

Психолог

*Правильная ссылка на статью:*

Плотникова Е.С., Борзова Т.В. — Развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе // Психолог. – 2023. – № 6. – С. 16 - 33. DOI: 10.25136/2409-8701.2023.6.69234 EDN: TYCVZK URL: [https://nbpublish.com/library\\_read\\_article.php?id=69234](https://nbpublish.com/library_read_article.php?id=69234)

## Развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе

**Плотникова Елена Сергеевна**

старший преподаватель, кафедра психологии, Приамурский государственный университет им. Шолом-Алейхема

679000, Россия, г. Биробиджан, ул. Широкая, 70А

✉ [plotnikova88@inbox.ru](mailto:plotnikova88@inbox.ru)



**Борзова Татьяна Владимировна**

доктор психологических наук

профессор, кафедра психологии, ФГБОУ ВО «Тихоокеанский государственный университет»

680000, Россия, Хабаровский край, г. Хабаровск, ул. Карла Маркса, 68

✉ [borzova\\_tatiana@mail.ru](mailto:borzova_tatiana@mail.ru)



[Статья из рубрики "Личностный рост"](#)

### DOI:

10.25136/2409-8701.2023.6.69234

### EDN:

TYCVZK

### Дата направления статьи в редакцию:

02-12-2023

### Дата публикации:

09-12-2023

**Аннотация:** В статье представлено исследование возможностей развития самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе. Объектом исследования выступал феномен самодетерминации.

Предмет исследования - развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе. С помощью теоретического анализа подходов к исследованию самодетерминации студентов в процессе обучения были выделены следующие её составляющие: автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни, которые легли в основу реализации психолого-педагогической программы в качестве её компонентов. Целью психолого-педагогической программы являлось развитие компонентов самодетерминации как психолого-педагогического ресурса самореализации личности студентов. Программа реализовывалась с небольшими группами студентов по 15 человек на встречах психологического клуба. В качестве диагностических методов исследования выступали следующие методики: «Тест самодетерминации» Е.Н. Осина, модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона; «Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева; тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова. Также было применено вычисление Т-критерия Стьюдента для связанных и несвязанных выборок. В результате апробации программы развития самодетерминации на базе Центра социальной адаптации и поддержки психологического здоровья при ФГБОУ ВО «Приамурском государственном университете имени Шолом-Алейхема» были выявлены статистически значимые показатели её эффективности, заключающиеся в увеличении показателей автономии, самовыражения, способности к самоуправлению и осмысленности жизни у студентов, участвующих в её реализации. Развитие самодетерминации студентов может быть одним из основных направлений деятельности психологической службы вуза, обеспечивающим эффективность их профессиональной самореализации в процессе обучения. Целенаправленная систематическая деятельность по развитию самодетерминации студентов может содержать в себе мероприятия по развитию её компонентов: автономии, самовыражения, способности к самоуправлению, осмысленности жизни, что в последующем может повысить эффективность их профессиональной самореализации.

**Ключевые слова:**

самодетерминация, самореализация, автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни, юношеский возраст, профессиональное развитие, обучение в вузе, психолого-педагогическая программа

Современная образовательная среда вуза включает в себя множество возможностей для профессиональной самореализации студентов, развития их софт-компетенций, личностных ресурсных качеств и способностей. Вариативность возможностей самореализации студентов в процессе обучения в вузе предполагает осуществление осознанного выбора пути самореализации в будущей профессии. Это включает выбор курсов, внеучебных занятий, тем научно-исследовательской работы и других видов деятельности. Самодетерминация как одна из важнейших мотивационных характеристик личности позволяет осуществлять осмысленный выбор путей самореализации на основе осознания своих целей, интересов, желаний и мотивов.

Актуальность представленного исследования определяется необходимостью развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов, обеспечивающей возможность осознанного выбора ими пути профессионального развития в многовариативном спектре возможностей и предложений образовательной среды.

Целью исследования, представленного в статье, является изучение эффективности апробации психолого-педагогической программы развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов. Реализация указанной цели позволит показать возможности развития самодетерминации студентов в условиях образовательного процесса, включающих деятельность психологической службы в данном направлении.

Объектом исследования выступал феномен самодетерминации. Предмет исследования - развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе.

Основной методологической концепцией, позволяющей рассмотреть самодетерминацию как ресурс самореализации студентов в образовательной среде вуза, выступал научный подход Д.А. Леонтьева. Самодетерминация, по его мнению, является условием ориентации личности в пространстве возможных выборов. «Автономия и самодетерминация нужны человеку для того, чтобы ориентировать наше поведение в пространстве возможного» - пишет в своей статье Д.А. Леонтьев [\[4, с.16\]](#). Осознание многовариативности возможностей и собственной личности (способностей, интересов, потребностей) позволяет студентам в процессе обучения в вузе формировать отношение к тем или иным видам деятельности, выбирать курсы, внеучебные занятия, основываясь и на своих интересах, и при этом учитывая внешние детерминанты (потребность общества в специалистах с определенными качествами и навыками, необходимость осваивать определенные компетенции).

Более того, самодетерминация позволяет студентам не только произвести выбор, но и увидеть различные его возможности. «Незамеченный шанс не становится реальной возможностью, а открытие смысла приводит к огромному расширению того, что действительно возможно для человек» - пишет Д.А. Леонтьев [\[5, с. 115\]](#). Осознание реальностей образовательной среды вуза позволяет студентам выстроить свою индивидуальную траекторию самореализации, осознанно используя предложенные возможности для личностного и профессионального развития.

