

**Дегтерев Виталий Анатольевич,**

доктор педагогических наук, профессор кафедры технологий социальной работы факультета международных отношений и социально-гуманитарных коммуникаций, Институт социального образования, Уральский государственный педагогический университет; 620017, г. Екатеринбург, пр-т Космонавтов, 26; e-mail: degterev49@yandex.ru.

**САМОМЕНЕДЖМЕНТ КАК КЛЮЧЕВАЯ КОМПЕТЕНЦИЯ РАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТА**

**КЛЮЧЕВЫЕ СЛОВА:** самоменеджмент; компетенция; ключевая компетенция; студент; развитие; саморазвитие; личность; социовитальный ресурс человека; самостоятельность.

**АННОТАЦИЯ.** В статье рассматривается понятие «самоменеджмент» как ключевая компетенция выпускника вуза, как способность управлять своим развитием и саморазвитием, ее составляющие. Выявлены этапы формирования компетенции самоменеджмента, дается понятие компетенции и ключевых компетенций (они являются ключом, основанием для других, специальных, предметно ориентированных) как наиболее общие (универсальные) культурно выработанные способы действия (способности и умения), позволяющие человеку понимать ситуацию, достигать результатов в личной и профессиональной жизни в условиях конкретного общества. Они приобретаются в результате опыта успешного применения полученных в образовательном процессе умений (путем опыта их успешной реализации). Рассматривается развитие личности студента и ее саморазвитие. Проанализированы понятия «развитие» (личностное, социальное, психическое – один из самых важных способов существования человека, оно не ограничено во времени и осуществляется на всех этапах жизненного пути человека и зависит, прежде всего, от условий, в которых существует человек, и его потребности в саморазвитии) и «саморазвитие» (интегральная характеристика стремлений и способностей личности к позитивным изменениям его самости (самопознания, самосовершенствования, самоорганизации и т. п.), а с другой стороны – ориентация на самосовершенствование личностных качеств, таких как уверенность в себе, самообладание, доброта, терпимость, доброжелательность, активность, разнообразие интересов, ответственность).

**Degterev Vitaliy Anatolievich,**

Doctor of Pedagogy, Professor of Department of Social Work Technologies, Faculty of International Relations and Socio-humanitarian Communication, Institute of Social Education, Ural State Pedagogical University, Ekaterinburg, Russia.

**SELF-MANAGEMENT AS A KEY COMPETENCE OF DEVELOPING STUDENT'S PERSONALITY**

**KEY WORDS:** self-management, competence, key competence, student, development, self-development, personality, socio-vital resource of a person, independence.

**ABSTRACT.** The article deals with the notion of «self-management» as a key competence of a higher school graduate, as an ability to manage his/her development and self-development and its components. The author describes several stages of formation of self-management competence, gives definitions of the notions of «competence» and «key competences» (they are a key and the basis for special and subject-oriented competences) as general (universal) culturally developed ways of action (abilities and skills), which allow to realize a situation, achieve results in personal and professional life in the conditions of contemporary society. They are formed as a result of successful usage of skills which a student gets in the educational process. The author studies the development of student's personality and his/her self-development, analyzes the notion «development» (personal, social, psychiatric – as one of the most important ways of existence of a human being, it is not limited in time and exists on every stage of the person's life and depends on the conditions of the person's life and his/her need of self-development) and «self-development» (integral characteristics of his/her wishes for and abilities in achieving positive changes (self-cognition, self-improvement, self-organization, etc.) and, on the other hand, orientation on self-development of personal qualities such as self-assurance, self-esteem, kindness, tolerance, accuracy, active position, variety of interests and responsibility.

**К**урс на инновационную экономику, социальную сферу настраивает работодателей на то, что они ждут из профессиональных образовательных организаций специалистов, которые могут правильно выполнять свои должностные обязанности, обладают определенным универсализмом, самостоятельностью, готовы принимать решения и отвечать за их результат. Это показывает анализ основных тенденций развития социальной, производственной и образовательной сфер в разных странах мира. В российских вузах при разработке образовательных программ сегодня цели, со-

держание и результаты обучения формулируются с учетом модели компетенций, которые разрабатывают наиболее продвинутые компании, а также учитывают требования профессиональных стандартов. Усиливается проблемно-исследовательская, практико-ориентированная направленность обучения, все виды студенческой практики приобретают прикладной характер.

