психологічні особливості становлення самоефективності в юнацькому віці. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2017. Вип.17. С. 348–355.
25. Черножук Ю. Особливості самоефективності осіб з різним типом емоційності. *Наук. вісн. Миколаївського нац. ун-ту ім. В. О. Сухомлинського*. Психологічні науки : збірник наукових праць / за ред. І. Савенкової. Миколаїв : МНУ імені В.О. Сухомлинського, 2017. № 2 (18). С. 205–209.
26. Чиханцова О. А. Духовність як ресурс розвитку життєстійкості особистості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України*. Том ІХ: Загальна психологія. Історична психологія. Етнічна психологія. Випуск 9. Київ : Талком, 2016. С. 540–547.
27. Чуйко Г. В. Сенс життя у контексті відчуття задоволеності життям. *Психологічний часопис : Збірник Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України*. 2018. №1 (11). С. 46–60.
28. Шапошник Д. О. Ресурси теорії самоефективності особистості у сучасній психології. *Вісник Харківського нац. унів-ту імені В. Н. Каразіна*. Серія : Психологія. 2011. № 937. Вип. 45. С. 302–305.
29. Шапошник Д. О., Луценко О. Л. Самоефективність в системі когнітивних, емоційних та психобіографічних якостей особистості. *Соціальна психологія*. 2012. № 4 (54). С. 25–35.
30. Шапошник-Домінська Д. О. Психологічні особливості розвитку самоефективності особистості : автореф. дис. на здоб. наук. ступ. канд. психол. наук : 19.00.01 – загальна психологія, історія психології. Київ, 2015. 20 с.