

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 159.922–057

DOI: 10.17853/1994-5639-2019-1-82-96

РОЛЬ САМООТНОШЕНИЯ В ЛИЧНОСТНО- ПРОФЕССИОНАЛЬНОМ САМОРАЗВИТИИ СТУДЕНТОВ ВЫСШЕЙ ШКОЛЫ

Ж. Г. Гаранина¹, С. И. Баляев², М. С. Ионова³

Мордовский государственный университет им. Н. П. Огарева, Саранск, Россия.

E-mail: ¹garanina23@mail.ru, ²balyaevsi@mail.ru, ³ionovams@mail.ru

Аннотация. Введение. Нестабильность современного мира с его стремительно преобразующимися социальными и экономическими реалиями требует готовности человека к самоизменению. По этой причине высшее образование помимо профессионального обучения должно включать программы, формирующие у будущих специалистов умения и навыки профессионального саморазвития, успешность которого зависит от многих обстоятельств, в том числе от отношения индивида к самому себе.

Цель представленного в статье исследования – обозначить роль самоотношения в личностном и профессиональном саморазвитии студентов в период их обучения в вузе.

Методы и методики. Работа выполнялась при помощи эмпирических методов. Использовался комплекс психодиагностических методик: тест-опросник самоотношения В. В. Столина и С. Р. Панталеева; тесты: смысловых ориентаций Д. А. Леонтьева, «Шкала общей самооценки» М. Ерусалема, В. Ромека и Р. Шварцера, «Оценка самоконтроля в общении» М. Снайдера; опросники: личностной ориентации А. Шострома, «Способность к саморазвитию» И. В. Зверевой, «Готовность к самопознанию и саморазвитию» Т. А. Ратановой и Н. Ф. Шляхта, определения уровня развития рефлексивности А. В. Карпова, «Стиль саморегуляции поведения студентов» В. И. Моросановой. Для обработки ответов респондентов (n = 110) применялись методы математической статистики – корреляционный и кластерный виды анализа.

Результаты и научная новизна. Рассмотрены различные теоретические подходы к проблеме самоотношения, освещенные в научной литературе. Особо выделены аффективные и когнитивные составляющие данного феномена. Исследование выборки студентов-психологов, обучающихся на 2–4-м курсах Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева, обнаружило значимые

корреляционные взаимосвязи между характеристиками самоотношения и мотивационной готовностью к самопознанию и саморазвитию. Этот факт, очевидно, объясняется тем, что отношение студентов к себе во многом определяется уровнем сформированности их рефлексивных и регулятивных качеств, осознанием цели и смысла жизни, уверенностью в своей профессиональной успешности, которые служат стимулом к самоизменению и самосовершенствованию. Проведенный кластерный анализ позволил распределить участников опросов на группы в зависимости от их уровня самоотношения и профессионального саморазвития (очень высокого, высокого среднего и стагнирующего). Описана специфика каждой группы. Сделан вывод о том, что позитивное самоотношение является одним из решающих факторов профессионального роста индивида, поскольку осознание собственной ценности побуждает человека рефлексировать по поводу карьерных перспектив и стремиться к осуществлению своих планов, создает предпосылки для творческой самореализации.

Практическая значимость. Полученные результаты могут быть использованы преподавателями высших учебных заведений для организации психолого-педагогического сопровождения процессов личностного и профессионального развития студентов.

Ключевые слова: самоотношение, профессиональное саморазвитие, рефлексия, саморегуляция, самопознание, самоактуализация.

Для цитирования: Гаранина Ж. Г., Баляев С. И., Ионова М. С. Роль самоотношения в личностно-профессиональном саморазвитии студентов высшей школы // Образование и наука. 2019. Т. 21, № 1. С. 82–96. DOI: 10.17853/1994-5639-2019-1-82-96

THE ROLE OF SELF-ATTITUDE IN THE PERSONAL AND PROFESSIONAL DEVELOPMENT OF HIGH SCHOOL STUDENTS

Zh. G. Garanina¹, S. I. Balyaev², M. S. Ionova³

N. P. Ogarev Mordovia State University, Saransk, Russia.

E-mail: ¹garanina23@mail.ru, ²balyaevsi@mail.ru, ³ionovams@mail.ru

Abstract. *Introduction.* The instability of the modern world with its rapidly changing social and economic realities requires the readiness of a person for self-change. For this reason, along with vocational education, higher education has to include the programmes to form future experts' skills of professional self-development, which success depends on many circumstances, including self-attitude.

