Индекс УДК 159.9:331.101.3

Серяпина С.В

Преподаватель

Частное образовательное учреждение профессионального образования

«Саянский техникум СТЭМИ»

Российская Федерация Республика Хакасия Город Саяногорск

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТОРЫ УСПЕШНОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ САМОРЕАЛИЗАЦИИ

Аннотация

В статье рассматривается профессиональная самореализация преподавателей СПО. Исследование включает анализ теоретических и эмпирических подходов к изучению самореализации, разработку методик для оценки личностных особенностей и изучение связи между личностными характеристиками, карьерным ростом и профессиональной ориентацией. Для оценки использовались методики, такие как «Самоактуализационный тест» Шострома, тест по Герчикову, тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева и тест-опросник самоотношения (Столин, Пантелеев).

Ключевые слова

Самореализация, самоактуализация, профессиональный рост, профессиональная ориентация, колесо жизни, самооценка.

Seryapina S.V.

Teacher

Private Educational Institution of Vocational Education

"Sayansky Technical School STEMI"

Russian Federation, Republic of Khakassia, City of Sayanogorsk

PSYCHOLOGICAL FACTORS OF SUCCESSFUL PROFESSIONAL SELF-REALIZATION

Abstract

This article examines the professional self-realization of teachers in the secondary vocational education sector. The study involves an analysis of theoretical and empirical approaches to the study of self-realization, the development of methods for assessing personality traits, and an investigation into the links between personality characteristics, career growth, and professional orientation. Assessment tools used included Shostrom's Personal Orientation Inventory (Self-Actualization Test), Gerchikov's test, D. A. Leontiev's Purpose-in-Life Test, and the Self-Attitude Questionnaire (Stolin & Panteleev).

Keywords

Self-realization, self-actualization, professional growth, professional orientation, wheel of life, self-esteem.

Введение:

Самореализация — это реализация личностью своего предназначения через профессиональную деятельность. Это ключевой аспект гуманистической психологии, который включает личностную свободу, развитие и реализацию творческого потенциала.

Изучением самореализации занимались А.Н. Леонтьев, Л.С. Выготский, К. Роджерс, А. Маслоу, А. Адлер и К.Г. Юнг.

А. Адлер определял самореализацию через преодоление комплексов неполноценности и обретение жизненного стиля. К.Г. Юнг связывал это с архетипами и индивидуацией, процессом осознания своего «Я» и взаимодействия с обществом.

А. Маслоу считал самоактуализацию высшей формой развития личности, характеризующейся независимостью, единством с обществом, свободой воли и творческим мышлением. К. Роджерс подчеркивал, что такие люди менее невротичны, легче переживают стресс и открыты миру.

Цель исследования: изучить психологические факторы профессиональной самореализации преподавателей СПО и оценить эффективность программы их развития.

Задачи:

1. Проанализировать теоретические и эмпирические подходы к изучению профессиональной самореализации.
2. Разработать методики для оценки личностных особенностей, влияющих на самореализацию.

3. Исследовать связь между личностными особенностями, карьерным ростом и профессиональной ориентацией.
4. Оценить влияние жизненных и ценностных ориентаций на самореализацию.
5. Определить специфические характеристики эффективной самореализации преподавателей среднего специального образования.

Эмпирическое исследование состояло из трёх этапов. На первом анализировались высказывания респондентов о профессиональной успешности с помощью контент-анализа. На втором этапе на основе этих данных и научной литературы была разработана анкета профессиональной успешности. На третьем этапе изучались мотивационно-ценностные характеристики респондентов и их оценка профессиональной успешности, используя методики: «Субъектный подход в изучении профессиональной самореализации» С.Д. Максименко и Осёдло, «Современные представления о личностном развитии» Л.И. Анцыферовой, А.Л. Журавлёва и Н.Е. Харламенковой, а также «Проблема самореализации профессионала в образовании» Е.В. Федосенко.