По мнению П.Н. Осипова студенты вуза должны обладать следующими качествами:

- «способностью к анализу собственной личности (качеств, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и необходимости их развития);
  - способностью ставить перед собой цели и разрабатывать программы деятельности (определять и совершенствовать необходимые качества);
  - способностью осуществлять деятельность по достижению поставленных задач, применяя волевые усилия над собой;
  - способностью к саморегуляции в деятельности, предусматривающую самоконтроль, самоанализ, самооценку ее хода и результатов, а при необходимости и корректирование
- уточнение целей и задач» [\[5, с. 4\]](#).

Данные качества личности соответствуют некоторым компонентам самодетерминации, выделяемых, в представленном исследовании, а именно: автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни.

Н.С. Ющенко, А.В. Смирнов, А.А. Давыдова, А.П. Цилинко среди качеств студентов, способствующих самореализации, выделяют креативность, самостоятельность,

стремление к карьерному росту. Как педагогическое условие творческой самореализации студентов авторы рассматривают клубный студенческий досуг, основной функцией которого является восстановительный процесс, организованный с помощью оздоровительных программ и разнообразных форм работы, позволяющим пережить новые эмоциональные переживания, психологическую разрядку [\[12\]](#).

В.К. Григорова считает, что становление личности в юношеском возрасте происходит исключительно за счет самосознания, в процессе взаимодействия с обществом и культурой с которыми он взаимодействует. Качества личности, приобретаемые в юношеском возрасте и необходимые для профессиональной самореализации, человек приобретает прижизненно, путем социального наследования, которое реализуется как передача опыта человечества посредством воспитания. По мнению В.К. Григоровой, ведущим педагогическим инструментом, способствующим проявлению саморазвития, выступает введение человека в культуру – знакомство богатством знаний, опытом, отношениями и с деятельностью человечества [\[1\]](#). Кроме этого он не только должен осваивать различные способы деятельности, но и критически её оценивать, творчески изменять (П.Г. Щедровицкий) [\[9\]](#).

Значимость социокультурной детерминации самореализации студентов также подтверждают исследования Е.Н. Шутенко. Согласно её работам, основными условиями самореализации личности студента в вузовском обучении являются «личностная включенность студента в процесс обучения, реализация способностей в процессе обучения и социальная интегрированность в образовательное пространство вуза. При этом социальная интегрированность студентов в образовательное пространство вуза возможна путём оказания им помощи в решении личных проблем, организации досуга студентов, развития чувства общности, взаимовыручки и взаимоподдержки в студенческой среде» [\[9, с. 150\]](#). При этом Е.Н. Шутенко подчеркивает, что самореализация студентов – это не только залог успешного их профессионального и жизненного становления как будущих специалистов, а ещё и «некий гуманитарный мейнстрим эффективности самой вузовской подготовки в целом» [\[10, с. 170-171\]](#).

Рассматривая самореализацию студентов, следует также упомянуть проблему удовлетворенности выбором профессии. В работе А.А. Реана описано исследование, согласно которому, только 60% студентов удовлетворены выбранной профессией. При этом удовлетворенность выбранной профессией на первом курсе выше, чем на последующих. Тенденция к снижению удовлетворенности профессией по мнению А.А. Реана может быть следствием как «объективных причин (уровень преподавания в конкретном вузе), так и субъективных (по мере учебы выявляются теневые стороны будущей специальности)» [\[8, с. 84\]](#). Решение данной проблемы во многом обусловлено качеством профориентационной работы в школе, вместе с тем преподавателям, кураторам и психологам в вузе приходится иметь дело со студентами, имеющими сомнения по поводу выбранной профессии.

Значимость профессионального самоопределения в процессе самореализации субъекта деятельности также описана в исследовании Э. Ф. Зеера, А. А. Шарова. Успешность самореализации во многом связана с удовлетворенностью выбором профессии и потребностью в саморазвитии и самоизменении [\[2\]](#). И, напротив, по мнению М.Д. Петраш и О.Ю. Стрижицкой, неосознанный выбор сферы профессиональной самореализации проявляется в неуверенности в правильности выбора будущей профессии, либо в уверенности в его неправильности и невозможности реализовать себя через процесс

обучения и разочаровании в выбранном направлении [7].

В работе А.К. Осницкого, Н.В. Бяковой, С.В. Истоминой опубликованы результаты эмпирического исследования сформированности саморегуляции у студентов и школьников с разным уровнем успешности профессионального становления. При низком уровне профессионального становления у испытуемых отмечались трудности в рефлексии, несформированность эмоциональной направленности, неспособность к длительному усилию [6]. Поэтому важными направлениями работы со студентами как в учебной, так и во внеучебной деятельности являются развитие интереса к будущей профессиональной деятельности, формирование индивидуальных профессиональных траекторий и психологическая помощь в преодолении трудностей саморегуляции и самоуправления.

Таким образом, условия и возможности образовательной среды высшей школы могут служить источником самореализации студентов в том случае, если они ориентированы на развитие самодетерминации, внутренней мотивации к обучению, вовлеченности студентов в процесс обучения, развитие их способностей в нём и социальную интегрированность как в учебных группах, так и между учебными группами. Во многом создание таких условий возможно путём развивающей работы в рамках деятельности психологической службы вуза.

