

САМОМЕНЕДЖМЕНТ ЯК СУЧАСНА УПРАВЛІНСЬКА ТЕХНОЛОГІЯ В КОНТЕКСТІ ПРОФЕСІЙНО-ТВОРЧОГО РОЗВИТКУ МАЙБУТНІХ МАГІСТРІВ ОСВІТНІХ, ПЕДАГОГІЧНИХ НАУК

SELF-MANAGEMENT AS A MODERN TECHNOLOGY IN THE CONTEXT OF PROFESSIONAL AND CREATIVE DEVELOPMENT OF FUTURE MASTERS OF EDUCATION AND PEDAGOGICAL SCIENCES

Стаття присвячена актуальній проблемі професійної підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки – роль самоменеджменту в контексті підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності. Зокрема, розкривається сутність таких понять, як «самоменеджмент», «тайм-менеджмент»; висвітлюються наукові підходи до проблеми самоменеджменту в контексті підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності; виокремлюються ключові аспекти тайм-менеджменту; окреслюються переваги самоменеджменту та перспективи його використання в професійній підготовці магістрів-педагогів. Основна увага зосереджується на теоретико-методичних засадах формування засад самоменеджменту в майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук. Зазначається, що оволодіння навичками самоменеджменту може допомогти майбутнім магістрам: ефективно організувати освітній процес, самостійно планувати своє навчання, розподіляти час, управляти ним за допомогою техніки тайм-менеджменту; ставити пріоритети та контролювати виконання завдань, що допоможе їм отримувати глибокі знання та навички, необхідні для успішної професійної діяльності; розвивати дослідницькі компетенції. Підкреслюється, що завдяки оволодінню навичками самоменеджменту майбутні магістри освітніх, педагогічних наук можуть вдосконалити свою креативність, що є запорукою успіху сучасного педагога та керівника закладу освіти; підвищити власну ефективність і досягати більших результатів у подальшій професійній діяльності; поліпшити комунікабельність; зростати як особистість; ефективно організувати свою роботу й управляти часом; досягати успіху в будь-якій сфері освіти; розвивати в собі самодисципліну, відповідальність, цілеспрямованість, наполегливість, віру в свої сили та можливості.

Ключові слова: здобувач вищої освіти, магістр, професійна діяльність, професійна підготовка, професійно-творчий розви-

ток, самоменеджмент, тайм-менеджмент, управлінська технологія, формування.

The article is devoted to the actual problem of professional training of future masters in the specialty 011 Educational, pedagogical sciences – the role of self-management in the context of training applicants of the second (master's) level of higher education for the application of modern management technologies in professional activity.

In particular, the essence of such concepts as «self-management», «time management» is revealed; scientific approaches to the problem of self-management in the context of training future masters in the specialty 011 Educational, pedagogical sciences to the application of modern management technologies in professional activity are highlighted; key aspects of time management are highlighted; the advantages of self-management and the prospects of its use in the professional training of master teachers are outlined. The main focus is on the theoretical and methodological foundations of the formation of the foundations of self-management in future masters of educational and pedagogical sciences. It is noted that mastering self-management skills can help future master's students: effectively organize the educational process, independently plan their studies, allocate time, manage it using time management techniques; to set priorities and control the execution of tasks, which will help them acquire deep knowledge and skills necessary for successful professional activity; develop research competencies. It is emphasized that thanks to the mastery of self-management skills, future masters of educational and pedagogical sciences can improve their creativity, which is the key to the success of a modern teacher and head of an educational institution; to increase one's own efficiency and achieve greater results in further professional activities; improve communication skills; to grow as a person; effectively organize your work and manage time; achieve success in any field of education; to develop self-discipline, responsibility, purposefulness, perseverance, faith in one's strengths and capabilities.

Key words: student of higher education, master's degree, professional activity, professional training, professional and creative development, self-management, time management, management technology, formation.