В настоящее время в связи со сложившейся в стране социокультурной и социально-экономической ситуацией объективно возрастает потребность в специалистах, не только владеющих своей профессией, но

и ориентирующихся в смежных областях деятельности; отличающихся способностью быстро действовать, принимать решения, работать с высокой продуктивностью и эффективностью, решать нестандартные профессиональные задачи; готовых к постоянному личностному и профессиональному саморазвитию [9, с. 18].

Сегодня мы отмечаем, что переход от знаниевой парадигмы образования к компетентной в российских вузах состоялся. Компетентность имеет практикоориентированную направленность и проявляется через призму личностных особенностей только в процессе деятельности. Различные виды практики, стажировки, выполнение курсовых, выпускных и научно-исследовательских работ позволяют только в определенной степени оценить сформированность компетенций будущего бакалавра соответствующего профиля. Исходя из вышесказанного, можно сделать вывод, что содержанию самообразования студента нужно уделять как можно больше внимания, а для этого студент должен овладеть компетенцией самоменеджмента, которая, на наш взгляд, является одной из ключевых.

Само понятие «ключевые компетенции» предопределяет то, что они являются ключом, основанием для других, специальных, предметно ориентированных. Кроме того, владение ими позволяет человеку быть успешным в профессиональной, общественной и личной жизни. Единого подхода к трактовке дефиниции «ключевые компетенции» в настоящее время нет. Но на основании анализа точек зрения разных авторов, можно выделить их существенные признаки: ключевые компетенции представляют универсальные средства, методы, способы, приемы, которые позволяют человеку достигать целей в условиях неопределенности и недостаточности информации для принятия решений, а также позволяют самостоятельно или в сотрудничестве с другими решать нестандартные задачи и нетипичные проблемы.

Каждый человек по своей сути является менеджером, даже если он об этом не знает, т. к. каждый из нас управляет своим собственным развитием. И от того, насколько успешно мы это делаем, во многом зависят успехи в учебе и личной жизни, если мы говорим о студенте как субъекте нашего исследования.

Что же такое «самоменеджмент»? На этот счет существует множество точек зрения: самоменеджмент – это организация своей деятельности и своего времени [18]; самоменеджмент, а более правильно самоуправление – это самостоятельность и личное управление собой [15]; самоменедж-

мент – управление на уровне отдельного человека [5]; самоменеджмент представляет собой последовательное и целенаправленное использование испытанных методов работы в повседневной практике для того, чтобы оптимально и со смыслом использовать свое время [8].

По мнению Майдановой Т. В., основная цель самоменеджмента состоит в максимально эффективном использовании собственных возможностей для преодоления внешних обстоятельств, оптимизации своего времени. Процесс управления собственной деятельностью в целом складывается из следующих этапов: постановки целей и задач управления, принятия решений по организации выполнения поставленных задач и достижению поставленных целей, самоконтроля и контроля итогов [10, с. 28].

На наш взгляд, самоменеджмент – это ключевая компетенция личности и состоит из способности управлять своим развитием и саморазвитием, умений ставить цели, управлять временем (тайм-менеджмент), способностей к самопознанию, самообразованию, самоорганизации, самовоспитанию, самоконтролю. Почему эта компетентность является ключевой? Следует это из определения, что «Ключевые компетенции – наиболее общие (универсальные) культурно выработанные способы действия (способности и умения), позволяющие человеку понимать ситуацию, достигать результатов в личной и профессиональной жизни в условиях конкретного общества. Они приобретаются в результате опыта успешного применения полученных в образовательном процессе умений (путем опыта их успешной реализации)» [3, с.28]. Компетенция – это деятельностьная характеристика человека. Овладение такой ключевой компетенцией как самоменеджмент позволит студенту вступать в коммуникацию, быть понятым, непринужденно общаться; владеть информационными технологиями, работать со всеми видами информации; быть способным к саморазвитию, самообразованию, конкурентоспособности; уметь жить и работать с людьми, с близкими, в трудовом коллективе, в команде; уметь работать и зарабатывать, быть способным создать собственный продукт, принимать решения и нести ответственность за них; быть способным жить по традиционным нравственным законам.

Главной сегодняшней задачей, по выражению одного из крупнейших теоретиков и практиков образования взрослых, американского ученого М. Ноулза, стало «производство компетентных людей – таких людей, которые были бы способны применять

свои знания в изменяющихся условиях, и чья основная компетенция заключалась бы в умении включиться в постоянное самообучение на протяжении всей своей жизни».