Представленное в данной статье исследование проводилось на базе Центра социальной адаптации и поддержки психологического здоровья при ФГБОУ ВО «Приамурском государственном университете имени Шолом-Алейхема». В исследовании на формирующем этапе приняло участие 30 студентов очной формы обучения различных направлений подготовки. Контрольная группа также включала в себя 30 студентов, не участвующих в программе развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации. Контрольная группа студентов была репрезентативна генеральной совокупности по основным характеристикам (возрасту, уровню образования, ведущему виду деятельности), что обеспечило внешнюю валидность эксперимента.

В качестве диагностических методов исследования были применены следующие методики: «Тест самодетерминации» Е.Н. Осина, модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона; «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева; тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова. Также было применено вычисление Т-критерия Стьюдента для связанных и несвязанных выборок.

Программа развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов вуза была разработана на основе теоретических подходов к самодетерминации и включала в себя три блока, отражающих её компоненты: автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни (см. Таблицу 1).

Таблица 1 – Программа развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов вуза

Блоки программы	Блок 1. Диагностика компонентов самодетерминации	Блок 2. Практикум по развитию автономии, самовыражения и способности к самоуправлению	Блок 3. Практикум по развитию осмысленности жизни
Используемые	- «Тест	- Техники арт-	- метафорические

методики диагностики, техники и упражнения	самодетерминации» Е.Н. Осина – модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона,  - «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева,  - тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова.  Ознакомительная лекция «От самодетерминации к самореализации» Разъяснительная работа по результатам диагностики.	терапии (Метафорические карты Г.Б. Кац, Е.А. Мухаматулиной «Дерево как образ человека»; Ушаковой Т. Огонь мерцающий в сосуде)  - колесо жизненного баланса;  - работа с матрицей Эйзенхауэра;  - задачи на расстановку приоритетов;  - задачи на планирование деятельности с помощью диаграммы Ганта;  - ведение дневника самонаблюдения, домашнее задание	карты И. Орды «Исцеление внутреннего ребенка»;  - задачи на развитие прогнозирования с примерами жизненных историй;  - упражнения на развитие осмысленности собственных интересов, целей, мотивов;  - ведение дневника самонаблюдения, домашнее задание.
--------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

Мероприятия программы проводились в групповой форме в виде интерактивных занятий. Наполняемость групп была по 15 человек (2 группы).

Целью программы являлось развитие компонентов самодетерминации как психолого-педагогического ресурса самореализации личности студентов.

Задачи программы:

1. Познакомить студентов с вопросами психологии самодетерминации и самореализации и влияния самодетерминации на самореализацию личности в юношеском возрасте.
2. Способствовать развитию баланса между проявлением личностной свободы и ответственности, развитие понимания личностных установок, ограничивающих самовыражение личности.
3. Способствовать развитию способности к самоуправлению.

4. Способствовать развитию осмысленности жизни, умению ставить и реализовывать жизненные цели.

Таблица 2 - Тематическое содержание психолого-педагогической программы самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов вуза

№ п/п	Тема занятия	Решаемая задача программы	Количество часов
<b>Раздел 1 Диагностика компонентов самодетерминации (5 часов)</b>			
1	Тестирование студентов с помощью методик: - «Тест самодетерминации» Е.Н. Осина – модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона, - «Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева, - тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова.	31	3
2	Ознакомительная лекция «От самодетерминации к самореализации» Разъяснительная работа по результатам диагностики.  Цель - ознакомление студентов с вопросами психологии самодетерминации и самореализации и влияния самодетерминации на самореализацию личности в юношеском возрасте	31	2
<b>Раздел 2 Практикум по развитию автономии, самовыражения и способности к самоуправлению (12 часов)</b>			
1	Занятие «Свобода и ответственность»  Цель – развитие баланса между проявлением личностной свободы и ответственности, развитие понимания личностных установок.	32	2
2	Занятие «Мое личное пространство»  Цель – развитие осознания личных установок, ограничивающих самовыражение личности	32	2
3	Занятие «Учимся ставить цели»  Цель – развитие у студентов способности к целеполаганию	34	2
4	Занятие «Я могу»  Цель – актуализация потребности развития волевых качеств студента	33	2
5	Занятие «Развитие способности к планированию»  Цель – развитие у студентов способности к планированию деятельности	33	2
6	Занятие «Сомнения в деятельности и коррекция планов»	33	2

	Цель – развитие у студентов способности корректировать свои действия при выполнении деятельности при обнаружении ошибки или сомнении в правильности выбора пути ее реализации		
<b>Раздел 3 Практикум по развитию осмысленности жизни (8 часов)</b>			
1	Занятие «Внутренние ресурсы»  Цель – развитие осознания внутренних ресурсов, способствующих достижению цели	34	2
2	Занятие «Развитие рефлексии»  Цель – развить навыки личностной и социально-перцептивной рефлексии.	34	2
3	Занятие «Учимся прогнозированию»  Цель – развитие навыка прогнозирования ситуации у студентов	34	2
4	Занятие «Наполнение смыслом»  Цель – развитие у студентов способности осознавать эмоциональную наполненность жизни	34	2

В таблице 3 представлены результаты анализа различий компонентов самодетерминации экспериментальной и контрольной групп на этапе первичной диагностики, проведенного с помощью вычисления t-критерия Стьюдента для несвязных выборок. Число степеней свободы  $K=58$ .  $t_{кр}=2,00$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,66$  для  $P \leq 0,01$ .