The *aim* of the research presented in the publication was to define the role of self-attitude in personal and professional self-development of students in the course of their professional training in higher education institution.

Methodology and research methods. Empirical methods were employed in the course of the research. The complex of psycho-diagnostic techniques was used: test-questionnaire of self-attitude by V. V. Stolin and S. R. Pantileev; tests: Life-Purpose Orientations Test by D. A. Leontiev, The General Self-Efficacy Scale by M. Jerusalem, R. Schwarzer and V. Romek, Assessment of Self-Control in Communication by M. Snyder; questionnaires: Personal Orientation Inventory by E. L. Shostrom, Ability to Self-Development by V. I. Zvereva, Willingness to Self-Knowledge and Self-Development by T. A. Ratanova and N. F. Shlyahta, Determination of level of reflexivity development by A. V. Karpov, Style of Self-Regulation Behaviour of Students by V. I. Morosanova. The obtained respondents' responses (n = 110) were processed using methods of mathematical statistics, such as correlation and cluster analysis.

Results and scientific novelty. Different theoretical approaches to the problem of self-attitude highlighted in the scientific literature are considered. The affective and cognitive components of self-attitude are emphasised. Significant correlation relationships between the characteristics of self-attitude and level of motivational readiness for self-knowledge and self-development of 2nd-4th-year students-psychologists of N. P. Ogarev Mordovia State University have been revealed. It appears to be rather attributed by the fact that the attitude of students towards themselves in many respects is defined by the level of formation of their reflexive and regulatory qualities, understanding of the purpose and meaning of life, confidence in the professional success, which provide an incentive for self-change and self-improvement. The conducted cluster analysis allowed the authors to group the students around different levels of professional self-attitude and self-development (very high, high average and stagnant). The results of the research show that positive self-attitude is one of the important factors in self-development. The process of awareness of self-worth encourages the person to periodically reflect on career prospects and implementation of plans, providing the grounds for creative self-realisation.

Practical significance. The results obtained can be used by teachers and psychologists of higher educational institutions to organise psycho-pedagogical support for personal and professional self-development of students.

Keywords: self-attitude, professional self-development, reflection, self-regulation, self-knowledge, self-actualisation.

For citation: Garanina Zh. G., Balyaev S. I., Ionova M. S. The role of self-attitude in the personal and professional development of high school students. *The Education and Science Journal*. 2019; 1 (21): 82–96. DOI: 10.17853/1994-5639-2019-1-82-96

Введение

Одной из актуальных задач системы высшего образования в настоящее время является формирование у обучающихся общекультурных компетенций, включающих способность к самоорганизации и саморазвитию, к творческому преобразованию себя, условий своей жизни и профессиональной деятельности. В связи с этим среди функциональных аспектов высшей школы следует выделить подготовку выпускников к самоизменению и самосовершенствованию, что крайне важно в современных быстро меняющихся реалиях.

На процесс личностно-профессионального саморазвития студентов влияет множество внешних и внутренних факторов, изучение которых позволит определить пути его стимулирования. К внутренним факторам можно отнести рефлексивные качества, обуславливающие формирование самосознания, адекватного самоотношения и самооценки.

Цель данной статьи – выяснить, какую роль играет самоотношение в личностном и профессиональном саморазвитии студентов вуза.

В соответствии с целью был поставлен ряд исследовательских задач:

- проанализировать теоретические подходы к проблеме самоотношения в отечественной и зарубежной литературе;
- выявить эмпирическими методами особенности самоотношения и саморазвития студентов (на материале изучения самоотношения обучающихся по направлению «Психология»);
- обобщить полученные результаты, которые могут быть положены в основу разработки мер, способствующих личностному и профессиональному росту студентов вузов.

Обзор литературы

В отечественной психологии проблема самоотношения исследовалась А. М. Колюшко [1], И. С. Коном¹, А. Н. Леонтьевым², С. Р. Пантилеевым³, Н. И. Сарджвеладзе [2], В. В. Столиным⁴ и др. Названная категория изучалась психологами с различных позиций: как общая самооценка, аффективное, ценностное отношение к себе и как самоуважение.

¹ Кон И. С. В поисках себя. Личность и ее самосознание. Москва: Политиздат, 1984. 225 с.