Самореализация — это реализация личностью своего предназначения. Профессиональная самореализация — одна из важнейших форм раскрытия потенциала в выбранной деятельности. В последнее время люди все чаще задумываются о поиске себя, поэтому важно изучать личностные и профессиональные качества самореализованного человека.

Преподаватель — это человек, вкладывающий душу и знания в воспитание и обучение. Профессия требует нравственных качеств: тактичности, ума, терпения, целеустремленности и стремления к самосовершенствованию. Это приводит к самореализации.

Исследование включало 15 преподавателей и использовало следующие методики:

1. «Самоактуализационный тест» Шострома (адаптирован Гозманом, Крозом, Латинской).
2. Тест по Герчикову для оценки мотивации.
3. Тест смысложизненных ориентаций Д. А. Леонтьева.
4. Тест-опросник самоотношения (Столин, Пантелеев).

Эти методы помогают оценить самоактуализацию, мотивацию и смысложизненные ориентации преподавателей.

1.Тест на мотивацию по Герчикову.

Данная методика помогает определить тип трудовой мотивации работника, соответствие конкретному коллективу и профессиональной деятельности, а также средства повышения его мотивации. Модель В.И.Герчикова разработана специально для анализа мотивации российских работников. Она учитывает отечественную специфику и многократно отработана на десятках отечественных предприятий. Типологическая модель В.И.Герчикова (ТМГ) имеет ряд существенных отличий от других структурных моделей мотивации и разрабатывалась для решения управленческих проблем.

В тесте Владимира Герчикова колонки (столбцы) в ключе для подсчёта результатов соответствуют пяти типам трудовой мотивации. Я подобрала расшифровку каждой:

ИН — инструментальный. Для такого человека работа — прежде всего источник дохода. Он ценит прозрачность связи «вклад — вознаграждение»: чёткие KPI, справедливую и предсказуемую оплату.

ПР — профессиональный. Здесь в приоритете содержание и сложность задач. Человек стремится развивать экспертизу, получать новый опыт и доказывать свой уровень. Деньги для него вторичны — это знак признания профессионализма.

ПА — патриотический. Такой сотрудник мотивирован ощущением причастности к общему делу, чувством полезности и важности для команды. Ему важно, чтобы работа имела смысл и ценилась в коллективе.

ХО — хозяйский. Для этого типа важна внутренняя ответственность за свой участок работы, возможность самостоятельно принимать решения и отвечать за качество результата.

ЛЮ — люмпенизированный (иногда в тестах его называют «избегательный»). Здесь доминирует стремление минимизировать усилия и ответственность. Такой человек может избегать дополнительной нагрузки и перемен, ему важны ясные границы и предсказуемые процессы. Важно: в теории Герчикова этот тип относят к мотивации избегания (человек стремится не получить наказание), а не к достижению.

Испытуемый №1.

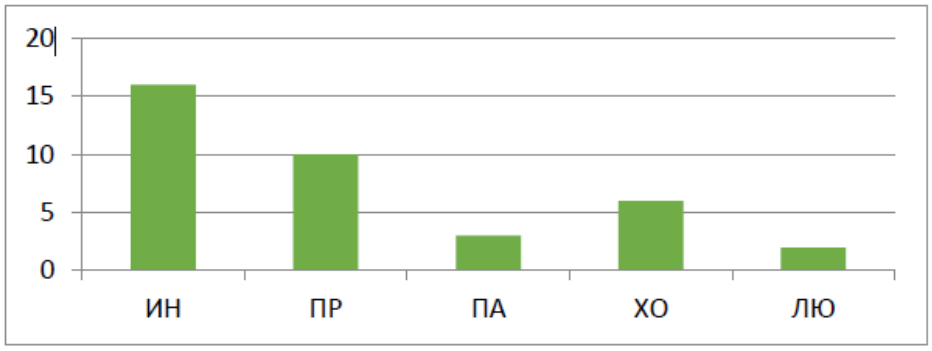


Рис. 3. Результаты теста испытуемого №1 .