Таблица 3 – Результаты анализа различий компонентов самодетерминации экспериментальной и контрольной групп на этапе первичной диагностики

Эмпирические методы исследования	Компоненты самодетерминации (шкалы методик)	Значения крит. достов. различий (t-критерия Стьюдента)	Ср. зн. показателей эксп. группы до проведения программы (%)	m	Ср. зн. показателей контр. группы до проведения программы (%)
«Тест самодетерминации» Е.Н. Осина	Самовыражение	0,69	77,7	$\pm 3,8$	74,9
	Автономия	0,84	83,2	$\pm 4,1$	80,4
Тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова	Анализ противоречий	0,43	67,8	$\pm 1,4$	65,5
	Прогнозирование	1,81	78,3	$\pm 4,1$	68,3
	Целеполагание	0,75	61,1	$\pm 3,9$	56,7
	Планирование	-1,91	53,3	$\pm 3,9$	63,9
	Критерий оценки качества	1,13	58,3	$\pm 3,3$	52,8
	Принятие решения	-0,46	67,2	$\pm 3,2$	70,0
	Самоконтроль	-2,28	53,9	$\pm 3,4$	64,4



	Коррекция	-1,55	53,9	±3,3	61,1
	Общий показатель способности к самоуправлению	-0,36	61,9	±2,7	63,2
«Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева	Цели жизни	2,13	73,6	±3,6	65,9
	Процесс жизни	1,98	71,3	±3,5	62,7
	Результат	1,44	73,4	±2,8	67,7
	Локус контроля «Я»	1,98	79,4	±3,4	70,8
	Локус контроля «жизнь»	2,35	70,3	±2,6	61,8
	Общий показатель осмысленности жизни	1,65	73,5	±2,6	67,9

Примечание:  $m$  – средняя ошибка среднего.

Из представленных в таблице 3 данных видно, что компоненты самодетерминации в контрольной и экспериментальной группах статистически не различаются. Анализ изменений в уровне развития компонентов самодетерминации у студентов, произошедших в этих группах между первичной и итоговой диагностикой, отражал психологический результат реализации развивающей программы. Данные изменения представлены в таблице 4. Число степеней свободы  $K=58$ .  $t_{кр}=2,00$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,66$  для  $P \leq 0,01$ .

Таблица 4 – Результаты анализа различий компонентов самодетерминации экспериментальной и контрольной групп на этапе итоговой диагностики

Эмпирические методы исследования	Компоненты самодетерминации (шкалы методик)	Значения крит. достов. различий (t-критерия Стьюдента)	Значения крит. достов. различий (t-критерия Стьюдента)	Ср. зн. показателей эксп. группы до проведения программы (%)	$m$	по
«Тест самодетерминации» Е.Н. Осина	Самовыражение	2,83	79,3	±2,9	73,1	
	Автономия	2,72	85,5	±2,8	79,4	
Тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова	Анализ противоречий	3,58	82,7	±3,0	67,7	
	Прогнозирование	3,90	87,7	±3,2	68,8	
	Целеполагание	3,61	76,1	±3,0	57,7	
	Планирование	3,53	83,3	±2,9	64,4	
	Критерий оценки качества	5,16	80,0	±2,7	56,6	
	Принятие решения	1	79,4	±4,4	73,8	

	Самоконтроль	2,38	80,0	$\pm 3,9$	68,8
	Коррекция	2,77	80,5	$\pm 3,0$	64,9
	Общий показатель способности к самоуправлению	6,07	81,2	$\pm 3,7$	65,4
«Тест смысложизненных ориентаций» Д.А. Леонтьева	Цели жизни	2,72	79,1	$\pm 3,6$	65,8
	Процесс жизни	2,54	78,2	$\pm 3,1$	63,1
	Результат жизни	2,12	79,7	$\pm 3,8$	68,2
	Локус контроля «Я»	2,01	83,6	$\pm 4,2$	70,1
	Локус контроля «жизнь»	2,94	76,4	$\pm 4,0$	62,1
	Общий показатель осмысленности жизни	3,10	78,8	$\pm 4,8$	67,2

Примечание:  $m$  – средняя ошибка среднего.

В результате реализации программы развития компонентов самодетерминации были выявлены статистически значимые различия в показателях самодетерминации в контрольной и экспериментальной группах. Для определения достоверности различий результатов первичной и итоговой диагностики компонентов самодетерминации вычислялся  $t$ -критерий Стьюдента для связанных выборок. Число степеней свободы  $K=28$ .  $t_{кр}=2,05$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,76$  для  $P \leq 0,01$ .

Как видно из таблицы 4, наиболее выраженные изменения произошли в показателях способности к самоуправлению (во всех, кроме «принятие решения») Это говорит о том, что развивающие занятия в первую очередь помогли студентам справиться с трудностями, связанными с проявлением самоконтроля в деятельности и поведении, научили планированию, целеполаганию, прогнозированию и анализу результатов своих действий.

Также произошли изменения в таких показателях, как автономия и самовыражение, что свидетельствует о возможности их развития путем развивающих психолого-педагогических занятий. Данные показатели в совокупности показывают способность человека действовать согласно своим интересам, желаниям, но, при этом, учитывая внешние обстоятельства. Как раз данные качества необходимы в процессе самореализации будущего специалиста в современных многовариативных возможностях обучения и профессиональной деятельности.

Показатели осмысленности жизни после реализации программы также изменились в положительную сторону. Однако достоверных различий выявлено не было в показателях «процесс жизни», «результат жизни», «локус контроля «Я». Первые два показателя измеряют эмоциональную оценку жизни и результатов самореализации, третий – степень принятия ответственности за происходящее на себя. Отсутствие изменений может говорить о сложности развития данных качеств с помощью развивающей психолого-педагогической деятельности. Возможно их развитие требует более длительной работы или средств психотерапии.