² Леонтьев А. Н. Деятельность, сознание, личность. Москва: Смысл, 2005. 304 с.

³ Пантилеев С. Р. Самоотношение // Психология самосознания: хрестоматия. Самара: БАХРАХ-М, 2003. С. 208–243.

⁴ Столин В. В. Самосознание личности. Москва: МГУ, 1983. 284 с.

А. М. Кольшко рассматривает самоотношение как сложное сочетание когнитивных и аффективных взаимосвязанных и согласованных компонентов отношения индивида к самому себе [1]. По мнению ученого, данное качество обуславливает социальную активность личности и выступает мотивом саморегуляции поведения. Самоотношение во многом определяет процесс личностного саморазвития, побуждая человека к осознанию собственной ценности и создавая в его сознании и реальности перспективы дальнейшего самосовершенствования.

Н. Н. Крылова отмечает, что в структуре самосознания личности самоотношение и самопознание влияют друг на друга, при этом самооценка выступает интегратором всех структурных компонентов самосознания [3].

А. Р. Монсонова и Л. Г. Комиссарова трактуют данное понятие как устойчивое личностное свойство, выражающееся в единстве представлений и переживаний человека относительно собственной ценности и определяющее его смысложизненные ориентации [4].

В. Г. Маралов считает, что самоотношение и самопринятие проявляются в признании права на существование всех ипостасей собственной личности и служат механизмами саморазвития [5].

Того же мнения придерживается Э. В. Сайко, позиционирующий отношение к себе как механизм самоопределения и саморазвития человека во всей совокупности его составляющих [6].

С точки зрения ряда психологов, человек с высоким уровнем самоотношения обладает уверенностью в себе и полагает, что способен измениться к лучшему [7–9]. На основе самооценки личностных и профессиональных особенностей формируется устойчивое самоотношение, которое обеспечивает потенциальные возможности для саморазвития. Например, в работе К. Kato, R. Zweig и др. показано, что позитивное отношение индивида к себе связано с его положительными эмоциональными характеристиками, такими как эмоциональная стабильность, добросовестность, оптимизм во взглядах на жизнь и применительно к жизненным ценностям [7].

Множество психологических изысканий посвящено изучению самоотношения студентов.

Так, в работе А. М. Кузнецовой демонстрируется взаимосвязь данного качества и саморазвития обучающихся в вузе [8].

Л. Б. Козьмина доказывает, что высокий уровень самооценки, самоотношения, рефлексивности влияет на стремление будущих специалистов к самосовершенствованию и повышение их психологического благополучия [9].

То, что данное свойство является одним из наиболее значимых, ключевых компонентов рефлексивного самосознания обучающихся, спо-

собствующих проявлению их активности и самостоятельности в учебной деятельности, отмечает и Н. П. Эпова [10].

Т. А. Мироновой и Э. В. Дондуповой было установлено: отношение к себе студентов – будущих психологов, у которых выявлена склонность к перфекционизму, меняется в процессе профессионального обучения и проявляется в стремлении к самопознанию, высоком уровне самоуважения, независимости и уверенности в себе [11].

О. М. Miller и Е. V. Cherepanova описывают, как самопознание и самоотношение студентов побуждают их к саморазвитию и могут изменяться в процессе тренингов личностного роста [12].

В публикации П. Е. Герасимова самоотношение представлено как результат деятельности самосознания, создающий предпосылки для формирования саморегуляции, самоактуализации и саморазвития обучающихся [13].

К. Sh. Yip, анализируя процесс подготовки работников социальной сферы, выяснила, что рефлексия и самоанализ при соответствующих условиях выполняют конструктивную роль и приводят к самосовершенствованию [14].

М. Tomassini и S. Zanazzi выявили корреляции между активным саморазвитием служащих в ходе практической учебной деятельности, успешной самоидентификацией и развитой рефлексивностью [15].

А. Ф. Попова и А. А. Попова на основе полученных ими данных делают вывод о том, что самопознание и саморефлексия способствуют профессиональному росту в спортивной деятельности [16].

По свидетельству Л. З. Жемуховой, самоотношение учителей формируется в процессе актуализации их потребностей в самореализации, самоутверждении и саморазвитии в педагогической деятельности [17].