Первым условием для достижения цели является постановка данной цели или определение желаемого состояния. Это относится не только к результатам в учебной деятельности, но и к личным целям. Четкая постановка цели является для мозга надежным навигатором для достижения успехов в развитии личности студента. Целевая установка позволяет эффективно использовать потенциал студента для формирования профессиональных компетенций и личностных качеств. Цели желательно формулировать, предварительно составив жизненный план и план карьеры и выделив из них (по Энкельманну) цели профессиональные, личные цели, касающиеся частной жизни, цели, связанные с укреплением здоровья, и цели, связанные с удовлетворением культурных запросов.

Интеллектуализация промышленности, экономики и социальной сферы предъявляют особые требования к личностным качествам специалиста и его профессиональной подготовке. Инновационность практической деятельности не только профессиональных коллективов, но и каждого отдельного человека – это отличительная черта современности. Острой проблемой для высшего профессионального образования России является низкий уровень готовности наших выпускников к восприятию нововведений, отсутствие у них активной инновационной позиции.

По сути дела, владение компетенцией самоменеджмента позволяет решить задачу формирования у граждан компетенций инновационной деятельности (такая задача поставлена в Стратегии инновационного развития РФ на период до 2020 года):

- способность и готовность к непрерывному образованию, постоянному совершенствованию, переобучению и самообучению, профессиональной мобильности, стремление к новому;

- способность к критическому мышлению;

- способность и готовность к разумному риску, креативность и предприимчивость, умение работать самостоятельно, готовность к работе в команде и в высококонкурентной среде;

- владение иностранными языками, предполагающее способность к свободному бытовому, деловому и профессиональному общению [14].

В то же время в докладе Международной комиссии по образованию для XXI века «Образование: сокрытое сокровище» в ка-

честве глобальных компетенций Жак Делор четырежды назвал глагол «научиться»: *научиться познавать, научиться жить вместе, научиться делать, научиться быть*. Исходя из этого, владение компетенцией самоменеджмента позволит студенту научиться самопознанию, научиться совместному житию, научиться делать самому, научиться самому быть.

Самоменеджмент можно рассматривать и как социовитальный (необходимый для жизни в обществе) ресурс человека, отражающего возможность его социального и профессионального существования (становления). Этот ресурс можно рассматривать как совокупность психологических качеств и состояний, физического и психического здоровья индивидуума, сложившейся системы его социальных связей и отношений, доступных материальных и духовных благ, обеспечивающих тот или иной уровень качества жизни.

В переводе с латинского «процесс» означает движение вперед, изменение. Развитие – это процесс количественных и качественных изменений в организме. Его результат – физическое, интеллектуальное, социальное и духовное развитие человека. Биологическое в человеке характеризуется физическим развитием, включая морфологические, биохимические, физиологические изменения. А духовное развитие находит выражение в интеллектуальном, социальном росте. По мнению И. П. Подласова «если человек достигает уровня развития, который позволяет считать его носителем сознания и самосознания, способным на самостоятельную преобразующую деятельность, то такого человека называют личностью» [13]. Таким образом, мы пришли к выводу, что студент является личностью, которая является носителем самосознания и способна управлять собственной жизнедеятельностью и которая состоит из следующих блоков:

- способность правильно формировать жизненные цели;

- личная организованность;

- самодисциплина;

- знание техники личной работы;

- самоорганизация личного здоровья;

- эмоционально-волевой потенциал;

- самоконтроль личной жизнедеятельности.

Принятый в марте 2000 года меморандум «учение длиною в жизнь» или меморандум «непрерывного образования» констатирует, что для успешного развития рынка труда необходимо непрерывное пополнение (обновление, актуализация) знаний, навыков, общекультурных и профессиональных компетенций. Это говорит о

том, что процесс образования человека не должен быть ограничен какими-либо интервалами времени. Концепция «учения длиною в жизнь» относится ко всему жизненному циклу человека (с раннего детства до постпенсионного возраста) и предполагает, что у человека есть желание и возможности учиться не только по мере необходимости, например, профессиональной, но и исходя из внутренней потребности в новых знаниях, навыках, умениях, компетенциях.