Пример анализа испытуемого преподавателя, в котором мы видим преобладание инструментальной мотивации (16 баллов) и Профессиональная (10 баллов) мотивации, оба типа мотивации являются

мотивациями достижения. Для испытуемого важны как материальная сторона труда (1 место), так и содержание выполняемой работы (2 место). Эти люди не терпят подачек и стремятся обеспечивать свою жизнь самостоятельно. Однако для них также значимо профессиональное признание, сложность выполняемых задач и возможность действовать свободно и самостоятельно (Хозяйский тип мотивации, 6 баллов).

Для повышения мотивации рекомендуется- начисление премий за выполнение сложных задач, участие в обсуждении и курирование стратегических проектов, обучение за счет компании.

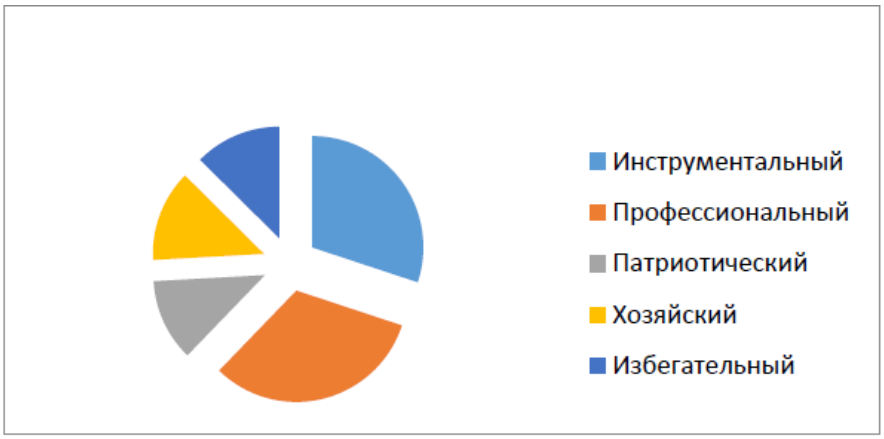


Рис.13. Результаты теста на мотивацию группы испытуемых.

Анализ остальных 14 преподавателей СПО показал преобладание в равной степени профессиональной и инструментальной мотивации .Что показывает стремление группы к профессионализму и низкий процент избегательного типа мотивации.

2. Тест-опросник самоотношения (Столин, Пантелеев).

Опросник самоотношения направлен на определение уровня самоотношения испытуемого к самому себе. Разработан В.В. Столиным и С. Р. Пантилеевым в 1985 году. Данный опросник позволяет выявить три уровня самоотношения, отличающихся по степени обобщенности:

1) глобальное самоотношение;

2) самоотношение, дифференцированное по самоуважению, аутсимпатии, самоинтересу и ожиданиям отношения к себе;

3) уровень конкретных действий (готовности к ним) в отношении к своему «Я»

Шкала S(Глобальное самоотношение) – внутренне недифференцированное чувство «за» и «против» самого себя.

Шкала I - Самоуважение – шкала из 15 пунктов, объединивших утверждения, касающиеся «внутренней последовательности», «самопонимания», «самоуверенности». Речь идет о том аспекте самоотношения, который эмоционально и содержательно объединяет веру в свои силы, способности, энергию, самостоятельность, оценку своих возможностей, контролировать собственную жизнь и быть самопоследовательным, понимание самого себя.

Шкала II - Аутосимпатия – шкала из 16 пунктов, объединяющая пункты, в которых отражается дружественность-враждебность к собственному «Я». В шкалу вошли пункты, касающиеся «самопринятия», «самообвинения». В содержательном плане шкала на позитивном полюсе объединяет одобрение себя в целом и в существенных частностях, доверие к себе и позитивную самооценку, на негативном полюсе,– видение в себе по преимуществу недостатков, низкую самооценку, готовность к самообвинению. Пункты свидетельствуют о таких эмоциональных реакциях на себя, как раздражение, презрение, издевка, вынесение самоприговоров («и поделом тебе»).

Шкала III - Самоинтерес – шкала из 8 пунктов, отражает меру близости к самому себе, в частности интерес к собственным мыслям и чувствам, готовность общаться с собой «на равных», уверенность в своей интересности для других.