Результаты первичной и итоговой диагностики уровня развития автономии и

самовыражения у студентов экспериментальной и контрольной групп представлены в таблице 5.

Таблица 5 – Сравнительный анализ результатов первичной и итоговой диагностики уровня развития автономии и самовыражения у студентов экспериментальной и контрольной групп

Шкалы «Теста самодетерминации» Е.Н. Осина	Уровни	Количество студентов (в % от числа выборки)			
		Экспериментальная группа		Контрольная группа	
		Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Автономия	Высокий	40% (12)	50% (15)	40% (12)	37% (11)
	Средний	47% (14)	50% (15)	43% (13)	50% (15)
	Низкий	13% (4)	0% (0)	17% (5)	13% (4)
Самовыражение	Высокий	30% (9)	23% (7)	30% (9)	23% (7)
	Средний	63% (19)	77% (23)	40% (12)	47% (14)
	Низкий	7% (2)	0% (0)	30% (9)	30% (9)

Из представленных в таблице 5 результатов видно, что изменения в значениях автономии и самовыражения наблюдаются как в экспериментальной, так и в контрольной группе. О достоверности различий между результатами первичной и итоговой диагностики студентов экспериментальной группы свидетельствует значение t-критерия Стьюдента, равное 2,56 и 2,56 ( $K=28$ .  $t_{кр}=2,05$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,76$  для  $P \leq 0,01$ ). В контрольной группе статистически достоверных различий выявлено не было.

Отсутствие статистически значимых различий между экспериментальной и контрольной группой в значениях показателя проявления автономии и самовыражения до начала реализации программы и их наличие после подтверждает её эффективность. Уменьшение количества студентов экспериментальной группы с низким и средним уровнями автономии и самовыражения, а также значительное увеличение количества студентов этой группы с высоким уровнем ее развития свидетельствует о положительном влиянии реализации программы на развитие автономии и самовыражения у студентов экспериментальной группы.

Результаты первичной и итоговой диагностики уровня развития способности к самоуправлению у студентов экспериментальной и контрольной групп по тесту «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова представлены в таблице 6.

Таблица 6 – Сравнительный анализ результатов первичной и итоговой диагностики уровня развития способности к самоуправлению у студентов экспериментальной и контрольной групп

Уровни способности к самоуправлению	Количество студентов (в % от числа выборки)			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Высокий	0% (0)	7% (2)	0% (0)	0% (0)
Выше среднего	0% (0)	33% (10)	0% (0)	0% (0)
Средний	7% (2)	40% (12)	20% (6)	20% (6)
Ниже среднего	90% (27)	20% (6)	77% (23)	80% (24)
Низкий	3% (1)	0% (0)	3% (1)	0% (0)

Из представленных в таблице 6 результатов видно, что изменения в уровнях развития способности к самоуправлению наблюдаются как в экспериментальной, так и в контрольной группе. О достоверности различий между результатами первичной и итоговой диагностики студентов экспериментальной группы свидетельствует значение  $t$ -критерия Стьюдента, равное 7,719 ( $K=28$ ,  $t_{кр}=2,05$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,76$  для  $P \leq 0,01$ ). В контрольной группе по данным показателям достоверных различий не выявлено.

Отсутствие статистически значимых различий между экспериментальной и контрольной группой в значениях показателя проявления способности к самоуправлению до начала формирующего этапа эксперимента и их наличие после его окончания правомерно рассматривать как подтверждение эффективности экспериментальной развивающей программы. Уменьшение количества студентов экспериментальной группы с низким и ниже среднего уровнями способности к самоуправлению, а также значительное увеличение количества студентов этой группы со средним, выше среднего и высоким уровнем ее развития свидетельствует о положительном влиянии реализации программы на развитие способности к самоуправлению у студентов экспериментальной группы.

Результаты первичной и итоговой диагностики уровня развития осмысленности жизни (по «Тесту смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева) у студентов экспериментальной и контрольной групп представлены в таблице 7.

Таблица 7 – Сравнительный анализ результатов первичной и итоговой диагностики уровня развития осмысленности жизни у студентов экспериментальной и контрольной групп

Уровни осмысленности жизни	Количество студентов (в % от числа выборки)			
	Экспериментальная группа		Контрольная группа	
	Констатирующий этап	Контрольный этап	Констатирующий этап	Контрольный этап
Норма	66,7% (20)	56,6% (17)	70% (21)	70% (21)
Ниже нормы	30% (9)	26,7% (8)	26,7% (8)	26,7% (8)
Выше нормы	3,3% (1)	16,6% (5)	3,3% (1)	3,3% (1)

В результате реализации программы в экспериментальной группе значительно увеличилось количество студентов с высоким уровнем осмысленности жизни, что также подтверждено в таблице 7, при этом результаты по тесту СЖО Д.А. Леонтьева в контрольной группе не изменились.