Как показывают наши предшествующие исследования, типы самоотношения определяют различные варианты развития личности, которые, в свою очередь, можно соотнести с различными уровнями саморазвития [18]. Люди с низким уровнем данного качества не испытывают потребности в самопознании, имеют недифференцированное самоотношение, не способны к рефлексии, что выражается в несформированном стремлении к самоизменению и самосовершенствованию. По мере развития самосознания, выработки способности к самонаблюдению и самоанализу формируется мотивация к самоизменению, что создает благоприятные предпосылки для саморазвития.

Активное саморазвитие начинает осуществляться на основе сформированной рефлексивной сферы, побуждающей к систематическому самопознанию и самоанализу, что стимулирует формирование позитивного

самоотношения личности. На таком уровне самосознания создается основа для самоизменения в жизни и профессиональной деятельности [19].

Материалы и методы

Для выяснения того, какое место занимает самоотношение в процессе профессионального саморазвития, мы предприняли очередное экспериментальное исследование. Его участниками стали студенты 2–4-го курсов Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева направления подготовки «Психология». Общий объем выборки – 110 человек.

В ходе работы были использованы следующие методики:

- тест-опросник самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантिलеев);
- тест «Исследование самооценки» (С. А. Будасси);
- тест смысложизненных ориентаций (Д. А. Леонтьев);
- опросник личностной ориентации (А. Шостром);
- опросник «Способность к саморазвитию» (И. В. Зверева);
- опросник «Готовность к самопознанию и саморазвитию» (Т. А. Ратанова, Н. Ф. Шляхта);
- опросник «Стиль саморегуляции поведения студентов» (В. И. Моросанова);
- опросник определения уровня развития рефлексивности (А. В. Карпов);
- тест «Шкала общей самооффективности» (М. Ерусалем, В. Ромек, Р. Шварцер);
- тест «Оценка самоконтроля в общении» (М. Снайдер).

Для обработки ответов респондентов применялись корреляционный и кластерный виды анализа.

Результаты исследования и их интерпретация

На основе данных, полученных с помощью опросника В. В. Столина и С. Р. Пантилеева, было установлено, что в целом по выборке уровень самоотношения студентов выше среднего (77,8 балла). Согласно тесту С. А. Будасси средний уровень самооценки испытуемых адекватный (0,42 балла); в соответствии с результатами теста А. В. Карпова рефлексивность ниже средней нормы (4,7 балла); а уровень смысложизненных ориентаций, определенный посредством теста Д. А. Леонтьева, составляет 103 балла (выше среднего для девушек, средний для юношей).

Диагностика по методике Т. А. Ратановой, Н. Ф. Шляхта обнаружила, что у большинства студентов (64%) преобладает неупорядоченный уровень саморазвития (35,0 балла), однако при этом их отличает высокая степень готовности к самопознанию и саморазвитию.

Корреляционный анализ выявил наличие статистически значимых взаимосвязей между показателями самоотношения, рефлексии, смысло-

жизненных ориентаций, саморегуляции, самооценки и уровнем саморазвития, готовностью к самопознанию и саморазвитию.

Самоотношение статистически значимо связано с готовностью к саморазвитию ($r = 0,423$), уровнем саморазвития ($r = 0,468$), саморегуляцией ($r = 0,547$), осмысленностью жизни ($r = 0,402$), самоэффективностью ($r = 0,311$) и рефлексией ($r = 0,39$).

Названные взаимосвязи, очевидно, объясняются тем, что отношение студентов к себе во многом определяется уровнем сформированности их рефлексивных и регулятивных качеств, осознанием цели и смысла жизни, уверенностью в своей профессиональной успешности, которые служат стимулом к самоизменению и самосовершенствованию.

Зафиксированные показатели согласуются с результатами, полученными П. Н. Гапонюком, который, изучая профессиональное самоотношение у студентов – будущих педагогов, пришел к заключению, что оно актуализирует представления о смысле жизни и стремление к достижению вершины личностного и профессионального развития [20].

Кластерный анализ позволил нам выделить четыре группы испытуемых студентов, обладающих различными уровнями сформированности личностных и профессиональных качеств. В таблице размещена количественная информация о ранжировании респондентов в соответствии с показателями саморазвития, осмысленности жизни, саморегуляции и др.