Шкала IV - Ожидаемое отношение от других – шкала из 13 пунктов, отражающих ожидание позитивного или негативного отношения к себе окружающих

Данный тест был проделан на выявление у испытуемых низкой самооценки и проблем в самоуважении, аутосимпатии.

Пример результата исследования по одному из участников испытания

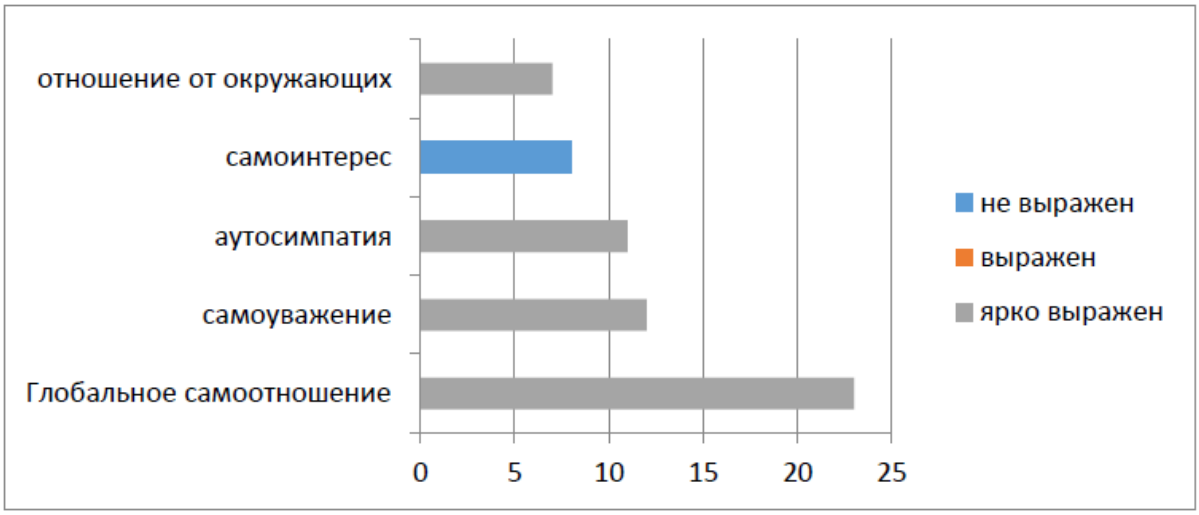


Рис.15. Результаты теста испытуемого №2

Из диаграммы мы видим, что у испытуемого нет проблем с ожиданием, самоуважением, самопринятием и общим самоотношением, но снижен уровень самоинтереса. Это указывает на низкую заинтересованность в собственных мыслях и чувствах, а также неуверенность в своей привлекательности для других. Возможно, это связано с низким настроением, неудачами или депрессивными состояниями.

3. **Тест смысложизненных ориентаций.**

Ранее данный тест назывался «Цель в жизни» был разработан и адаптирован Д.А.Леонтьевым. Тест поделен на 20 пунктов противоположных утверждений и подсчет происходит по 5 шкалам «цели», «процесс», «результат», «локус контроля -Я», «локус контроля - жизнь».

Цели в жизни. Кол-во баллов по этой шкале характеризуют наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу.

- высокие показатели 119-140
- средние показатели 88-118
- низкие показатели 20-87

Процесс жизни - это эмоциональность и насыщенность жизни и получение удовольствия от самого процесса жизни.

- высокие показатели 40-42
- средние показатели 27-39
- низкие показатели 6-26

Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией-ощущение человеком продуктивности своей жизни.

- высокие показатели 36-42
- средние показатели 27-35
- низкие показатели 6-26

Локус контроля- Я - ощущение в жизни своего права выбора (хозяина жизни).

- высокие показатели 26-28

- средние показатели 17-25
- низкие показатели 4-16

Локус контроля -жизнь – ощущение своего контроля жизни.

