



оригинальная статья

<https://elibrary.ru/iotkje>

Сущность и структура компетентности самоменеджмента обучающегося вуза

Черных Наталья Сергеевна

Сибирский федеральный университет, Россия, Красноярск

<https://orcid.org/0000-0002-4431-1463>

chernykh_ns@mail.ru

Осипова Светлана Ивановна

Сибирский федеральный университет, Россия, Красноярск

<https://orcid.org/0000-0002-4728-2282>

Аннотация: В настоящее время растет спрос на разносторонне развитого молодого специалиста. Это касается не только сформированных профессиональных навыков, набирают обороты так называемые надпрофессиональные навыки, которые отвечают за развитие личности и ее индивидуальных качеств, необходимых для достижения высоких результатов. Современные условия обучения, труда, жизни предполагают умение эффективно выстраивать свою деятельность, образовательный процесс в соответствии с поставленными целями, за счет использования на практике необходимых навыков и умений самоменеджмента. Ставить цели и достигать их в реальные сроки, правильно планировать свое время, выстраивать траекторию достижений, самообразование и самоорганизацию, умение рефлексировать и на основании результатов двигаться дальше – все это говорит о развитии самоменеджмента. *Самоменеджмент* начинает активно изучаться и развиваться в сфере личного образования, а также рассматриваться в рамках высшего образования как важный элемент развития личности. Цель – определить сущность и содержательные компоненты компетентности самоменеджмента. Обоснована актуальность развития самоменеджмента в рамках образовательного процесса вуза; проведен литературный анализ по направлению исследования; определены понятия *самоменеджмент*, *компетентность самоменеджмента*; выделены четыре компонента компетентности самоменеджмента: мотивационно-целевой, когнитивный, деятельностный и рефлексивно-оценочный. Приведена структура компетентности самоменеджмента с тремя уровнями развития ее компонентов: начальный, базовый и развитый.

Ключевые слова: компетенция, компетентность самоменеджмента, компоненты компетентности самоменеджмента, самоменеджмент студента вуза, самоуправление, персональный менеджмент

Цитирование: Черных Н. С., Осипова С. И. Сущность и структура компетентности самоменеджмента обучающегося вуза. *Вестник Кемеровского государственного университета. Серия: Гуманитарные и общественные науки*. 2024. Т. 8. № 1. С. 100–108. <https://doi.org/10.21603/2542-1840-2024-8-1-100-108>

Поступила в редакцию 09.10.2023. Принята после рецензирования 07.12.2023. Принята в печать 25.12.2023.

full article

Self-Management Competence in University Students: Essence and Structure

Natalia S. Chernykh

Siberian Federal University, Russia, Krasnoyarsk

<https://orcid.org/0000-0002-4431-1463>

chernykh_ns@mail.ru

Svetlana I. Osipova

Siberian Federal University, Russia, Krasnoyarsk

<https://orcid.org/0000-0002-4728-2282>

Abstract: Versatile young specialists are currently in great demand. To be a high-achiever, a successful professional needs the so-called supra-professional skills, which are responsible for personal development. To manage their own study, work, and life, university students require good self-management skills, e.g., setting goals, meeting deadlines, scheduling, road mapping, self-education, reflection, self-correction, etc. Self-management is an object of personal education and an important element of personal development in university environment. This article describes the essence and content of self-management as a competence acquired at university. A review of scientific literature made it possible to prove the relevance of self-management as part of university education. Self-management appeared to have four components, i.e., 1) motivation and target, 2) cognition, 3) activity, 4) reflection and evaluation, while its structure consisted of three development levels, i.e., initial, basic, and advanced.

Keywords: competence, self-management competence, structure of self-management competency, self-management skills in university students, self-management, personal management

Citation: Chernykh N. S., Osipova S. I. Self-Management Competence in University Students: Essence and Structure. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i obshchestvennye nauki*, 2024, 8(1): 100–108. (In Russ.) <https://doi.org/10.21603/2542-1840-2024-8-1-100-108>

Received 9 Oct 2023. Accepted after review 7 Dec 2023. Accepted for publication 25 Dec 2023.

Введение

В настоящее время мир характеризуется активным развитием науки, техники, технологий, которые преобразуют и видоизменяют жизнь людей в разных аспектах и сферах деятельности. Сегодняшний уровень развития жизни предъявляет новые требования к образовательному и личностному уровню развития человека. Современные тенденции направлены на развитие у личности умения организовать свою деятельность, эффективно планировать и достигать целей, владеть высоким уровнем сформированности навыков работы в команде, а также важным критерием профессионализма современного управленца становится самообразование или образование в течение жизни. Востребованным и конкурентоспособным становится тот специалист, который способен проявить навыки самоуправления, саморазвития и самоорганизации. Формирование компетентности самоменеджмента – актуальная задача современного общества.