УДК 378.046.021
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-6085/2024/69.2.57>

Дяченко М. Д.,
доктор педагогічних наук, професор
професор кафедри освіти та управління
навчальним закладом
Класичного приватного університету

Постановка проблеми у загальному вигляді.
У сучасних умовах динамічного розвитку освітньої галузі в контексті перспектив розвитку громадянського суспільства посилюються вимоги до професійної компетентності педагогів, що потребує постійного розвитку та самовдосконалення. Одним із дієвих інструментів у цьому процесі є самоменеджмент як управлінська технологія

особистісного та професійного саморозвитку. В умовах третього тисячоліття, коли темп життя постійно зростає, самоменеджмент стає дедалі важливішим чинником творчого самовдосконалення особистості.

Самоменеджмент – одна з ключових управлінських технологій в підготовці майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук, це – потужний

інструмент, який допоможе здобувачам освіти досягти успіху в навчанні, подальшій професійній діяльності та особистому житті.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблему самоменеджменту висвітлювали у своїх працях О. Бабчинська, А. Мідляр (самоменеджмент як складник професійного розвитку персоналу) [2], А. Скляренко (аналіз підходів до визначення змісту поняття самоменеджменту) [6], О. Фенина (професійний самоменеджмент особистості) [8], О. Штепа (дефініція, діагностика, структура та формування функції самоменеджменту) [9; 10] та ін. Питанням самоменеджменту майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук присвячено наукові розвідки таких дослідників, як Т. Бабко (технології самоменеджменту – важливий чинник підготовки керівника освітнього закладу) [1], Н. Голя (технологія самоменеджменту як важливий чинник розвитку творчого потенціалу керівників закладів професійно-технічної освіти) [4], Г. Тимошко (організація самоменеджменту в процесі підготовки керівника до управління якістю освіти [7] та ін.

Виділення невирішених раніше частин загальної проблеми. В сучасних умовах постійних змін та розвитку інформаційного суспільства в контексті підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності актуалізується технологія самоменеджменту, оскільки її застосування забезпечує конкурентоспроможність; допомагає досягати успіху в професійній діяльності; сприяє розвитку самостійності, креативного мислення, пошуку нових ідей та нестандартних рішень педагогічних проблем. Проте в наукових дослідженнях, на нашу думку, ще недостатньо уваги приділено питанню самоменеджменту майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук в контексті їхнього професійно-творчого розвитку. Траєкторія формування навичок самоменеджменту повинна бути індивідуальною для кожного майбутнього магістра; в цьому процесі важливо враховувати особистісні характеристики, стиль навчання й освітні та професійні цілі кожного здобувача вищої освіти.

Мета статті: висвітлити наукові підходи до проблеми самоменеджменту в контексті підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності; виокремити ключові аспекти тайм-менеджменту; окреслити переваги самоменеджменту та перспективи його використання в професійній підготовці магістрів-педагогів.

Виклад основного матеріалу. Самоменеджмент – це цілеспрямована діяльність особистості, що полягає в управлінні власним часом,

ресурсами та поведінкою для досягнення поставлених цілей.

Дефініцію самоменеджменту в науковій площині представлено як послідовне й цілеспрямоване використання ефективних методів, прийомів і технологій самореалізації та саморозвитку свого творчого потенціалу [3].

Як зазначає Н. Голя, поняття самоменеджменту розглядається в контексті побудови ділової кар'єри, з позицій мистецтва управління часом, управління власними ресурсами, управління собою, творчим потенціалом, як управління своїм життям для досягнення успіху [4, с. 106].

Головна мета самоменеджменту полягає у тому, щоб максимально використовувати власні можливості, свідомо управляти ходом свого життя, долати зовнішні обставини як у професійній, так і в особистій сфері, досягати успіху найефективнішим шляхом [5].

На думку Г. Тимошко, «самоменеджмент як новий напрямок менеджменту в освіті виник внаслідок його психологізації та соціологізації у відповідь на суспільну потребу в більш повному використанні та розвитку творчого потенціалу педагогів взагалі, і керівника – зокрема» [7, с. 38]. Як зауважує дослідниця, успіх управлінської діяльності значною мірою залежить від бажання й уміння керівника спланувати свою роботу з саморозвитку, самореалізації та самовдосконалення, що базуються на засадах самоменеджменту.