Вхождение России в Европейскую систему образования (Болонский процесс) потребовало разработки ФГОС ВПО третьего поколения. Кроме того, Европейская система образования требует перехода от формата «teaching» («обучаемый») к формату «learning» («обучающийся»), что изменяет парадигму высшего образования в России. В традиционной системе образования студент накапливал знания «на всю жизнь», а новый формат предполагает приобретение им базовых знаний, необходимых «для жизни», т. е. «обучаемый» становится «обучающимся» (если раньше студента учили, то сейчас он должен учиться сам) [4].

Новый взгляд на образовательный процесс обусловил смещение акцента на личность обучаемого, на процесс и результаты усвоения им общекультурных и профессиональных компетенций. Современная концепция образования ориентирована на актуализацию интеллектуальных ресурсов обучаемого, расширение его активности в познавательной деятельности как субъекта образовательного процесса, как субъекта познания.

Реализация такой концепции невозможна без наличия у человека такой компетенции как самоменеджмент, если его рассматривать как ключевую компетенцию, суть которой сводится к способности к развитию и саморазвитию. По определению «развитие» есть всеобщее свойство материи и сознания. Оно характеризуется одновременным проявлением трех свойств:

- направленностью;
- закономерностью;
- необратимостью [11].

Л. И. Анциферова считает, что общими характеристиками развития выступают:

- 1) прогресс (регресс);
- 2) неравномерность;
- 3) необратимость;
- 4) сохранение предыдущего в новом;
- 5) единство изменения и сохранения [2].

В процессе образования развитие личности осуществляется в следующих трех пересекающихся условных сферах, каждая из которых характеризуется соответствующими объектами развития:

– образовательная – знания, умения, навыки, способы деятельности и опыт использования знаний;

– воспитательная – качества (свойства) личности, совершенствование тех из них, которые обеспечивают успешность в профессии, опыт проявления и закрепления этих качеств;

– психическая – речь, память, мышление и пр., опыт использования и развития психических процессов в деятельности.

Развитие – личностное, социальное, психическое – один из самых важных способов существования человека, оно не ограничено во времени и осуществляется на всех этапах жизненного пути человека и зависит, прежде всего, от условий, в которых существует человек, и его потребности в саморазвитии. При этом мы можем наблюдать любопытную закономерность: чем более зрелой в профессиональном, социальном и психологическом смысле становится личность, тем более возрастает ее способность к дальнейшему развитию, тем с большей уверенностью человек может считать себя творцом собственной судьбы, автором собственного жизненного сценария.

Анализируя понятие «саморазвитие», мы пришли к выводу, что в его основе лежит субъектная позиция личности к собственной жизнедеятельности, и саморазвитие – это интегральная характеристика стремлений и способностей личности к позитивным изменениям его самости (самопознания, самосовершенствования, самоорганизации и т. п.), а с другой стороны – ориентация на самосовершенствование личностных качеств, таких как уверенность в себе, самообладание, доброта, терпимость, добросовестность, активность, разнообразие интересов, ответственность. Основу саморазвития студента составляют его активность и помощь обучающего.

По Ефремовой Т. В., саморазвитие – это умственное или физическое развитие человека путем самостоятельных занятий, упражнениями или развитие собственными силами без содействия каких-либо внешних сил. Таким образом, саморазвитие – это постоянная работа над собой, над выработкой тех личностных качеств, которые, по мнению индивида, ему необходимы. В этом процессе человек концентрируется на своих желаниях и целях и постоянно добывает все новые и новые знания для их достижения [6].

Благодаря *саморазвитию*, личность реализует свои способности, самосовершенствуется, в результате чего становится инициатором саморазвития сообщества, в котором находится, тем самым внося свой вклад в культурно-историческое развитие общества. В решении современных социально-

педагогических задач нашего общества значение саморазвития личности молодого специалиста выступает на первый план. И перед выпускниками вуза стоит задача формирования и постоянного совершенствования своих способностей к учению и самостоятельной работе в условиях динамичного развития культуры. С другой стороны, формирование у студентов творческих умений, коммуникативных способностей, помогающих определяться и действовать в неопределенных, противоречивых условиях, воспитание стремления к саморазвитию – задачи, стоящие перед современным педагогическим образованием.

Для понимания феномена «саморазвитие» личности интересно, по нашему мнению, высказывание Э. Фромма о том, что «человек изначально наделен способностью авантюры человеческого саморазвития, которая зависит не только от психического самоощущения индивида, но и от целого ряда других факторов и ориентиров» [16]. В. А. Жмуров утверждает, что это «характеристика внутренней способности личности к работе над собой, к росту, развитию» [7].