Распределение студентов с различными уровнями самоотношения
и саморазвития по группам, баллы

Distribution of students groups with different levels of self-attitude
and self-development

Показатель	Группа				Стандартное отклонение
	1-я	2-я	3-я	4-я	
Уровень саморазвития	42,00	35,00	32,00	28,00	3,51
Самоотношение	85,00	77,00	63,00	52,00	14,66
Осмысленность жизни	110,00	100,00	90,00	87,00	10,43
Готовность к самопознанию	6,00	4,00	5,00	3,00	0,96
Готовность к саморазвитию	7,00	5,00	4,00	4,00	1,50
Самоактуализация	35,00	34,00	32,00	30,00	0,57
Рефлексия	6,00	5,00	4,00	3,00	1,29
Саморегуляция	34,00	27,00	20,00	18,00	3,23
Самоэффективность	27,00	25,00	19,00	17,00	4,03

Первую группу (всего 6% испытуемых) составили студенты с очень высоким уровнем саморазвития, самоактуализации, самоотношения, осмысленности жизни, высокими показателями готовности к самопознанию и саморазвитию. Для таких лиц характерны осмысленная жизненная позиция по отношению к самоизменению, детерминированная сформированной структурой профессиональных и личностных ценностей, и устойчивые внутренние потребности в самоизменении. Высокий уровень рефлексии позволяет им осуществлять самонаблюдение и рефлексивный самоанализ своих действий, сопровождающийся самооценкой и коррекцией результатов. Осознанная саморегуляция поведения обеспечивает работу над собой и самоизменение. Такая степень саморазвития характеризуется направленностью на систематическое самопознание и самоанализ, что составляет основу для творческой самореализации и самосовершенствования.

Во вторую группу (26% опрошенных) вошли респонденты с высоким уровнем саморазвития, который можно назвать активным. Их показатели осмысленности жизни выше среднего; уровни самоактуализации и самоотношения, а также готовности к самопознанию и саморазвитию у данной категории студентов средние. Им свойственно сформированное стремление к саморазвитию, которое происходит достаточно регулярно. Вместе с тем у обучающихся не в полной мере выражена потребность в самоактуализации и самоизменении; самоотношение характеризуется более низкими значениями, чем у представителей первой группы.

Наибольшую по численности третью группу (61% участников исследования) образовали студенты со средним уровнем самоотношения, осмысленности жизни и наличия регулятивных качеств. У этих испытуемых имеется мотивация к самопознанию и самосовершенствованию, однако осознание необходимости самоизменения в личностной и профессиональной сферах сопровождается формированием лишь первичных установок, определяющих смысл и ценность данного процесса. Саморазвитие происходит хаотично, несистематически, хотя динамика самоизменения в целом положительная. На действенно-практическом плане выражено стремление к самообразованию, но процессы саморегуляции и самоконтроля происходят недостаточно осознанно. Отсутствие окончательно оформившейся системы саморазвития проявляется в неупорядоченной самоорганизации деятельности и поведения.

В четвертую группу (9% респондентов) были включены студенты, уровень саморазвития которых можно обозначить как стагнирующий, поскольку они продемонстрировали низкие показатели стремления к само-

изменению, осмысленности жизни, рефлексивности, саморегуляции, самоотношения и самоактуализации. В их ценностно-смысловом пространстве не сформированы устойчивые представления о саморазвитии и личностном росте как жизненной и профессиональной потребности. У этой категории учащихся практически не развита рефлексия, они не стремятся наблюдать и анализировать свое поведение, их самовосприятие отличается неустойчивостью и недифференцированностью, чем, скорее всего, и обусловлен низкий уровень развития самосознания и самоотношения. Такие субъекты не склонны к самообразованию и самоорганизации, что приводит к нереализованности их собственного потенциала в частной и профессиональной жизни. Стагнирующий уровень саморазвития может быть связан с протеканием экзистенциальных кризисов, сопровождающихся отсутствием стремления менять себя и свою жизнь к лучшему.

Анализ и обобщение данных, полученных в ходе проведенного исследования, позволяют утверждать, что показатели самоотношения, саморазвития, осмысленности жизни, саморегуляции тесно связаны между собой. Осознание ценности и смысла своей жизни, высокий уровень самоотношения и саморегуляции определяют готовность студентов к личностному и профессиональному саморазвитию.

Заключение

Результаты проведенного исследования подтверждают, что самоотношение – один из важных факторов, существенно влияющих на стремление к самосовершенствованию. Характер данного качества во многом определяет вектор и интенсивность процесса саморазвития, поскольку осознание собственной ценности побуждает человека рефлексировать по поводу перспектив профессионального и личностного роста и стремиться к реализации своих планов. Положительное устойчивое самоотношение повышает уровень осмысленности жизни, создает предпосылки для творческой самореализации и самосовершенствования, закладывает основу для постановки и достижения профессиональных и жизненных целей, что в целом способствует позитивным самоизменениям и саморазвитию будущих специалистов.