Самоменеджмент – це не просто набір навичок, а стиль життя майбутнього педагога, адже для того, щоб досягти успіху в самоменеджменті, необхідно постійно працювати над собою, розвивати свої навички та вдосконалювати методи й управлінські інструменти з метою професійно-творчого розвитку. Вони, зокрема, охоплюють: чітку постановку цілей; планування та організацію (вміння оптимально ефективно розподіляти час, розставляти пріоритети та використовувати різні методики й інструментарій для планування та організації роботи); продуману самоорганізацію (абсолютну відсутність прокрастинації, максимальну зосередженість на справі, незалежно від будь-яких зовнішніх чинників); самоконтроль, адекватну самооцінку, самоаналіз (як регулятор відстеження свого прогресу та механізм внесення необхідних коректив); постійне прагнення до професійного самовдосконалення (вивчення нових методів, інноваційних технологій тощо); самомотивацію (пошук нових способів мотивувати себе до роботи, долати труднощі та зберігати позитивний настрій) тощо.

Самоменеджмент – це багатогранне поняття, що охоплює широкий спектр аспектів особистості та діяльності людини; він тісно пов'язаний з самопізнанням, самооцінкою та саморозвитком; передбачає постійну роботу над собою,

самовдосконалення та розвиток нових навичок. Для того, щоб ефективно управляти собою, необхідно добре розуміти себе, свої сильні та слабкі сторони, свої цінності та цілі.

Володіння технологіями самоменеджменту, як зауважує Т. Бабко, призводить до значного підвищення задоволеністю собою, своєю діяльністю та життєвими обставинами; впевненістю у власних можливостях і в наявному потенціалі; переконання у своїй здатності щось змінити [1, с. 15].

У сучасному світі, де, як уже підкреслювалося, темп життя постійно зростає, цінність часу стає все очевиднішою. Ефективне управління своїм часом, або самоменеджмент, є ключовим чинником для досягнення успіху в будь-якій сфері життя, оскільки це сприяє покращенню балансу між роботою та особистим життям, удосконалює вміння правильно розподіляти час дає можливість більше часу приділяти родині, друзям та своїм захопленням.

На думку дослідників, мистецтво керувати собою, своїм часом, організувати свою роботу – це тайм-менеджмент – новий напрям у самоменеджменті, який виник внаслідок потреби в повнішому використанні творчого потенціалу працівника [5].

Термін «тайм-менеджмент» (від англ. time-management) – управління часом складається з таких елементів: розвиток відчуття часу, постановка цілей; планування; ухвалення рішень, реалізація їх; організація діяльності; контроль. Тайм-менеджмент – це сукупність методів і технік, спрямованих на оптимізацію розподілу часу для досягнення поставлених цілей та підвищення продуктивності; це – вміння організувати свій час так, щоб встигати зробити якомога більше за максимально короткий проміжок часу, при цьому не відчувачи виснаження та стресу.

Серед ключових аспектів тайм-менеджменту можна виокремити: планування (чітке визначення цілей, розбиття їх на менші завдання, встановлення пріоритетів та створення графіку виконання їх); самодисципліну (вміння зосереджуватися на важливих завданнях, уникнення відволікань та дотримання плану); навички тайм-менеджменту (використання різних методів та інструментів для економії часу, таких, як матриця Ейзенхауера, метод Помодоро, списки справ); делегування (вміння розподіляти завдання між іншими людьми, коли це можливо); аналіз та оцінка (регулярний перегляд своїх результатів, внесення коректив у плани та методи роботи) тощо.

Тайм-менеджмент може допомогти майбутнім магістрам освітніх, педагогічних наук: по-перше, встигати за менший час більше виконувати завдань і швидше досягти поставлених цілей; по-друге, зменшити рівень стресу, адже за умови контролю свого часу вони будуть менше

нервувати і стануть більше впевненими в собі; по-третє, покращити баланс між роботою та особистим життям; по-четверте, підвищити свою продуктивність завдяки більше проробленій роботі при менших зусиллях; по-п'яте, досягти більшого успіху в житті, адже тайм-менеджмент дає змогу ставити перед собою більш амбітні цілі й досягати їх.

Фактично тайм-менеджмент є управління вибором, усвідомлення того, що кожен здатний контролювати цей вибір, і в цьому саме й полягає практичне значення тайм-менеджменту, адже головне його завдання – зробити важливий вибір: на що витратимо свій час.