Самостоятельность – компонент саморазвития, выражающийся в умении поставить определенную цель, настойчиво добиваться ее выполнения собственными силами, ответственно относиться к своей деятельности, действовать при этом сознательно и инициативно не только в знакомой обстановке, но и в новых условиях, требующих принятия нестандартных решений. Самостоятельность не дается человеку от рождения.

Рассматривая саморазвитие как сознательную деятельность человека, направленную на возможно более полную реализацию себя как личности и предполагающую наличие ясно осознанных целей, идеалов и личностных установок, это невозможно сделать, если у человека отсутствует способность к критическому мышлению, под которым подразумевается проявление у личности таких качеств, как умение не только воспринимать, но и творчески анализировать любую информацию любого уровня сложности, находить и рассматривать в комплексе взаимосвязи и противоречия в любой проблеме или вопросе, воспринимать и усваивать знание в соответствующем контексте, искать и принимать осмысленные самостоятельные решения, прогнозировать и предварительно оценивать последствия своих собственных действий, способность саморазвиваться, опираясь на осознанное и последовательное раскрытие личностного потенциала и т. д.

Самоменеджмент, по нашему мнению, компетенция человека, которая позволяет ему быть способным:

- принимать решения и отвечать за них;
- к полной самостоятельности и независимости от родителей, родственников и др.;
- на поступок;
- поставить цель и определить пути ее достижения;
- отвечать за себя и за других;
- иметь свои взгляды и убеждения;
- уметь добывать знания без помощи преподавателя;
- к непрерывному образованию, в том числе профессиональному;
- содержать себя и свою семью;
- уметь организовать свой досуг;
- обладать критическим мышлением;
- уметь анализировать свою деятельность и деятельность других;
- уметь планировать свою профессиональную деятельность, профессиональную подготовку;
- к общению, диалогу;
- уметь вписать себя в реальный мир;
- понимать других людей, учитывать в своем поведении интересы других людей;
- свободно ориентироваться в современной социокультурной среде.

Таким образом, формируя компетенцию самоменеджмента, мы формируем и все остальное, связанное с самостью человека. Самость – своеобразный центр целостности человека, объединяющий сознательную и бессознательную сферы его психики. Самость – «образ жизненной цели», независимый, по К. Г. Юнгу, от желаний и страхов сознания. «В этом образе представлена цель полного человека – реализация своей целостности и индивидуальности, по своей воле или против нее» [17]. Реализация самости происходит в процессе индивидуализации (самоосуществления).

По нашему мнению, саморазвитие невозможно без творческого начала. С. Е. Анфисова выделяет следующие характерные черты творческого саморазвития:

1. *Последовательность и непрерывность*: процесс творческого саморазвития можно представить в виде спирали, каждый виток которой, устремляясь вверх, сначала представляет линию трудностей, преодоление которых позволяет закрепить достигнутое и перейти к новому восхождению по витку спирали – новообразованиям в творческом саморазвитии.

2. Высокого уровня творческого саморазвития можно достичь при наличии сформированного *индивидуального стиля деятельности*.

3. Творческое саморазвитие всегда сопровождается *свободным выбором*, который проявляется в выборе форм деятельно-

сти, средств деятельности, средств общения и т. п. [1].

Полноценно саморазвиваться личность может только при условии, если сама же личность стремится к самосовершенствованию. Поэтому представляется необходимым выделение в творческом саморазвитии субъекта его мотивационной сферы. Также важно учитывать и то, что в вузе должны быть созданы такие условия, в которых студенты непрерывно стремились бы к реализации собственных возможностей, развитию своего потенциала. Это значит, что процесс вузовской подготовки должен рассматриваться как значимый этап, стимулирующий к саморазвитию. И конечно, саморазвитие студента невозможно без активной деятельности его самого.

Процесс формирования компетенции самоменеджмента, на наш взгляд, у студентов вузов проходит в несколько этапов:

1. Когнитивный этап, этап познания и самопознания, по мнению И. А. Ларионовой, его значение связано, прежде всего, с увеличением удельного веса самообразования и самовоспитания в системе профессиональной подготовки специалистов; повышением роли субъективации личности обучающегося, т. е. детерминация познавательной деятельности студента обучающей деятельностью преподавателя, и, наоборот, обусловленность деятельности преподавателя действиями, отношением, состоянием студента; аксиологизация личностно-деятельностной парадигмы как равного единства личностно ориентированного и деятельностного подходов в профессиональном образовании [9, с. 20].