- высокие показатели 37-42
- средние показатели 24-36
- низкие показатели 6-23

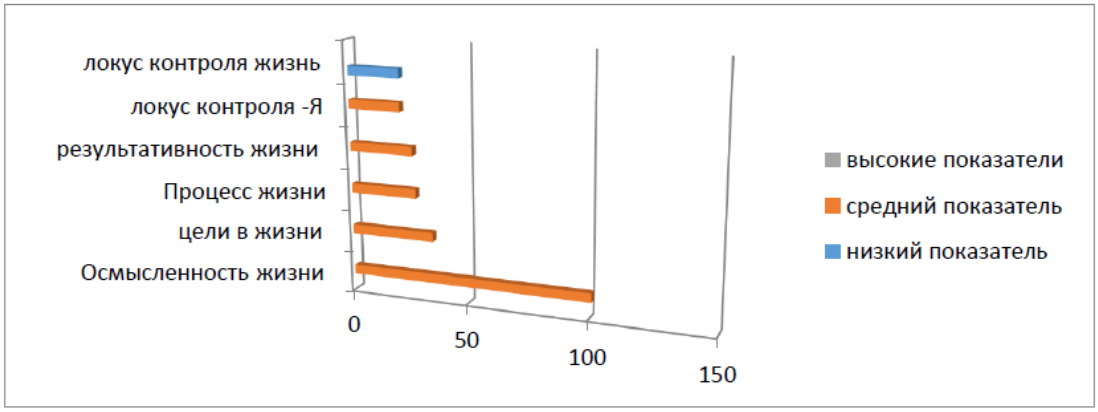


Рис.26. Результаты теста испытуемого №3

Показатели теста одного из испытуемых. По всем показателям испытуемый набрал средний балл, но на границе с высоким баллом особенно по шкале Результативность жизни, или удовлетворенность жизнью на границе с высоким баллом говорит о том, что испытуемый склонен искать смысл жизни в прошлом и жить воспоминаниями, нежели планами будущего. 22 балла по шкале «Локус контроля – жизнь» — это фатализм или убежденность в том, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю, что свобода выбора иллюзорна и бессмысленно что-либо загадывать на будущее.

Средние показатели всех участников исследования говорят о том, что они довольны своей жизнью. Это проявляется в достижении поставленных целей, эмоциональной насыщенности, самореализации,

ощущении контроля над своей жизнью и удовлетворенности результатами на данном этапе.

5. «Самоактуализационный тест» Шострома (адаптирован Гозманом, Крозом, Латинской).

Анализ психологических факторов профессиональной самореализации и успешности. Эверетт Шостром создал опросник POI для измерения самоактуализации. Он связывал её с компетентностью во времени и опорой на себя. Самоактуализирующаяся личность живёт настоящим, но использует прошлое и будущее для придания ему смысла. Опросник состоит из 126 вопросов ценностного и поведенческого характера.

Пример анализа одного из испытуемых с диаграммой:

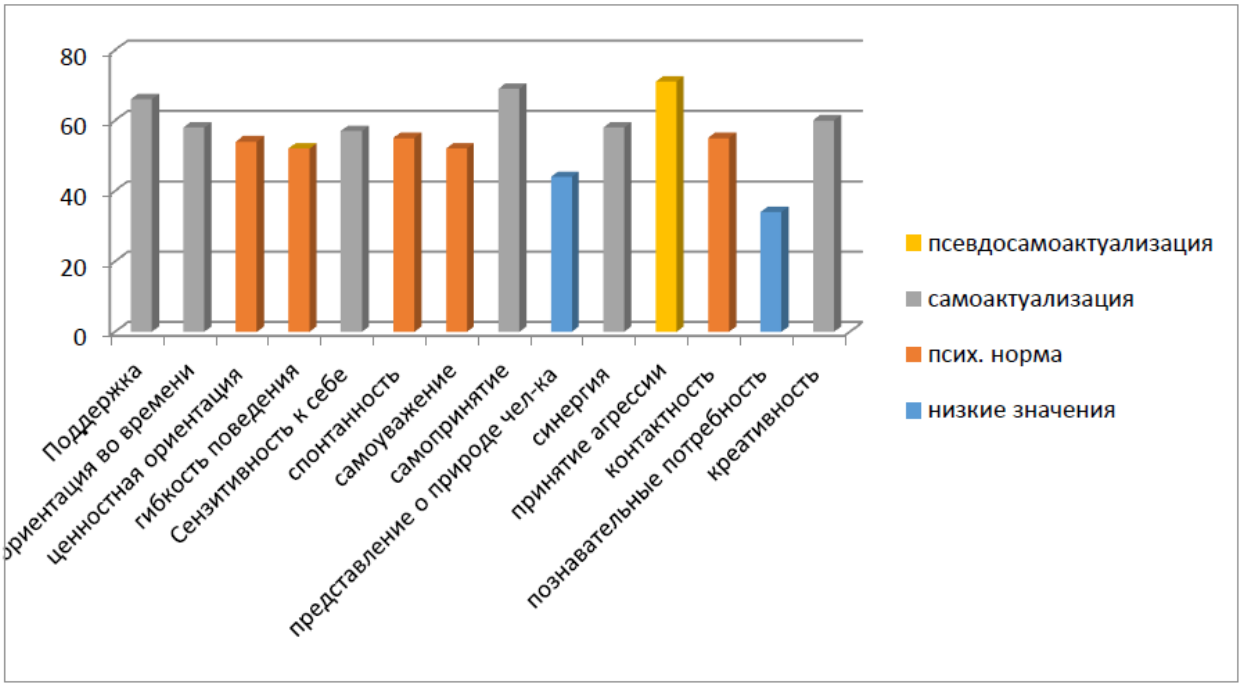


Рис.37. Результаты теста испытуемого №4

Шкала поддержки - измеряет степень независимости ценностей и поведения субъекта от воздействия извне и внутри, т.е. то, что направляет

человека, собственные цели, внутренняя свобода, отсутствия внешнего влияния. Высокий бал по данной шкале указывает что, человек относительно независим в своих поступках, стремится руководствоваться в жизни собственными целями, убеждениями, установками и принципами, что, однако, не означает враждебности к окружающим и конфронтации с групповыми нормами. Он свободен в выборе, не подвержен внешнему влиянию.

Шкала ориентации во времени- показывает ориентацию человека наотношение с реальностью, склонность жить настоящим и получать удовольствие от событий, происходящих здесь и сейчас - высокий балл указывает на самоактуализацию по шкале. Испытуемый правильно ориентирован во времени, рассматривает его в единстве прошлого, настоящего и будущего. Такой человек не откладывает жизнь на завтра, не увязает в прошлом, живет в настоящем, строит реальные планы, не увязая в чувстве вины и переживаниях прошлого.

Шкала Ценностных ориентации- Она измеряет степень того, насколько человек руководствуется ценностями, присущими самоактуализирующейся личности. Средний бал или психологическая норма на границе с самоактуализацией говорит о том, что ценности испытуемого стремятся к ценностям самоактуализированной личности.

Шкала Гибкости поведения - средний бал по данной шкале, указывает на достаточную гибкость реагирования испытуемого на изменение окружающей обстановки. Дополняя шкалу, ценностных ориентаций, гибкость поведения указывает на высокую адаптацию индивида и применение опыта в жизненном процессе.

Шкала Сензитивности к себе - высокая степень саморефлексии, отслеживание в себе чувств, потребностей и своих ощущений.

Шкала Спонтанности - способность спонтанно выражать свои чувства, средний показатель, говорит об отсутствии стеснения индивида в самовыражении, склонность заранее продумывать свое поведение.

Шкала самоуважения - показатель норма-Индивид способен ценить себя и свои достижения.

Шкала Самопринятия - или восприятие себя у испытуемого. Регистрирует степень принятия человеком себя таким, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков- самоактуализация данного показателя говорит о том, что человек высоко ценит себя, нравится себе при условии, что для этого есть объективные основания.