Ефективним інструментом самоменеджменту є метод Pomodoro – це проста, але ефективна техніка тайм-менеджменту, що допомагає людям зосередитися на роботі та підвищити продуктивність, розроблена італійським студентом Ф. Чирилло наприкінці 1980-х років. Сутність методу Pomodoro полягає в такому: розбивати роботу на інтервали по 25 хвилин, потім робити коротку перерву на 5 хвилин; після чотирьох 25-хвилинкових робити довшу перерву на 15–30 хвилин.

Переваги використання методу Pomodoro: підвищує концентрацію уваги (розбивка роботи на короткі інтервали допомагає зосередитися на завданні та не відволікатися); збільшує продуктивність, оскільки завдяки кращій концентрації уваги можна виконати більше роботи за менший час; зменшує втому, адже регулярні перерви допомагають не перевтомлюватися і залишатися бадьорими впродовж дня; покращує самодисципліну (метод Pomodoro навчає самостійно організувати свою роботу та дотримуватися плану); підвищує мотивацію, адже поступове просування в роботі мотивує продовжувати її.

Метод Pomodoro може бути корисним для людей, які: 1) швидко відволікаються й довго зосереджуються на роботі впродовж тривалого часу, оскільки завдяки цьому методу можна розбити завдання на дрібніші та керовані частини; 2) є так званими прокрастинаторами, які відкладають роботу «на потім», оскільки цей метод допомагає встановити чіткий час для роботи над конкретним завданням; 3) хочуть підвищити свою продуктивність (виконувати більше роботи за менший час).

Майбутнім магістрам можна порадишити використовувати спеціальний додаток Pomodoro або просто таймер на телефоні, вести щоденник з метою відстеження свого прогресу і підтвердження позитивного впливу методу Pomodoro на власну продуктивність. Це – простий метод, але він є ефективним інструментом, який може допомогти здобувачам другого (магістерського) рівня вищої освіти покращити свою концентрацію, продуктивність та самодисципліну.

Також можна рекомендувати використовувати Матрицю Ейзенхауера – цей інструмент допомагає розподіляти завдання за їхньою важливістю та терміновістю. Завдання розподіляються на чотири категорії: 1) важливі та термінові; 2) важливі, але не термінові; 3) термінові, але не важливі; 4) не термінові та не важливі.

Ефективними в контексті тайм-менеджменту також є:

- принцип трьох справ (кожного дня обирати три найважливіші справи, які необхідно виконати, й зосередитися на них; інші справи можна відкласти на потім або делегувати іншим людям);

- техніка блокування часу (виділяти у своєму розкладі конкретні блоки часу для виконання певних завдань – це допомагає зосередитися на завданні та не відволікатися на інші справи);

- робота у тиші (по можливості знаходити тихе місце для роботи, де ніхто не буде відволікати – це допоможе краще зосередитися на завданні);

- складання списків справ (це може допомогти не забути про важливі завдання та краще організувати свою роботу; можна використовувати паперові списки, списки справ у телефоні або спеціальні програми для управління завданнями);

- уникання «багатозадачності» («багатозадачність» може здаватися ефективним способом зробити більше за менший час, але насправді вона може призвести до зниження продуктивності та збільшення кількості помилок; найоптимальнішим варіантом буде зосередитися на одному першочерговому завданні);

- перерви (необхідно не забувати робити перерви під час роботи – це допоможе зберегти концентрацію та уникнути перевтоми).

У процесі професійної підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності доцільно спрямовувати здобувачів освіти на те, що не існує універсальної техніки тайм-менеджменту, яка буде оптимальною для всіх, потрібно експериментувати з різними методами та обрати для себе найприйнятніші та найефективніші методики.

Важливою в контексті самоменеджменту є саморегуляція власної поведінки та власних дій у самоменеджменті – «підтримання прямого і зворотного інформаційного зв'язку з самим собою. Цей процес здійснюється як акт самоаналізу через самохвалення або самозасудження (які часто змінюють один одного) результатів самоконтролю, власної поведінки» [1, с. 15].

Науковець О. Штепа виокремлює ще один напрям самоменеджменту – ресурс-менеджмент – самоорганізування особистих цінностей, зазначаючи, що метою ресурс-менеджменту є вміння особистості виявляти компетентність у саморозвитку [9].