За последнее десятилетие система высшего образования также подверглась ряду изменений: переход на многоуровневую систему образования, появление новых форм обучения, применение современных информационных и интернет-технологий, внедрение новых ФГОС и профессиональных стандартов. Новая образовательная парадигма носит личностно-ориентированный характер, согласно которому образовательный процесс непосредственно направлен на обучающегося, выступающего субъектом процесса, а само обучение направлено на развитие, формирование творческой индивидуальности и усвоение обучающимся общекультурных и профессиональных компетенций. Современные идеи образования ориентированы на всестороннее развитие обучаемого, рост его познавательной деятельности, обучаемый выступает не только как субъект образовательного процесса, но и как субъект познания.

Согласно ФГОС ВО3++ в составе универсальных компетенций встречаем УК-6 – саморазвитие и самоорганизация, что подразумевает умение личности управлять своим временем, создавать и реализовывать эффективную траекторию саморазвития в рамках образовательных принципов в течение всей жизни. Определенные во ФГОС ВО3++ универсальные компетенции воспроизводят проекции современного общества соответствующего уровня и потенциальной готовности выпускника к само-реализации и саморазвитию.

Стоит отметить, что квалификационные характеристики выпускников вуза содержат требование о наличии умения исполнять и вести организационно-управленческую деятельность в возможных компетенциях. Отсюда следует, что проблема развития у будущего специалиста умений грамотного планирования своего времени, рационального использования личностных ресурсов, успешного достижения целей, которые в совокупности можно определить как *самоменеджмент*, становится более актуальной и своевременной.

На основе изученных материалов возникает противоречие между заказом государства и востребованностью в современном обществе на компетентных, способных к успешной профессиональной деятельности на основе самоорганизации и саморазвития выпускников и слабой ориентированностью существующей системы образования на формирование компетентности самоменеджмента. На личностном уровне противоречия определены между осознанием будущим выпускником важности овладения навыками самоменеджмента как составляющей успешной профессиональной деятельности, потребностью в умении управлять собой и своей жизнью для достижения личных и профессиональных успехов и недостаточной сформированностью компетентности самоменеджмента у обучающихся вуза.

Проблемы изучения, становления и развития самоменеджмента в последнее десятилетие стали чаще встречаться в работах исследователей. Общие теоретические положения самоменеджмента, в том числе тайм-менеджмента, исследуются в работах [1–15]. Однако несмотря на значительный список работ о самоменеджменте отсутствует единое мнение в определении понятия, его сущности, структуры, целей и задач.

Самоменеджмент, как перспективное направление в научном менеджменте, возникло ввиду потребностей современного общества, основным направлением которого становится рост эффективности деятельности отдельной личности для достижения его личных и профессиональных целей и показателей. Известный американский исследователь Питер Друкер отмечает, что основой научного менеджмента становится проблема эффективного управления на уровне отдельного человека, т.е. самоменеджмент, в рамках которого выделяется раздел персонального стратегического менеджмента [4].

Определение компетентности самоменеджмента

В соответствии с целью исследования – определение сущности и содержательных компонентов компетентности самоменеджмента – для начала необходимо выявить сущности компетентности самоменеджмента и ее отличия от других рядоположенных понятий. Для этого требуется выделить ее характеристики. Компетентность самоменеджмента является родовидовым понятием, где компетентность – родовое понятие, а компетентность самоменеджмента – видовое.

Обзор литературы позволил рассмотреть содержание терминов *компетенция* и *компетентность*. Под компетентностью мы понимаем интегративную характеристику индивида, совокупность связанных качеств личности (знаний, умений, навыков, способов деятельности), необходимых для реализации качественного, продуктивного взаимодействия с определенным кругом предметов или процессов. Компетенция представляет знания в действии, она может быть стандартизирована, востребована и реализована на соответствующем уровне компетентности [16; 17] и др.

Анализ дефиниций понятия *компетентность* позволяет сделать вывод, что компетентность проявляется в деятельности и выступает важным аспектом для достижения в ней успеха, отражая интегративный эффект присвоения компетенций и личностных свойств человека. Также ученые отмечают мотивационную, личностно-смысловую составляющую категории компетентности.

Для определения понятия *самоменеджмент* необходимо обратиться к трактовке корневой дефиниции *менеджмент*, проанализировать мнение исследователей по теме проблемы и на основе анализа сформировать понимание представленного феномена.

Менеджмент имеет множество разных определений. Например, *управление* – цель, люди, процессы и инструменты [4]; или *управление* – это практика, требующая сочетания изрядной доли ремесла (опыта) с некоторой частью искусства (интуиция) и определенным объемом науки (анализа) (Г. Минцберг) [18]. Если посмотреть перевод с английского языка – это умение добиваться поставленных целей. Понятие *менеджмент* имеет различные трактовки в соответствии с объектом исследования, направлением и т. д.:

- *Область науки, человеческих знаний*, позволяющая осуществлять функцию управления, поскольку составляет теоретическую базу знания управления [19].
- *Процесс управления организацией* (искусство и способ руководства) [20].
- «Менеджмент – это не только наука, но и искусство управления. Управленческая наука дает общие ориентиры, чем конкретные инструкции на каждый конкретный акт управления. Реальное управление, особенно оперативное, – скорее искусство, чем наука» [21, с. 10].