2. Этап мотивации, которая может быть как внешней, так и внутренней. Очень часто этот этап совпадает с началом обучения, т. е. на первом курсе. Элемент новизны процесса обучения может послужить катализатором, который приведет студента к осознанию того, что процесс развития его личности зависит, в первую очередь от него самого.

3. Третий этап, этап целеполагания, на котором студент определяет, чем ему следует заниматься, в какой области совершенствоваться и в каком порядке.

4. На этапе планирования студент выбирает направления деятельности, распределяет по времени освоение тех или иных навыков и компетенций, где он их может развить: в процессе освоения основной образовательной программы или во внеучебной деятельности, и на каком курсе.

5. Затем следует этап реализации спланированной деятельности, на котором студент активно принимает участие в научно-исследовательской деятельности, участвует в организации различных мероприятий.

6. На этапе рефлексии студент оценивает проделанную работу, вносит коррективы в планы саморазвития и цикл повторяется.

Саморазвитие личности студента начинается с самопознания, которое является мощным стимулом, хорошей мотивацией и включает в себя: сравнение себя с другими студентами и другими людьми, самонаблюдение, критическую самооценку своей личности и результатов деятельности, самоанализ, следование примеру или идеалу. А условием самопознания, прежде всего, является общение, как активное взаимодействие с окружающими в деятельности. Таким образом, формируя у студента компетенцию самоменеджмента, мы создаем условия для саморазвития личности студента, как будущего профессионала и как гражданина своей страны.

В подготовке специалиста с высшим образованием формирование компетенции самоменеджмента представляется особо значимым. Для сохранения профессионального долголетия, прежде всего, необходимо научиться управлять собой, уметь управлять временем, справляться со стрессовыми ситуациями, находить в негативных событиях позитивную составляющую, развивать позитивное мышление и стремиться к самосовершенствованию.

Годы пребывания в вузе являются годами становления личности специалиста, его саморазвития, раскрывается интеллектуальный потенциал студента, усваивается социальный опыт, завершается физическое развитие.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Анфисова С. Е. К вопросу об использовании личностно-ориентированной технологии в процессе развития коммуникативных способностей будущих педагогов // Социально-культурные и психолого-педагогические проблемы и перспективы развития современного профессионального образования в России : сборн. стат. междунар. науч.-практ. конф. СПб, Тула, Тольятти, Пенза, 2004. С. 80–82.
2. Анциферова Л. И. Развитие личности и проблемы геронтопсихологии. М. : Институт психологии РАН, 2006.
3. Дегтерев В. А., Трибунская В. А. К вопросу о новой парадигме образования // Социально-педагогическая деятельность в социуме: теория, практика, перспективы : материалы VI Международных социально-педагогических чтений им. Б. И. Лившица, Екатеринбург, 14 ноября 2014 г. / Урал. гос. пед. ун-т.: в 2 ч. Екатеринбург, 2014. Ч. 1 С. 23–34.

4. Девисилов В. А. Стандарты высшего профессионального образования компетентностного формата – вопросы структуры и содержания // Высшее образование сегодня. 2008. № 9.
5. Друкер П. Ф. Энциклопедия менеджмента М. : Вильямс, 2004.
6. Ефремова Т. Ф. Новый словарь русского языка. Толково-словообразовательный. М. : Русский язык, 2000.
7. Жмуров В. А. Большая энциклопедия по психиатрии. М., 2012.
8. Зайверт Л. Й. Ваше время – в ваших руках. Советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время : пер. с нем. М. : Интерэксперт : ИНФРА-М, 1995.
9. Ларионова И. А. Самореализация как системообразующий фактор интегративной профессиональной подготовки специалистов // Педагогическое образование в России. 2011. № 4. С. 18–27.
10. Майданова Т. В. Самоменеджмент как условие самореализации студентов // Педагогическое образование в России. 2013. № 2. С. 27–30.
11. Новая философская энциклопедия: В 4 т. / сост. В. А. Степин. М. : Мысль, 2010.
12. Огарков А. А. Основные составляющие самоменеджмента. Элитариум 2.0. URL: <http://www.elitarium.ru/2008/02/15/samomenedzhment.html>.
13. Подласый И. П. Педагогика: 100 вопросов – 100 ответов: учеб. пособие для вузов. М. : Владос-пресс, 2004.
14. Стратегия инновационного развития Российской Федерации на период до 2020 года, раздел «Формирование компетенций инновационной деятельности» одво №10, 2012.
15. Токарев В. Ф. Управление изменениями и психологическая инерция // Управление человеческим потенциалом. 2014. № 3 (39). С. 170–183.
16. Фромм Э. Иметь или быть. М. : Прогресс, 1990.
17. Юнг К. Г. Ответы Иову. М. : Канон, 1995. С. 221–222.
18. Янге Е. Самоменеджмент. Как организовать свое время? // Школа жизни URL: <http://shkolazhizni.ru/archive/o/n-34760>.