Дослідники О. Бабчинська, А. Мідляр [2] базовим рівнем системи самоменеджменту вважають особисту ефективність або ефективну діяльність, на основі якої здійснюється ефективне управління власними ресурсами (час, простір, комунікації, фінанси), що є для особи неможливою без досягнення певного рівня розвитку шляхом саморозвитку – процес, в межах якого людина набуває здатність захищати себе, управляти поточними подіями, формувати позитивні стосунки з навколишнім світом і радіти життю, будучи відкритим їй. Процес саморозвитку, на думку науковців, здійснюється шляхом подолання перешкод та розвитку особистісних якостей, що сприяють досягненню поставлених цілей і завдань (воля, наполегливість, уміння впливати на людей, стресостійкість тощо).

Як бачимо, управлінська технологія, самоменеджмент дає змогу майбутнім магістрам зі спеціальності освітніх педагогічних наук:

- ефективно управляти власними часом, ресурсами та поведінкою, що впливає на підвищення ефективності освітньої діяльності, досягнення кращих результатів у роботі, інших сферах життя тощо;

- посилити мотивацію до професійної діяльності, до застосування сучасних управлінських технологій в її процесі;

- навчитися ставити перед собою чіткі цілі та досягати їх, спрямовувати свою діяльність на результативність;

- зменшити рівень стресу та тривожності завдяки виробленим умінням планувати, організувати та контролювати свою роботу;

- розвинути комунікативні навички, а відтак збільшити ефективність комунікації з іншими людьми, що важливим складником успіху в будь-якій сфері діяльності;

- сприяти формуванню, розвитку та вдосконаленню самодисципліни, відповідальності, цілеспрямованості, наполегливості.

На нашу думку, самоменеджмент як основа професійно-творчого саморозвитку педагога відіграє важливу роль у процесі підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності. Адже завдяки оволодінню навичками самоменеджменту здобувачі другого (магістерського) рівня вищої освіти мають змогу: підвищити свою ефективність і досягати більших результатів у своїй роботі; поліпшити комунікабельність, розвинути власні комунікативні навички; зростати як особистість, розвивати в собі самодисципліну, відповідальність, цілеспрямованість, наполегливість; підвищити рівень креативності, оскільки самоменеджмент створює сприятливі умови для педагогічної творчості.

Професійний саморозвиток – це не масове і навіть не типове явище, тому що не всі володіють якостями, які необхідні для цілеспрямованої роботи над собою. Саморозвиток відбувається тільки у тих, хто володіє необхідними якостями, головними з яких є: внутрішня мотивація на професійні завдання, досягнення високих результатів в їхньому вирішенні та мотивація на себе; здатність до саморозвитку; розуміння змісту і методичних основ саморозвитку [2].

Саморозвиток майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук насамперед, спрямований, на самоорганізацію, яка в кожному конкретному випадку проявляється по-різному. Загалом, під самоорганізацією розуміють уміння розподілити час, економно його використовувати та раціонально організувати свою розумову працю. Процес самоорганізації є свідомою, доцільною діяльністю здобувача другого (магістерського) рівня вищої освіти з узагальнення досвіду, формулювання понять, закріплення знань та набуття педагогічних та управлінських навичок з метою переходу від досягнутого рівня розвитку до вищого.

У контексті самоменеджменту важливими є особистісні компетенції, навички, якості, що забезпечують здобувачеві освіти можливості бути лідером у колективі; це, зокрема, – мотивація, лідерські риси, спрямування я на досягнення мети. Слід зауважити, що на самоменеджмент особистості майбутнього магістра освітніх, педагогічних наук впливає здатність його до рефлексії, оскільки реалізація рефлексивної здатності забезпечує процес розвитку та саморозвитку, сприяє творчому підходу до майбутньої професійної діяльності.