Таким образом, для стимулирования у обучающихся стремления к личностному и профессиональному росту следует в процессе профессионального обучения формировать у них устойчивое позитивное самоотношение.

Продолжение исследования может быть направлено на разработку практических мер и методов решения обсуждаемой проблемы. С целью

формирования у студентов вузов рассмотренного в статье качества можно использовать методы когнитивного переструктурирования, основная цель которых – выявление негативных установок в отношении собственной личности и изменение их на конструктивные, поднимающие самооценку. Кроме того, улучшить самоотношение студентов-психологов возможно путем применения различных видов социально-психологического тренинга по выработыванию способности к рефлексии, самоанализу, саморегуляции, готовности к осознанному и систематическому самовоспитанию и саморазвитию.

Список использованных источников

1. Кольшко А. М. Психология самоотношения. Гродно: ГрГУ, 2004. 102 с.
2. Сарджвеладзе Н. И. Время самоотношения и совладание с травматическим опытом // Личность в экстремальных условиях: материалы Международной научно-практической конференции. Петропавловск-Камчатский: Камчатский государственный университет им. В. Беринга, 2005. С. 6–8.
3. Крылова Н. Н. Самосознание: строение и взаимодействие структурных компонентов // Вестник Пензенского государственного университета. 2015. № 1 (9). С. 36–40.
4. Монсонова А. Р., Комиссарова Л. Г. Самоотношение как фактор развития смысложизненных ориентаций студентов колледжа // Социальные и гуманитарные науки на Дальнем Востоке. 2012. № 2 (34). С. 166–171.
5. Маралов В. Г. Основы самопознания и саморазвития. Москва: Academia, 2002. 250 с.
6. Сайко Э. В. Самоотношение как сущее человека и условие его развития и саморазвития // Мир психологии. 2016. № 3 (87). С. 3–10.
7. Kato K., Zweig R., Schechter Clyde B., Barzilai N., Atzmon G. Positive Attitude Towards Life, Emotional Expression, self-rated health, and depressive symptoms among centenarians and near-centenarians // Aging & Mental Health. 2016. № 20 (9). P. 930–939. DOI: 10.1080/13607863.2015.1056770. (Accessed 26 August 2018).
8. Кузнецова А. М. Взаимосвязь самоотношения и саморазвития личности студентов // Наука. Технологии. Инновации: сборник. 2015. С. 57–59.
9. Козьмина Л. Б. Самоотношение и самооценка как предикторы психологического благополучия личности студентов-психологов // Историческая и социально-образовательная мысль. 2013. № 1 (17). С. 193–197.
10. Эпова Н. П. Самоотношение как важный компонент рефлексивного самосознания учащихся в условиях специально организованной среды // Вестник Читинского государственного университета. 2007. № 4. С. 134–141.
11. Миронова Т. Л., Дондупова Э. В. Особенности самоотношения студентов, склонных к перфекционизму // Вестник Бурятского госуниверситета. 2010. № 5. С. 55–100.
12. Miller O. M., Cherepanova E. V. Self-Knowledge and Self-Attitude of Educational Students Groups in the Trainings of Personal Growth // Humanities

& Social Sciences. 2013. № 10. P. 1471–1478. Available from: <http://elib.sfu-kras.ru/handle/2311/10034>. (Accessed 26 August 2018).

13. Герасимов П. Е. Психолого-педагогические аспекты формирования у студентов позитивного самоотношения // Вестник Костромского государственного университета им. Н. А. Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. 2010. Т. 16. № 4. С. 50–53.

14. Yip K. Sh. Self-reflection in reflective practice: a note of caution // British Journal of Social Work. 2006. Т. 36. № 5. С. 777–778. Available from: <https://doi.org/10.1093/bjsw/bch323> (Accessed 26 August 2018).

15. Tomassini M., Zanazzi S. Reflexivity and self-development of competencies as key drivers in individuals' learning and career paths: cases from Italy // Research in Comparative and International Education. 2014. Т. 9. № 3. С. 301–312. DOI: 10.2304/rcie.2014.9.3.301. (Accessed 26 August 2018).