Таким образом, развитие самодетерминации студентов может быть одним из основных направлений деятельности психологической службы вуза, обеспечивающим эффективность их профессиональной самореализации в процессе обучения. Целенаправленная систематическая деятельность по развитию самодетерминации студентов может содержать в себе мероприятия по развитию её компонентов: автономии, самовыражения, способности к самоуправлению, осмысленности жизни. Осмысленность жизни, как составляющая самодетерминации, позволяет понять условия профессиональной самореализации и увидеть приложение своих целей в них. Развитие данного качества у будущего специалиста поможет ему формировать четкое представление о своем месте в профессиональном мире, о необходимости развития тех или иных личностных качеств, компетенций. Развитие автономии, как составляющей самодетерминации, во многом позволит студентам в осуществлении выбора многовариативных форм учебной и внеучебной деятельности, позволяющих усилить профессиональные и личностные качества. Самовыражение, как составляющая

самодетерминации, определяет степень проявления своих личностных качеств в процессе деятельности и взаимодействия с окружающими. Развитие самовыражения позволит студентам уверенно проявлять инициативу в учебной и профессиональной деятельности, что позволит им полностью реализовать свой потенциал. Развитие способности к самоуправлению также важное направление деятельности представленной программы, позволяющее оказать помощь студентам в совершенствовании навыков управления собственной деятельностью. В результате реализации программы студентам удалось развить навыки планирования деятельности, в том числе расставлять приоритеты задач, планировать временные затраты на их решение, ставить долгосрочные цели и оценивать эффективность своего планирования.

Представленная в статье программа развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов позволяет решить перечисленные задачи в условиях высшего образования. Несомненно, структура программы и выбор методов и методик может быть изменен в зависимости от условий её проведения или возможен выбор отдельных её мероприятий для просветительской деятельности в вузе.

Дальнейшая работа по исследованию возможностей развития самодетерминации студентов вуза на основе полученных результатов будет включать в себя расширение перечня методов, включение в мероприятия структурированных методических материалов для домашнего задания и использование цифровых средств диагностики и обратной связи.

## Библиография

1. Григорова В.К. Самореализация как фактор становления личности в условиях юношеского сообщества: теоретический аспект // Вопросы воспитания. – № 11. – 2009. – С. 31-35.
2. Зеер Э.Ф. Самореализация как предиктор формирования профессиональной успешности субъекта деятельности / Э. Ф. Зеер, А. А. Шаров // Векторы взаимодействия: СПО – вуз – предприятие: материалы Всероссийской научно-практической конференции «Векторы взаимодействия среднего профессионального образования и базовых предприятий при реализации проекта «Профессионалитет»: синергия партнерства», Первоуральск, 23 марта 2023 г. / Рос. гос. проф.-пед. ун-т.- Екатеринбург, Первоуральск: РГППУ, 2023. – С. 70-78.
3. Леонтьев Д.А. К психологии возможного: антропологический, детерминистский, аксиологический и экзистенциальный контексты // Вестник Санкт-Петербургского университета. Психология. 2022. Т. 12. Вып. 2. С. 111–121.
4. Леонтьев, Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. – 2011. – № 1. – С. 3-27.
5. Осипов П. Н. Единство воспитания и самовоспитания как основа подготовки конкурентоспособных специалистов // Образование и саморазвитие. – 2012. – № 4(32). – С. 3-8.
6. Осницкий А.К., Бякова Н.В., Истомина С.В. Исследование развития осознанной саморегуляции в период выбора и освоения профессии // Психологические исследования: электронный научный журнал.-2012.-№ 2 (22).-С. 11.
7. Петраш М.Д. Фактор выбора профессии в структуре межпоколенных отношений на начальном этапе профессионального самоопределения молодежи / М. Д. Петраш О.Ю. Стрижицкая, Т.С. Харитоновна // Актуальные проблемы развития личности в современном обществе: Материалы Международной научно-практической конференции, Псков, 19-21 ноября 2020 года / Под редакцией Д.Я. Грибановой. –

- Псков: Псковский государственный университет, 2020. – С. 156-163.
8. Реан А.А. Психологический анализ проблемы удовлетворенности избранной профессией // Вопросы психологии. – 1988. – № 1. – С. 83-88.
  9. Шутенко Е.Н. Обеспечение самореализации студентов как задача психологической службы в вузе // Теоретические и прикладные аспекты деятельности психологической службы вуза: сборник материалов Международной научно-практической конференции, Белгород, 22 апреля 2017 года. – Белгород: Издательский дом «Белгород», 2017. – С. 169-176.
  10. Шутенко Е.Н. Самореализация студентов в современном вузе как гуманитарная проблема социализации молодежи // Перспективы науки и образования. – 2014. – № 1(7). – С. 149-152.
  11. Щедровицкий Г.П. Избранные труды. – М.: Шк. Культ. Полит, 1995. – 800 с.
  12. Ющенко Н.С., Смирнов А.В., Давыдова А.А., Цилинко А.П. Педагогические условия стимулирования творческой самореализации личности студента современного вуза / Н.С. Ющенко, А.В. Смирнов, А.А. Давыдова, А.П. Цилинко // Ученые записки Российского государственного социального университета. – 2016. – Т. 15. – № 4(137). – С. 114-121.

## Результаты процедуры рецензирования статьи

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

Судя по названию статьи, при разработке программ развития самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе, автор рассчитывает на определенную новизну исследования как в практическом, так и в теоретическом исследовании. Это вполне резонно, поскольку психологическая работа со студентами, направленная на повышение их учебной мотивации, должна опираться на твердые теоретические концепции. То есть, изначальный замысел данной статьи совершенно верный. Но для его реализации в научном отношении необходимо структурно формализовать текст самой статьи, чего пока в тексте не просматривается.

Так, во введение необходимо обосновать актуальность исследования данной темы и показать теоретический или практический аспект этой актуальности (по мнению автора). Без обоснования актуальности и формулировки цели исследования, которой пока тоже нет, по тексту трудно понять, для чего он написан. Необходима доработка.