- *Процесс координирования и объединения рабочей деятельности* других людей, чтобы она была эффективной и результативной [22].

В контексте рассмотренных вариантов будем определять менеджмент как процесс организации эффективной деятельности путем планирования, контроля, мотивации и координации, за счет использования личностных качеств менеджера (интеллект, труд, мотивы поведения, его навыки и умения) и умения добиваться поставленных целей.

Если менеджмент определяется как управление в целом, то *самоменеджмент* – это самоуправление, т. е. управление собой и своими ресурсами. Если перенести определение менеджмента, то получается, что под самоменеджментом подразумевается управление собственной личностью в широком смысле слова – во времени, пространстве, общении, деловом и внешнем мире путем планирования, контроля, мотивации, координации (функции управления) за счет личностных качеств (интеллект, труд, мотивы поведения, его навыки и умения).

Проведенный литературный анализ лишь подтвердил сложность и многогранность феномена *самоменеджмент* в современных условиях, когда внешние изменения влекут за собой изменения во всех сферах жизнедеятельности человека (самоопределение, самомотивация, самоорганизация, самореализация), что составляет основу самоменеджмента. Рассмотрим варианты трактовок понятия самоменеджмент:

- Последовательное и целенаправленное применение испытанных методов работы в повседневной практике для оптимального, осмысленного использования своего времени [5].
- Управление на уровне отдельного человека [4].
- Достижение успеха в любой деятельности, требующее умения руководить собой [23].
- Понятие и умение самоорганизации [9].
- Ключевая компетентность личности по управлению собой, по деланию себя, по самовоспитанию, по саморазвитию, по организации самопознания [10].
- Самоорганизация, умение управлять собой, руководить процессом управления в самом широком смысле слова – во времени, в пространстве, общении, деловом мире. Основная цель самоменеджмента состоит в том, чтобы максимально использовать собственные возможности, сознательно управлять течением своей жизни (самоопределяться) и преодолевать внешние обстоятельства как на работе, так и в личной жизни [11].
- Умение управлять собой (самоопределение, самоорганизация, самомотивация, самореализация) [24].
- Самоменеджмент (*self-management*) – наука о самоуправлении и самоорганизации человека, управления его ресурсами, т. е. умение приобретать, развивать, сберегать, рационально использовать свое время и быть при этом успешным человеком [25].

• Самоменеджмент является одним из условий самореализации студентов, освоение и сознательное применение техники самоменеджмента позволяет значительно увеличить творческий и профессиональный потенциал обучающихся за счет разумного использования ими своего времени, что позволяет достигать целей самореализации за более короткое время [26].

• Наука когнитивного управления личностью собой и своим развитием с использованием специальных технологий [2].

• Умение управлять своими эмоциями, настроением, волей, временем, умениями.

• Использование испытанных методов работы в повседневной педагогической практике для того, чтобы оптимально и со смыслом организовать свое время [27].

• Одним из инструментариев менеджмента является самоменеджмент, который в абсолютном большинстве трактуется как саморазвитие, самосовершенствование, самоуправление [28].

• Последовательное и целенаправленное использование испытанных методов работы в повседневной практике для того, чтобы оптимально и со смыслом использовать свое время [29].

• Система способов деятельности, позволяющая максимально использовать собственные возможности, сознательно и рационально управлять своей жизнью, активно и эффективно влиять на внешние обстоятельства на работе и в личной жизни в своих целях [13].

• Персональный менеджмент (самоменеджмент) – это последовательное и целенаправленное использование удобных и актуальных для субъекта способов организации деятельности, которые помогают наиболее рационально использовать временные ресурсы для реализации поставленных целей и задач [30].

Авторы определяют самоменеджмент в трех позициях:

1) управление *базовыми ресурсами личности* (время, цели, материальные единицы), выраженное через действия – умение приобретать, развивать, сберегать, рационально использовать [5; 26; 27; 29; 31];

2) руководить собой с помощью *инструментов* (механизмов использования) менеджмента: планирование, организация, контроль, мотивация, координация – [4; 9; 13; 23; 28];

3) совокупность мнений первой и второй группы, восприятие себя и развитие собственных возможностей через развитие и познание всех базовых ресурсов в зависимости от задачи и цели с помощью использования инструментов менеджмента [2; 10; 24; 25].

Все это направлено на развитие собственных возможностей человека, в том числе через развитие его познания, в зависимости от целей и задач.