16. Popova A. F., Popova A. A. Psychophysiology of self-knowledge and personality development in physical culture university // Theory and Practice of Physical Culture. 2016. № 5. С. 12–14.

17. Жемухова Л. З. Самоотношение как фактор успешности современного учителя // Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология. 2009. № 2. С. 82–86.

18. Гаранина Ж. Г., Мальцева О. Е. Саморегуляция как фактор личностно-профессионального саморазвития будущих специалистов // Интеграция образования. 2016. Т. 20. № 3 (84). С. 374–381. DOI: 10.15507/1991-9468.084.020.201603.374–381.

19. Гаранина Ж. Г. Мотивационно-смысловые компоненты в структуре личностно-профессионального саморазвития будущих специалистов // Гуманитарий: актуальные проблемы науки и образования. 2014. № 3 (27). С. 28–34.

20. Гапонюк П. Н. Профессиональное самоотношение как модель социального развития личности // Известия Самарского научного центра Российской академии наук. Социальные, гуманитарные, медико-биологические науки. 2011. Т. 13. № 2–4. С. 775–780.

References

1. Kolyshko A. M. *Psikhologiya samootnosheniya = Psychology of self-relationship*. Grodno: Yanka Kupala State University of Grodno; 2004. 102 p. (In Russ.)

2. Sarjveladze N. I. Time of self-relation and coping with traumatic experience. In: *Lichnost' v ekstremal'nykh usloviyakh: materialy Mezhdunarodnoy nauchno-prakticheskoy konferentsi = Personality under Extreme Conditions. Materials of the International Scientific and Practical Conference*; Petropavlovsk-Kamchatsky; 2005. Petropavlovsk-Kamchatsky: Kamchatka State University; 2005. p. 6–8. (In Russ.)

3. Krylova N. N. Self-consciousness: The structure and interaction of structural components. *Vestnik Penzenskogo gosudarstvennogo universiteta = Bulletin of Penza State University*. 2015; 1 (9): 36–40. (In Russ.)

4. Monsonova A. R., Komissarova L. G. Self-attitude as a factor of the development of life concept orientations of college students. *Sotsial'nyye i gumanitar*

tarnyye nauki na Dal'nem Vostoke = The Humanities And Social Studies in the Far East. 2012; 2 (34):166–171. (In Russ.)

5. Maralov V. G. *Osnovy samopoznaniya i samorazvitiya = Basics of self-knowledge and self-development*. Moscow: Publishing House Academia; 2002. 250 p. (In Russ.)

6. Sayko E. V. Self-relation as a human being and the condition of its development and self-development. *Mir psikhologii = World of Psychology*. 2016; 3 (87): 3–10. (In Russ.)

7. Kato K., Zweig R., Schechter Clyde B., Barzilai N., Atzmon G. Positive attitude towards life, emotional expression, self-rated health, and depressive symptoms among centenarians and near-centenarians. *Aging & Mental Health* [Internet]. 2016 [cited 2018 Aug 26]: 20 (9): 930–939. Available from: DOI: 10.1080 / 13607863.2015.1056770

8. Kuznetsova A. M. The interconnection of self-relationship and self-development of the personality of students. *Nauka, Tekhnologii. Innovatsii = Science, Technology. Innovation*. 2015. p. 57–59. (In Russ.)

9. Kozmina L. B. Self-Attitude and self-evaluation as predictors of the psychological wellbeing of the personality of students-psychologists. *Istoricheskaya i sotsial'no-obrazovatel'naya mysl' = Historical and Socio-Educational Thought*. 2013; 1 (17): 193–197. (In Russ.)

10. Epova N. P. Self-relationship as an important component of students' reflexive self-awareness in conditions of a specially organised environment. *Vestnik Chitinskogo gosudarstvennogo universiteta = Bulletin of the Chita State University*. 2007; 4: 134–141. (In Russ.)

11. Mironova T. L., Dondupova E. V. Features of self-relationship of students prone to perfectionism. *Vestnik Buryatskogo gosuniversiteta = Bulletin of the Buryat State University*. 2010; 5: 55–100. (In Russ.)