Висновки. Таким чином, самоменеджмент відіграє важливу роль у професійно-творчому саморозвитку майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки. Оволодіння навичками самоменеджменту може допомогти їм: ефективно організувати освітній процес, самостійно планувати своє навчання, розподіляти час, ставити пріоритети та контролювати виконання завдань, що допоможе їм отримувати глибокі знання та навички, необхідні для успішної професійної діяльності. Знання технології самоменеджменту допоможе майбутнім магістрам-педагогам розвивати дослідницькі компетенції, адже науково-дослідницька діяльність є важливим складником підготовки здобувачів другого (магістерського) рівня вищої освіти. Самоменеджмент може допомогти їм навчитися самостійно працювати над науковими проектами, збирати та аналізувати інформацію, писати наукові статті та виступати на наукових конференціях.

У процесі підготовки майбутніх магістрів зі спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки до

застосування сучасних управлінських технологій у професійній діяльності самоменеджмент може сприяти підвищенню їхньої креативності, оскільки творчий підхід до педагогічної діяльності є запорукою успіху сучасного педагога та керівника закладу освіти. Самоменеджмент може допомогти майбутнім магістрам генерувати нові ідеї та втілювати їх у життя, а також розвивати мотивацію до навчання, долати труднощі й досягати своїх цілей, готуватися до професійної діяльності, адже навички самоменеджменту будуть корисними майбутнім магістрам у їхній професійній діяльності – вони зможуть ефективно організувати свою роботу, управляти часом, ресурсами та людьми, що допоможе їм досягати успіху в будь-якій сфері освіти, підтримувати позитивний настрій, вірити в себе та свої сили.

Самоменеджмент, створюючи умови для розвитку творчого мислення, пошуку нових ідей, нестандартних рішень педагогічних проблем, на нашу думку, є ключовим чинником успішного професійно-творчого розвитку майбутніх магістрів освітніх, педагогічних наук, оскільки сприяє розвитку відповідальності, самодисципліни, впевненості в собі, цілеспрямованості, комунікабельності, креативності, гнучкості, емоційного інтелекту, стресостійкості, здатності до самовдосконалення, саморозвитку своїх навичок та збагачення знань, вивчення нових управлінських технологій, що є важливим і для навчання, і для майбутньої професійної діяльності.

БІБЛІОГРАФІЧНИЙ СПИСОК:

1. Бабко Т. М. Технології самоменеджменту як важливий чинник підготовки керівника освітнього закладу. *Імідж сучасного педагога*. 2017. № 7 (176). С. 13–15.
2. Бабчинська О. І., Мідляр А. К. Самоменеджмент як складова професійного розвитку персоналу. *Ефективна економіка* : електронний журнал. 2016. № 9. URL: <http://www.economy.nayka.com.ua/?op=1&z=515>.
3. Виноградський М. Д., Виноградська А. М., Шканова О. М. Організація праці менеджера : навч. посібник. Київ : Кондор, 2002. 518 с.
4. Голя Н. Г. Технологія самоменеджменту як важливий чинник розвитку творчого потенціалу керівників закладів професійно-технічної освіти. *Науковий огляд*. 2018. № 9(52). С.103–121.
5. Кузьмін О. Є., Мала Н. Т., Мельник О. Г., Проник І. С. Керівництво організацією : навч. посіб. Львів : Вид-во нац. ун-ту «Львівполітехніка», 2008. 244 с.
6. Скларенко А. О. Аналіз підходів до визначення змісту поняття самоменеджменту. *Інноваційна педагогіка*. 2019. Випуск 10. Т. 3. С. 80–84.
7. Тимошко Г. М. Організація самоменеджменту в процесі підготовки керівника до управління якістю освіти. *Освіта і управління*. 2007. Т. 10. С. 38–40.
8. Фенина О. Я. Професійний самоменеджмент особистості. *Особистість і суспільство: методо-*

логія і практика сучасної психології : матеріали I Міжнар. наук.-практ. інтернет-конф. / за заг. ред. Л. В. Засекіної, А. В. Кульчицької. Луцьк : Вежа-Друк, 2014. С. 68–70.

9. Штепа О. С. Самоменеджмент: дефініція та діагностика. *Наука і освіта* : науково-практичний журнал Південноукраїнського університету АПН України.

Спецвипуск «Психологія особистості: теорія, досвід, практика». 2009. № 8. С. 128–130.

10. Штепа О. С. Структура та формування функції самоменеджменту. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка АПН України / за ред. С. Д. Максименка, В. Д. Потапової. 2008. Т. 15. част. 2. С. 430–436.