Смысл изложения, конечно, понятен. Автор верно пишет, что современная образовательная среда вуза включает в себя множество возможностей для профессиональной самореализации студентов, развития их софт-компетенций, личностных ресурсных качеств и способностей. При этом самодетерминация как одна из важнейших мотивационных характеристик личности позволяет осуществлять осмысленный выбор путей самореализации на основе осознания своих целей, интересов, желаний и мотивов. В этом отношении просматривается практическая и полезная значимость деятельности психологов вузов, которые должны заниматься со студентами именно такими вопросами, а не общественной работой.

Например, автор, со ссылкой на литературный источник, отмечает важность привития студентам определенных качеств, которые отличаются и дополняют компетенции. Например, таких качеств, как способность к анализу собственной личности (качеств, необходимых для дальнейшей профессиональной деятельности и необходимости их развития) и др. Такие качества личности, по мнению автора, соответствуют некоторым

компонентам самодетерминации, выделяемых, в представленном исследовании, а именно: автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни. То есть, очевидно, что в данном месте напрашивается вопрос о предмете исследования, но в тексте формулировка предмета не представлена. Поэтому трудно понять, чему посвящено это исследование. Необходима доработка (формулировка предмета исследования).

В тексте автор пытается отразить все понятия, которые имеют отношение к самодетерминации. Поэтому речь идет и о самореализации, ее сформированности и направленности, и о самоопределении и т.д.

В общем смысле все это понятно, но целесообразно этот смысл конкретизировать в соответствии с предметом исследования.

Достоинством работы следует признать умение автора работать с литературой и делать правильные умозаключения. Так, подытоживая данные литературного анализа, автор отмечает, что важными направлениями работы со студентами как в учебной, так и во внеучебной деятельности являются развитие интереса к будущей профессиональной деятельности, формирование индивидуальных профессиональных траекторий и психологическая помощь в преодолении трудностей саморегуляции и самоуправления. С этим можно только согласиться. Как и с тем, что условия и возможности образовательной среды высшей школы могут служить источником самореализации студентов в том случае, если они ориентированы на развитие самодетерминации, внутренней мотивации к обучению, вовлеченности студентов в процесс обучения, развитие их способностей в нём и социальную интегрированность как в учебных группах, так и между учебными группами. Во многом создание таких условий возможно путём развивающей работы в рамках деятельности психологической службы вуза. Написано все очень верно.

Но необходимо при доработке текста обратить внимание на необходимость обоснования научной новизны исследования проблем самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе. Статья ведь готовится к публикации в научном журнале.

Важно также подчеркнуть методологию исследования, указав концепцию или теорию, которую автор использует в качестве основной для достижения поставленной цели. По этому поводу у автора не должно возникнуть трудностей, поскольку в тексте все это просматривается.

Стиль изложения текста научно-исследовательский. Автор умеет работать с литературой, организовывать и самостоятельно проводить исследование. По тексту это видно.

Структура работы нуждается в доработке. Уже отмечалось о необходимости важных формулировок. Это надо сделать, несмотря на то, что в целом логика построения статьи понятна.

Содержание работы свидетельствует о том, что автор, используя специальную программу, сумел улучшить показатели самодетерминации студентов. При этом диагностические методы возражения не вызывают.

Вопросы возникают по таблицам и статистическим показателям. Речь о том, что в таблицах не указаны единицы измерения показателей самодетерминации, а сами показатели по группам отражены только в средних величинах. Для понимания закономерностей по достоверности различий показателей этого недостаточно. Необходимы средние квадратичные отклонения. Только с указанием этих отклонений можно утверждать о каких-то достоверностях.

А когда в таблице показаны только относительные величины (%), то непонятно, как можно убеждать читателя в каких-то достоверностях по различиям показателей. А автор пишет, например, что «из представленных в таблице 6 результатов видно, что изменения

в уровнях развития способности к самоуправлению наблюдаются как в экспериментальной, так и в контрольной группе. О достоверности различий между результатами первичной и итоговой диагностики студентов экспериментальной группы свидетельствует значение t-критерия Стьюдента, равное 7,719 ( $K=28$ ,  $t_{кр}=2,05$  для  $P \leq 0,05$  и  $t_{кр}=2,76$  для  $P \leq 0,01$ ). В контрольной группе по данным показателям достоверных различий не выявлено».

Совершенно очевидно, что по статистике, которая приводится в статье, должны быть сделаны убедительные разъяснения.

В статье нет выводов. Это тоже требует доработки.

Библиографический список состоит из источников по теме исследования, но его целесообразно расширить.

Поскольку статья в целом производит хорошее впечатление и она может быть с интересом воспринята читательской аудиторией, после доработки текста ее можно будет рекомендовать к опубликованию в научном журнале.

## Результаты процедуры повторного рецензирования статьи

*В связи с политикой двойного слепого рецензирования личность рецензента не раскрывается.*

*Со списком рецензентов издательства можно ознакомиться [здесь](#).*

На рецензирование представлена работа «Развитие самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе».

Предмет исследования. Работа направлена на выявление эффективности апробации психолого-педагогической программы развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов. Реализация указанной цели позволила автору показать возможности развития самодетерминации студентов в условиях образовательного процесса, включающих деятельность психологической службы в данном направлении. В целом, автором поставленные цель и задачи были достигнуты.