12. Miller O. M., Cherepanova E. V. Self-knowledge and self-attitude of educational students in the trainings of personal growth. *Humanities & Social Sciences* [Internet]. 2013 [cited 2018 Aug 26]: 6 (10): 1471–1478. Available from: <http://elib.sfu-kras.ru/handle/2311/10034>

13. Gerasimov P. E. Psychological and pedagogical aspects of formation of students' positive self-attitude. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta im. N. A. Nekrasova. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsial'naya rabota. Yuvenologiya. Sotsiokinetika = Bulletin of the Kostroma State University named after N. A. Nekrasov. Series: Pedagogy. Psychology. Social Work. Juvenology. Socio-Kinetics*. 2010; 16 (4): 50–53. (In Russ.)

14. Yip K. Sh. Self-reflection in reflective practice: A note of caution. *British Journal of Social Work* [Internet]. 2006 [cited 2018 Aug 26]: 36 (5): 777–778. Available from: <https://doi.org/10.1093/bjsw/bch323>

15. Tomassini M., Zanazzi S. Reflexivity and self-development of competencies as key drivers in individuals. *Research in Comparative and International Education* [Internet]. 2014 [cited 2018 Aug. 26]: 9 (3): 301–312. DOI: 10.2304/rcie.2014.9.3.301

16. Popova A. F., Popova A. A. Psychophysiology of self-knowledge and personality development in the physical culture university. *Theory and Practice of Physical Culture*. 2016; 5: 12–14.

17. Zhemukhova L. Z. Self-relation as a success factor for a modern teacher. *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya* = *Bulletin of the Adygeya State University. Series 3: Pedagogy and Psychology*. 2009; 2: 82–86. (In Russ.)

18. Garanina Zh. G., Maltseva O. E. Self-regulation as a factor in personal-professional self-development of future specialists. *Integratsiya obrazovaniya = Integration of Education*. 2016; 20, 3 (84): 374–381. (In Russ.)

19. Garanina Zh. G. Motivational and semantic components in the structure of personal and professional self-development of future specialists. *Gumanitariy: aktual'nyye problemy nauki i obrazovaniya = Humanist: Actual Problems of Science and Education*. 2014; 3 (27): 28–34. (In Russ.)

20. Gaponyuk P. N. Professional self-relation as a model of social development of personality. *Izvestiya Samarskogo nauchnogo tsentra Rossiyskoy akademii nauk. Sotsial'nyye, gumanitarnyye, mediko-biologicheskiye nauki = Izvestia of the Samara Scientific Center of the Russian Academy of Sciences. Social, Humanitarian, Medicobiological Sciences*. 2011; 13 (2–4): 775–780. (In Russ.)

Информация об авторах:

Гаранина Жанна Григорьевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Национального исследовательского Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева; ORCID ID 0000-0003-1428-1213; Саранск, Россия. E-mail: garanina23@mail.ru

Баляев Сергей Иванович – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Национального исследовательского Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева; ORCID ID 0000-0003-3655-3312; Саранск, Россия. E-mail: balyaevsi@mail.ru

Ионова Мария Сергеевна – кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии Национального исследовательского Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева; ORCID ID 0000-0002-4982-9691; Саранск, Россия. E-mail: ionovams@mail.ru

Вклад соавторов:

Ж. Г. Гаранина – разработка идеи исследования, методологии и методов исследования, подготовка окончательного варианта текста статьи.

С. И. Баляев – сбор эмпирического материала, подготовка предварительного варианта статьи.

М. С. Ионова – количественная и статистическая обработка эмпирических данных.

Статья поступила в редакцию 30.08.2018; принята в печать 14.11.2018.
Авторы прочитали и одобрили окончательный вариант рукописи.

Information about the authors:

Zhanna G. Garanina – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology, National Research Ogarev Mordovia State University; ORCID ID 0000-0003-1428-1213; Saransk, Russia. E-mail: garanina23@mail.ru

Sergey I. Balyaev – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology, National Research Ogarev Mordovia State University; ORCID ID 0000-0003-3655-3312; Saransk, Russia. E-mail: balyaevsi@mail.ru

Maria S. Ionova – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Department of Psychology, National Research Ogarev Mordovia State University; ORCID ID 0000-0002-4982-9691; Saransk, Russia. E-mail: ionovams@mail.ru

Contribution of the authors:

Zhanna G. Garanina – development of the idea, methodology and methods of the research; preparation of the final text of the article.

Sergey I. Balyaev – collection of empirical material; preparation of the preliminary version of the article.

Maria S. Ionova – quantitative and statistical processing of empirical data.

Received 30.08.2018; accepted for publication 14.11.2018.

The authors have read and approved the final manuscript.