Таким образом, самоменеджмент состоит из эффективного управления собой и своими ресурсами, своей

деятельностью, мотивацией для достижения поставленных целей и успеха в выбранной личной и профессиональной деятельности. Управление деятельностью представляет собой следующий набор действий: формулировка и конкретизация цели, обозначение задач, которые ведут к технологии организации деятельности по достижению ранее поставленных целей и выполнению задач, тайм-менеджмент, рефлексия, самоконтроль.

Под *компетентностью самоменеджмента* обучающегося будем понимать интегративное, динамическое качество личности, ориентированное на саморазвитие, определяющее способность и готовность специалиста к самоорганизации, управлению собственными ресурсами для достижения успехов в профессиональной и личной жизни.

Компетентность самоменеджмента – это видо-вая компетентность относительно компетентности родовой, которая определяет область ее применения, а именно управление личностью и ресурсами. Компетентность, в свою очередь, предполагает наличие основных структурных компонентов, что выявляет базовые составляющие: для совершения деятельности необходимо, чтобы мы были мотивированы (*мотивационно-целевой компонент*), обладали знаниями (*когнитивный компонент*), обладали некоторым багажом практических знаний, приобретенных путем различного рода деятельности (*процессуально-деятельностный компонент*). И так как мы указали на динамичность характера, это дает возможность выделить четвертый компонент – *рефлексивно-оценочный*, суть которого заключается в совершенствовании уровня этой компетентности. Стоит учитывать, что компетентность самоменеджмента – это частный вид компетентности, значит составляющие компоненты могут быть аналогичными либо иметь отличный набор.

Концепции самоменеджмента

Анализ научных работ показал, что в соответствии с развитием и восприятием самоменеджмента исследователи по-разному формулировали ключевые концепции данного управленческого феномена (табл. 1).

Наиболее популярной в рамках изучения самоменеджмента является работа немецкого ученого Л. Зайверта «Ваше время – в Ваших руках: советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время» [5]. В основе концепции автора лежит идея экономии и эффективного использования своего времени. Основными содержательными элементами самоменеджмента, по мнению исследователя, являются целесообразное использование собственного потенциала индивида, сознательное и разумное управление своей жизнью (самоопределение) и умение рационально и эффективно

Табл. 1. Обзор концепций самоменеджмента

Tab. 1. Self-management concepts

Автор	Идея концепции	Определение самоменеджмента
Зайверт Л.	Сбережение своего времени	Последовательное и целенаправленное применение испытанных методов работы в повседневной практике для оптимального, осмысленного использования своего времени» [5]
Карпичев В.	Совокупность социальных и человековедческих технологий	Менеджмент в полном объеме, однако развернутый не во вне, а на субъекта управления [7]
Вудкок М., Френсис Д.	Преодоление собственных ограничений	Универсальный способ проверки личностных возможностей и ограничений, а также поиска возможных траекторий развития личностных и деловых качеств [3]
Андреев В. И.	Саморазвитие профессионально-творческой личности	Саморазвитие творческой личности, способной к постоянному развитию и самореализации в одном или нескольких видах профессиональной деятельности [1]
Хроленко А. Т.	Рост личной культуры деловой жизни	Практическая реализация личности своего делового ресурса путем развития уровня профессиональной культуры в различных ее аспектах [8]
Швальбе Б., Швальбе Х.	Самосовершенствование личностно-деловых качеств	Достижение личного профессионального успеха за счет повышения уровня самопознания и самосовершенствования своих деловых (профессионально значимых) качеств [23]

преодолевать внешние обстоятельства на работе и в личной жизни. Согласно мнению Л. Зайверта, самоменеджмент – это возможность выполнения определенных ежедневных техник и методик для эффективного решения повседневных задач и проблем. Исходя из сказанного, можно соотнести выделенные исследователем умения с *деятельностным компонентом* – применение испытанных методов работы в повседневной практике для оптимального, осмысленного использования своего времени [5] – это указывает на деятельность, которая повторяется ежедневно с целью достижения определенных задач / целей (тайм-менеджмент, планирование).

В концепции ограничений М. Вудкока и Д. Фрэнсиса [3] самоменеджмент представлен больше как средство оценки имеющихся умений и способностей, а также нахождения возможных способов и перспектив для развития личных и деловых качеств индивида. Саморазвитие личности происходит за счет изучения, осознания и преодоления ограничений, которые препятствуют успеху и личностному росту, что соотносимо с *рефлексивно-оценочным (осознание)* и *когнитивным (изучение)* компонентами.

Спорной является концепция А. Т. Хроленко: самоменеджмент представлен практикой повышения навыков лишь в рамках своего делового потенциала через рост культуры взаимоотношений, искусство деловой беседы, культуры делового письма и мастерства подготовки публичного выступления [8]. Таким образом, расширение возможностей личности может осуществляться только в результате работы по повышению

своего профессионализма и мастерства в аспекте деловой коммуникации. Однако выделение данных критериев может также свидетельствовать об обязательном постоянном обучении и улучшении качеств познаний, что подразумевает наличие *когнитивного и деятельного компонентов*.