## L I T E R A T U R E

1. Anfisova S. E. K voprosu ob ispol'zovanii lichnostno-orientirovannoy tekhnologii v protsesse razvitiya kommunikativnykh sposobnostey budushchikh pedagogov // Sotsial'no-kul'turnye i psikhologo-pedagogicheskie problemy i perspektivy razvitiya sovremennogo professional'nogo obrazovaniya v Rossii : sborn. stat. mezhdunar. nauch.-prakt. konfer. SPb, Tula, Tol'yatti, Penza, 2004. S. 80–82.
2. Antsiferova L. I. Razvitiye lichnosti i problemy gerontopsikhologii. M. : Institut psikhologii RAN, 2006.
3. Degterev V. A., Tribunskaya V. A. K voprosu o novoy paradigme obrazovaniya // Sotsial'no-pedagogicheskaya deyatel'nost' v sotsiume: teoriya, praktika, perspektivy : materialy VI Mezhdunarodnykh sotsial'no-pedagogicheskikh chteniy im. B. I. Livshitsa, Ekaterinburg, 14 noyabrya 2014 g. / Ural. gos. ped. un-t.: v 2 ch. Ekaterinburg, 2014. Ch. 1 S. 23–34.
4. Devisilov V. A. Standarty vysshego professional'nogo obrazovaniya kompetentnostnogo formata – voprosy struktury i soderzhaniya // Vyshee obrazovanie segodnya. 2008. № 9.
5. Druker P. F. Entsiklopediya menedzhmenta M. : Vil'yams, 2004.
6. Efremova T. F. Novyy slovar' russkogo yazyka. Tolkovo-slovoobrazovatel'nyy. M. : Russkiy yazyk, 2000.
7. Zhmurov V. A. Bol'shaya entsiklopediya po psikiatrii. M., 2012.
8. Zayvert L. Y. Vashe vremya – v vashikh rukakh. Sovety delovym lyudyam, kak effektivno ispol'zo-vat' rabochee vremya : per. s nem. M. : Intereksper : INFRA-M, 1995.
9. Larionova I. A. Samorealizatsiya kak sistemoobrazuyushchiy faktor integrativnoy professio-nal'noy podgotovki spetsialistov // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2011. № 4. S. 18–27.
10. Maydanova T. V. Samomenedzhment kak uslovie samorealizatsii studentov // Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii. 2013. № 2. S. 27–30.
11. Novaya filosofskaya entsiklopediya: V 4 t. / sost. V. A. Stepin. M. : Mysl', 2010.
12. Ogarkov A. A. Osnovnye sostavlyayushchie samomenedzhmenta. Elitarium 2.0. URL: <http://www.elitarium.ru/2008/02/15/samomenedzhment.html>.
13. Podlasyy I. P. Pedagogika: 100 voprosov – 100 otvetov: ucheb. posobie dlya vuzov. M. : Vlados-press, 2004.
14. Strategiya innovatsionnogo razvitiya Rossiyskoy Federatsii na period do 2020 goda, razdel «Formirovanie kompetentsiy innovatsionnoy deyatel'nosti» odvo №10, 2012.
15. Tokarev V. F. Upravlenie izmeneniyami i psikhologicheskaya inertsiya // Upravlenie chelovecheskim potentsialom. 2014. № 3 (39). S. 170–183.
16. Fromm E. Imet' ili byt'. M. : Progress, 1990.
17. Yung K. G. Otvety Iovu. M. : Kanon, 1995. S. 221–222.
18. Yange E. Samomenedzhment. Kak organizovat' svoe vremya? // Shkola zhizni URL: <http://shkolazhizni.ru/archive/o/n-34760>.

Статью рекомендует д-р филос. наук, профессор В. В. Байлук.