Методологией исследования выступили работы, которые позволяют рассмотреть самодетерминацию как ресурс самореализации студентов в образовательной среде вуза:

- научный подход Д.А. Леонтьева, в рамках которого самодетерминация является условием ориентации личности в пространстве возможных выборов;
- научный подход П.Н. Осипова позволяет выделить ряд качеств студентов вуза, которые соответствуют некоторым компонентам самодетерминации (автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни);
- Н.С. Ющенко, А.В. Смирнов, А.А. Давыдова, А.П. Цилинко среди качеств студентов, способствующих самореализации, выделяют креативность, самостоятельность, стремление к карьерному росту;
- В.К. Григорова считает, что становление личности в юношеском возрасте происходит исключительно за счет самосознания, в процессе взаимодействия с обществом и культурой с которыми он взаимодействует;
- значимость социокультурной детерминации самореализации студентов также подтверждают исследования Е.Н. Шутенко;
- в работе А.К. Осницкого, Н.В. Бяковой, С.В. Истоминой опубликованы результаты эмпирического исследования сформированности саморегуляции у студентов и школьников с разным уровнем успешности профессионального становления.

Актуальность исследования обусловлена необходимостью развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов, обеспечивающей



возможность осознанного выбора ими пути профессионального развития в многовариативном спектре возможностей и предложений образовательной среды.

Научная новизна исследования. Автор в процессе исследования отметил, что условия и возможности образовательной среды высшей школы могут служить источником самореализации студентов в том случае, если они ориентированы на развитие самодетерминации, внутренней мотивации к обучению, вовлеченности студентов в процесс обучения, развитие их способностей в нём и социальную интегрированность как в учебных группах, так и между учебными группами. Во многом создание таких условий возможно путём развивающей работы в рамках деятельности психологической службы вуза.

Стиль, структура, содержание. Стиль изложения соответствует публикациям такого уровня. Язык работы научный. Структура работы прослеживается четко, несмотря на то, что автором не выделены основные смысловые части.

Во введении определена проблема исследования и выделена ее актуальность. Особое внимание уделено анализу того, что современная образовательная среда вуза включает в себя множество возможностей для профессиональной самореализации студентов, развития их софт-компетенций, личностных ресурсных качеств и способностей. Вариативность возможностей самореализации студентов в процессе обучения в вузе предполагает осуществление осознанного выбора пути самореализации в будущей профессии. Это включает выбор курсов, внеучебных занятий, тем научно-исследовательской работы и других видов деятельности. Автор выделил также цель исследования; его объект, предмет, основную методологическую концепцию.

Следующий этап посвящен анализу работ исследователей. Были выделены точки зрения: Д.А. Леонтьева, П.Н. Осипова, Н.С. Ющенко, А.В. Смирнова, А.А. Давыдовой, А.П. Цилинко, В.К. Григоровой, Е.Н. Шутенко, А.А. Реана, Э. Ф. Зеера, А. А. Шарова, А.К. Осницкого, Н.В. Бяковой, С.В. Истоминой и др. Проведенная работа позволила отметить следующее. Условия и возможности образовательной среды высшей школы служат источником самореализации студентов в том случае, если они ориентированы на развитие самодетерминации, внутренней мотивации к обучению, вовлеченности студентов в процесс обучения, развитие их способностей в нём и социальную интегрированность как в учебных группах, так и между учебными группами. Во многом создание таких условий возможно путём развивающей работы в рамках деятельности психологической службы вуза.

Следующий раздел посвящен описанию проведенного на базе Центра социальной адаптации и поддержки психологического здоровья при ФГБОУ ВО «Приамурском государственном университете имени Шолом-Алейхема» исследования. В исследовании приняло участие 60 студентов очной группы, которые составили контрольную и экспериментальную группы. Была проведена диагностическая работа с помощью комплекса методик, использовалось вычисление Т-критерия Стьюдента для связанных и несвязанных выборок.

Проведенная диагностическая работа и анализ теоретических подходов позволили составить программу развития самодетерминации как психологического ресурса самореализации студентов. В программу было включено три блока, которые отражают ее компоненты (автономия, самовыражение, способность к самоуправлению, осмысленность жизни). Автор определил условия реализации программы, ее цель, задачи, а также представил тематическое содержание психолого-педагогической программы, которая включает в себя несколько разделов: диагностика компонентов самодетерминации, практикум по развитию автономии, самовыражения и способности к самоуправлению, практикум по развитию осмысленности жизни.

Далее были представлены в табличном виде результаты анализа различий компонентов

самодетерминации, развития автономии и самовыражения, развития способности к самоуправлению, развития осмысленности жизни экспериментальной и контрольной групп на этапе первичной и итоговой диагностики, проведенного с помощью вычисления  $t$ -критерия Стьюдента для несвязных выборок. Полученные результаты позволили выделить наличие положительных сдвигов в экспериментальной группе.

В статье представлено небольшое заключение с выделением основных выводов. Помимо этого автор представил перспективы исследования возможностей развития самодетерминации студентов вуза, которые включают в себя расширение перечня методов, включение в мероприятия структурированных методических материалов для домашнего задания и использование цифровых средств диагностики и обратной связи.

Библиография. Библиография статьи включает в себя 12 отечественных источников, незначительная часть которых издана за последние три года. В списке представлены, в основном, статьи и тезисы. Помимо этого, в библиографии есть монографии. Источники оформлены, в основном, корректно и однородно.

Апелляция к оппонентам.

Рекомендации: выделить научную новизну, авторский вклад в решение поставленной проблемы.

Выводы. Проблематика статьи отличается несомненной актуальностью, теоретической и практической ценностью; будет интересна специалистам, которые занимаются проблемами развития самодетерминации студентов как психологического ресурса самореализации в процессе обучения в вузе. Статья может быть рекомендована к опубликованию с учетом выделенных рекомендаций. Это позволит представить в редакцию полноценную научно-исследовательскую статью.