Так как мы рассматриваем самоменеджмент в образовательной среде, стоит ознакомиться с мнением исследователей в рамках изучения данного вопроса.

А. А. Симонова обозначает проблему недостаточной изученности и разработанности самоменеджмента для образовательных систем [13]. Важным элементом деятельности образовательных учреждений автор определяет роль студента, который способен руководить своей нагрузкой (учебная, рабочая), планировать деятельность, достигать запланированного, что подтверждает мнение о наличии необходимости активного внедрения и развития техник самоменеджмента.

А. В. Дегтерев отмечает, что самоменеджмент состоит из способности управлять своим развитием и саморазвитием, умений ставить цели, управлять временем (тайм-менеджмент), способностей к самопознанию, самообразованию, самоорганизации, самовоспитанию и самоконтролю» [10, с. 65]. Наличие выделенных характеристик знаменует о когнитивной, деятельностной, мотивационной и рефлексивной составляющих, что коррелирует с основными компонентами компетентности.

Хотелось бы отметить идею Е. А. Ноздренко, в соответствии с которой самоменеджмент как система

в повседневной жизни студента, ориентирован на следующие направления: 1) самоопределение (планирование); 2) самоорганизация (организационная функция); 3) самомотивация (мотивационная функция); 4) самореализация (контрольно-оценочная функция) [24], что содержательно соответствует четырем основным компонентам компетентности, которые мы выделяем в исследовании.

Компоненты самоменеджмента и уровни их развития

Анализ литературы показал, что в структуру компетентности самоменеджмента могут входить следующие компоненты: мотивационно-целевой, когнитивный, деятельностный, рефлексивно-оценочный. Каждый компонент системы самоменеджмента обучающегося требует содержательной интерпретации.

Мотивационно-целевой компонент представляет собой цели личности, мотивы, потребности в обучении, самосовершенствовании, самовоспитании, саморазвитии, ценностные установки. Существование данного компонента подтверждает наличие интереса к учебно-образовательной деятельности, характеризующего потребность личности в получении новых знаний, в овладении эффективными способами разрешения противоречий. Содержание компонента:

- проявляет интерес к возможностям личностного и профессионального роста;
- проявляет желание к приобретению знаний, профессиональных знаний и профессионально важных качеств;
- демонстрирует заинтересованность относительно траектории личностного роста (мотив достижения);
- желает успешного построения профессиональной деятельности на основе самоменеджмента.

Когнитивный компонент состоит из совокупности знаний о вариантах и техниках развития личности и саморазвития в целом, поиска и выбора ресурсов, необходимых для достижения поставленной цели. Содержание компонента:

- знания о процессе планирования, целеполагания, тайм-менеджмента;
- знания об инструментах по управлению ресурсами;
- знаниями о возможных путях развития карьеры и требуемых компетенций для успешного личностного роста (профессионального, образовательного).

Деятельностный компонент проявляется в практическом умении планировать, организовывать, контролировать, регулировать. Содержание компонента:

- планирует процесс целеполагания, тайм-менеджмента;

- управляет ресурсами: осуществляет деятельность, планирует, включается в образовательный процесс;
- осуществляет деятельность (в контексте личного плана);
- реализует развитие карьеры;
- принимает решения;
- способен к самоорганизации;
- знание основ устного и письменного делового общения.

Рефлексивно-оценочный компонент очень важен в структуре представленной компетентности самоменеджмента. Значительность его выделения заключается в возможности реального определения уровня развития самооценки, восприятия собственной значимости и результативности, воспитания ответственности личности за полученные результаты своей деятельности и их рефлексии, познания себя и самореализации. Рефлексивно-оценочный компонент проявляется в умении субъекта сознательно контролировать результаты своей учебной деятельности и уровень собственного развития, личностных достижений. Содержание компонента:

- осуществляет процесс своего развития и выявляет проблемы личностного роста;
- осуществляет выбор возможных направлений роста на основе анализа результатов деятельности;
- осуществляет оценки своих возможностей, способностей, личных качеств, актуальных для развития;
- оценивает возможности управления личностными ресурсами на основе рефлексии способов управления собственными ресурсами.

На наш взгляд, представленный список умений наиболее полно характеризует степень развития компетентности самоменеджмента студента.

Стоит отметить, что развитие, становление и формирование – это рядоположенные понятия, но развитие имеет место там, где происходит дифференциация и иерархическая интеграция уровней или этапов развития (Х. Вернер) [32, с. 591]. Следовательно, уместно, согласно выделенным критериям, обозначить уровни развития компетентности самоменеджмента обучающегося. В рамках работы под уровнем будем понимать степень величины, развития, значимости чего-нибудь¹.

В контексте исследования целесообразно описать уровни развития компетентности самоменеджмента студента как последовательность проявленности от начального к развитому уровню. В соответствии со сформированностью составляющих каждого компонента можно выделить три уровня развития компонентов компетентности самоменеджмента студента: начальный, базовый и развитый (табл. 2).

¹ Ожегов С. И. Толковый словарь русского языка. М.: Оникс [и др.], 2009. 1359 с.

Табл. 2. Уровни развития компонентов компетентности самоменеджмента

Tab. 2. Self-management competence: development levels and components

Компонент	Начальный	Базовый	Развитый
Мотивационно-целевой	<ul style="list-style-type: none"> не проявляет интерес; не пытается достичь успеха; не проявляет упорство 	<ul style="list-style-type: none"> проявляет интерес, но удовлетворяется теми результатами, которые получаются; упорен, устремлен к успеху 	<ul style="list-style-type: none"> способен самостоятельно формировать цели, достигать определенных результатов в соответствии с ними; проявляет лидерские качества и профессиональный интерес к деятельности
Когнитивный	<ul style="list-style-type: none"> нет основных знаний; нет мотивации получать необходимые знания 	<ul style="list-style-type: none"> средний уровень овладения знаниями; проявляет интерес и упорство по отношению к изучению нового 	<ul style="list-style-type: none"> эффективен в планировании, контроле, организации, мотивации; способен применять полученные знания; изобретателен в нахождении решений на основании знаний о самоменеджменте
Деятельностный	<ul style="list-style-type: none"> не осуществляет никакой деятельности 	<ul style="list-style-type: none"> проявляет интерес к работе над собой; проявляет упорство в достижении поставленных целей 	<ul style="list-style-type: none"> устанавливает цели, достигает результатов; эффективно принимает решения; тратит оптимальное количество времени; эффективно использует тайм-менеджмент
Рефлексивно-оценочный	<ul style="list-style-type: none"> не анализирует полученный опыт 	<ul style="list-style-type: none"> способен рефлексировать и анализировать простые ситуации 	<ul style="list-style-type: none"> способен контролировать результаты собственной деятельности; постоянно повышает собственный уровень развития личных достижений

Заключение

Самоменеджмент начинает активно изучаться и развиваться в сфере личного образования, а также рассматриваться в рамках высшего образования как важный элемент развития личности. Проведенный литературный анализ показал, что самоменеджмент способствует оптимизации времени, повышению эффективности процедур достижения целей, развитию интеллектуального потенциала, самовоспитанию, саморазвитию.

Комплексное умение управления собой, своими ресурсами и деятельностью становится неотъемлемым компонентом современной жизни, которая подразумевает постоянное развитие и изменение сфер деятельности. Овладение компетентностью самоменеджмента у студентов повысит конкурентоспособность и профессиональный потенциал специалиста любого профиля за счет конструктивного использования времени, эффективного планирования деятельности, целеполагания, разумного управления собой.

С помощью контент-анализа мы выделили в структуре компетентности самоменеджмента 4 компонента: мотивационно-целевой, когнитивный, деятельностный и рефлексивно-оценочный, которые более полно раскрывают данную компетентность. Предполагается,

что сформированность компетентности самоменеджмента соответствует разным уровням развития ее компонентов: начальный, базовый и развитый.

Можно сделать вывод, что самоменеджмент обучающегося вуза является важным и актуальным навыком по управлению собой и своей деятельностью. В соответствии с этим овладение компетентностью самоменеджмента представляет неотъемлемую часть культуры личности молодого современного специалиста.

Конфликт интересов: Авторы заявили об отсутствии потенциальных конфликтов интересов в отношении исследования, авторства и / или публикации данной статьи.

Conflict of interests: The authors declared no potential conflict of interests regarding the research, authorship, and / or publication of this article.

Критерии авторства: Авторы в равной степени участвовали в подготовке и написании статьи.

Contribution: All the authors contributed equally to the study and bear equal responsibility for the information published in this article.

Литература / References

1. Андреев В. И. Саморазвитие менеджера. М.: Народное собрание, 1995. 160 с. [Andreev V. I. *Self-development in managers*. Moscow: Narodnoe sobranie, 1995, 160. (In Russ.)]
2. Бузни А. Н. Когнитивное управление личности собой – главная функция самоменеджмента. *Экономика и Современный менеджмент: теория, методология, практика*. 2018. С. 72–85. [Buzni A. N. The individual cognitive control of themselves is the main function of self-management. *Ekonomika i Sovremenniy menedzhment: teoriia, metodologiia, praktika*, 2018, 72–85. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/nueqzv>
3. Вудкок М., Френсис Д. Раскрепощенный менеджер. М.: Юнити-Дана, 1999. 314 с. [Woodkok M., Francis D. *The manager unblocked*. Moscow: Inity-Dana, 1999, 314. (In Russ.)]
4. Друкер П. Ф. Задачи менеджмента в XXI веке. М.: Вильямс, 2004. 272 с. [Drucker P. F. *Management challenges in the XXI century*. Moscow: Viliams, 2004, 272. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qrykmf>
5. Зайверт Л. Ваше время – в Ваших руках: советы деловым людям, как эффективно использовать рабочее время. М.: ИНФРА-М, 1995. 230 с. [Seiwert L. *Your time is in your hands: tips for business people on how to use working time effectively*. Moscow: INFRA-M, 1995, 230. (In Russ.)]
6. Спивак В. А. Самоменеджмент как вид менеджмента – области исследования. *Лидерство и менеджмент*. 2017. Т. 4. № 4. С. 153–167 [Spivak V. A. Self-management as a type of management – area of research. *Leadership and Management*, 2017, 4(4): 153–167. (In Russ.)] <https://doi.org/10.18334/lim.4.4.38351>
7. Карпичев В. Самоменеджмент: Введение в проблему. *Проблемы теории и практики управления*. 1994. № 3. С. 103–106. [Karpichev V. Self-management: Introduction to the problem. *Problemy teorii i praktiki upravleniia*, 1994, (3): 103–106. (In Russ.)]
8. Хроленко А. Т. Самоменеджмент. М.: Экономика, 1996, 139 с. [Khrolenko A. T. *Self-management*. Moscow: Economika, 1996, 139. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/sqfnpg>
9. Бишоф А., Бишоф К. Самоменеджмент. Эффективно и рационально. М.: Омега-Л, 2006. 127 с. [Bischof A., Bischof K. *Effective and efficient self-management*. Moscow: Omega-L, 2006, 127. (In Russ.)]
10. Дегтерев В. А. Самоменеджмент как ключевая компетенция развития личности студента. *Педагогическое образование в России*. 2015. № 3. С. 64–70. [Degterev V. A. Self-management as a key competence of developing student's personality. *Pedagogical Education in Russia*, 2015, (3): 64–70. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/twfijv>
11. Исаченко И. И. Основы самоменеджмента. М.: ИНФРА-М, 2012. 312 с. [Isachenko I. I. *Basics of self-management*. Moscow: INFRA-M, 2012, 312. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qyeuwd>
12. Косинская Е. А. Формирование у студентов навыков самоменеджмента. *Научный вестник Крыма*. 2017. № 2. С. 1–8. [Kosinskaya E. A. Forming in students the self-management skills. *Scientific Bulletin of Crimea*, 2017, (2): 1–8. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yrxdex>
13. Симонова А. А. Самоменеджмент педагога: сущность, содержание, технологии. Екатеринбург: УГПУ, 2008. 136 с. [Simonova A. A. *Self-management in teachers: essence, content, and technology*. Ekaterinburg: USPU, 2008, 136. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pybvax>
14. Книсарина М. М., Сыздыкбаева А. Д., Бекешова Г. У., Неталина Г. К., Аданов К. Б. Самоменеджмент студента вуза. *Медицинский журнал Западного Казахстана*. 2018. № 3. С. 71–77. [Knisarina M. M., Syzdykbayeva A. D., Bekeshova G. U., Netalina G. K., Adanov K. B. Self-management in university students. *West Kazakhstan Medical Journal*, 2018, (3): 71–77. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/yobiix>
15. Муртузалиева М. М. Самоменеджмент студента вуза. *Вестник науки*. 2020. Т. 2. № 5. С. 38–40. [Murtuzalieva M. M. Self-management in university students. *Vestnik nauki*, 2020, 2(5): 38–40. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/vtptuc>
16. Хуторской А. В. Ключевые компетенции: Технологии конструирования. *Народное образование*. 2003. № 5. С. 55–61. [Khutorskoy A. V. Key competencies: Design technologies. *Narodnoe obrazovanie*, 2003, (5): 55–61. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/sgukwn>
17. Осипова С. И., Рябов О. Н. Обоснование педагогических условий формирования проектировочно-внедренческой компетентности бакалавров-инженеров на основе идей CDIO. *Современные наукоемкие технологии*. 2016. № 10-1. С. 181–184. [Osipova S. I., Ryabov O. N. Reasoning pedagogical conditions of the formation of design-implement competence of bachel or engineers based on cdio ideas. *Modern high technologies*, 2016, (10-1): 181–184. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wwuuhd>
18. Холопова Л. А., Русаленко Д. А., Петров В. П. Менеджмент и его разновидности: общее и частное. *Концепт*. 2014. № S9. С. 26–30. [Holopova L. A., Rusalenko D. A., Petrov V. P. Management and its variations: general and private. *Koncept*, 2014, (S9): 26–30. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/smzerd>

19. Скопина И. В., Романова Т. Менеджмент: понятие и многочисленные дефиниции российских и зарубежных ученых. *Управление экономическими системами: электронный научный журнал*. 2007. № 4. С. 35–39. [Skopina I. V., Romanova T. Management: concept and definitions in Russia and abroad. *Upravlenie ekonomicheskimi sistemami: elektronnyi nauchnyi zhurnal*, 2007, (4): 35–39. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/kztnij>
20. Тьетар Р. А. Менеджмент. СПб.: Нева, 2003. 94 с. [Thiétart R. A. *Management*. St. Petersburg: Neva, 2003, 94. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/qqrrxp>
21. Орлов А. И. Менеджмент. М.: Изумруд, 2003. 298 с. [Orlov A. I. *Management*. Moscow: Izumrud, 2003, 298. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/wonloz>
22. Роббинс С., Коултер М. Менеджмент. М.: Вильямс, 2002. 880 с. [Robbins S., Coulter M. *Management*. Moscow: Viliams, 2002, 880. (In Russ.)]
23. Швальбе Б., Швальбе Х. Личность, карьера, успех. М.: Прогресс, 2005. 240 с. [Schwalbe B., Schwalbe X. *Personality, career, and success*. Moscow: Progress, 2005, 240. (In Russ.)]
24. Ноздренко Е. А. Самоменеджмент в организации обучения студентов. *Современные проблемы науки и образования*. 2006. № 1. С. 81–82. [Nozdrenko E. A. Selfmanagement in students training organization. *Modern problems of science and education*, 2006, (1): 81–82. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/iiwulp>
25. Крикун О. А. Самоменеджмент. Харьков: ХНУ имени В. Н. Каразина, 2014. 344 с. [Krikun O. A. *Self-management*. Kharkiv: KhNU named after V. N. Karazin, 2014, 344. (In Russ.)]
26. Майданова Т. В. Самоменеджмент как условие самореализации студентов. *Педагогическое образование в России*. 2013. № 2. С. 27–30. [Maidanova T. V. Self-management as a condition of self-realization of students. *Pedagogical Education in Russia*, 2013, (2): 27–30. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pzkuqx>
27. Гамзаева М. В. К вопросу о педагогическом самоменеджменте. *Сибирский педагогический журнал*. 2011. № 1. С. 242–248. [Gamzaeva M. V. The essence and content of teaching self-management. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal*, 2011, (1): 242–248. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/pdtstp>
28. Китаев А. А. Самоменеджмент как основа управления собственной деятельностью. In: Бондаренко Е. А., Слинко Д. И., Степанов С. Л. и др. *Проблемы развития современного предпринимательства*. Ставрополь: Секвойя, 2018. С. 318–322. [Kitaev A. A. Self-management as a basis for managing your own activities. In: Bondarenko E. A., Slinko D. I., Stepanov S. L. et al. *Problems of development of modern entrepreneurship*. Stavropol: Sekvoia, 2018, 318–322. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/xpvpwpb>
29. Ларионова И. А. Самореализация как системообразующий фактор интегративной профессиональной подготовки специалистов. *Педагогическое образование в России*. 2011. № 4. С. 18–27. [Larionova I. A. Self-realization as a constituent factor of integrated professional training of specialists. *Pedagogical Education in Russia*, 2011, (4): 18–27. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/ojdvtx>
30. Колмогорцева А. А. Персональный менеджмент – управление собой. *Экономика и социум*. 2014. № 4. С. 485–488. [Kolmogorceva A. A. Personal management as self-management. *Ekonomika i sotsium*, 2014, (4): 485–488. (In Russ.)]
31. Исакова А. Ю., Лапина Т. А. Самоменеджмент в организации обучения студентов. *Молодежь XXI века: образование, наука, инновации: XI Всерос. студ. науч.-практ. конф. (Новосибирск, 7–9 декабря 2022 г.)* Новосибирск: НГПУ, 2023. С. 16–17. [Isakova A. Yu., Lapina T. A. Self-management in organizing student learning. *Youth of the XXI century: education, science, and innovation: VI ALL-Russian Student. Sci-Prac. Conf., Novosibirsk, 7–9 Dec 2022*. Novosibirsk: NSPU, 2023, 16–17. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/hkxkcq>
32. Волкова Е. В. Возрождение интереса к теории Х. Вернера в американской психологии развития (обзор статьи С. Раефф. Distinguishing between development and change: Reviving organismic-developmental theory). *Дифференционно-интеграционная теория развития*, сост. Н. И. Чуприкова, Е. В. Волкова. М.: ЯСК, 2014. Кн. 2. С. 585–598. [Volkova E. V. The revival of interest in H. Werner's theory in American developmental psychology. *Differential-integration theory of development*, comps. Chuprikova N. I., Volkova E. V. Moscow: IaSK, 2014, book 2, 585–598. (In Russ.)] <https://elibrary.ru/tekwiw>