В блоке - шкала «принятия себя», подкрепленная шкалой «самоуважения» к себе - высокий показатель. Именно самовосприятие формирует уровень амбиций и способность к достижениям можно считать позитивное отношение к себе наиболее важным фактором, формирующим виденье будущности.

Шкала «Взгляд на природу человека» - низкий показатель, говорит о том, что испытуемый в отличии от «самоактуализированной» личности (в теории А.Маслоу) не испытывает любви к человечеству в целом, а людей считает злыми и несовершенными.

Шкала Синергия -высокий показатель, данная шкала измеряет способность к целостному восприятию мира и людей, способность человека осмысленно связывать противоречивые жизненные явления.

Межличностная чувствительность, в которую входят шкалы «принятие агрессии» и «контактность» по одной шкале псевдосамоактуализация, что говорит о том, что испытуемый хотел выглядеть более выигрышно, но все же факт принятие в себе агрессивности присутствует и вторая шкала «контактность» - средний балл, указывает на отсутствие проблемы в общении с людьми и установление с ними тесного контакта.

Шкала «Познавательные потребности» - показывает степень выраженности у человека стремления к приобретению знаний об окружающем мире- низкий показатель указывает на сниженное стремление в получении знаний, что не мешает ощущать в себе высокую степень творческого потенциала и креативности.

Анализ группы испытуемых показал, что все показатели находятся в пределах нормы. Однако по шкалам «взгляд на природу человека» и «синергия» выявлены низкие, негативные результаты. Эти шкалы отражают уровень доверия к людям, веру в их возможности и человеческие качества. Высокий показатель по этим шкалам указывает на устойчивое основание для искренних и гармоничных отношений, естественную симпатию, доверие, честность, непредвзятость и доброжелательность.

Низкий показатель по данным шкалам у испытуемых не свидетельствует о групповой мизантропии. Скорее, у молодых учителей это может быть связано с социофобией и заниженной самооценкой, а у более опытных преподавателей — с профессиональным выгоранием. Беседы и анкетирования выявили беспокойство и симпатию к студентам, а также ответное доверие и симпатию к преподавателям. Показатель по шкале «контактность» в группе соответствует уровню самоактуализации, что говорит о способности устанавливать психологический контакт, формировать доверительные отношения и достигать взаимного принятия в процессе взаимодействия.

6.Рекомендации испытуемым.

Далее в работе с испытуемыми преподавателями были даны рекомендации по работе с профессиональной самореализацией. Самореализация — ключевой смысл жизни. Важно поставить цель,

определить задачи и программу для её достижения. Затем выбрать средства, учитывая желания и возможности.

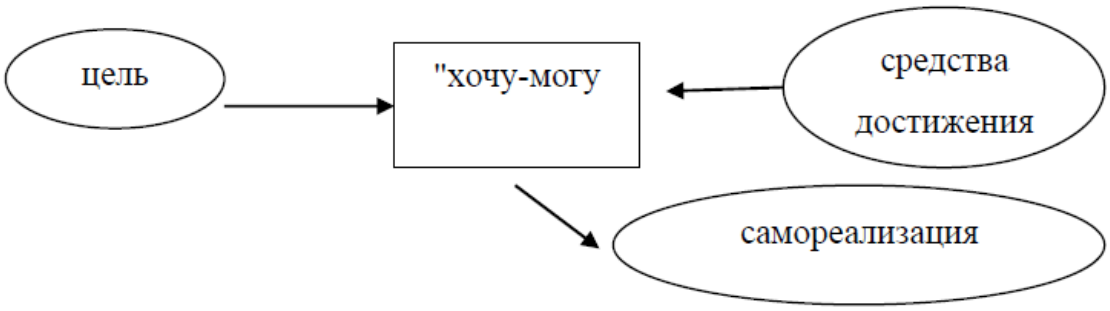


Рис.45.Самореализация

Методика Стивена Кови «затачивание пилы»и «7 навыков высокоэффективных людей», где автор разъясняет методы прокачивания 7 компетенций, без которых человек просто не найдет ресурса для достижения самореализации. В первую очередь -для того чтобы появились силы и драйв необходимо позаботиться о себе на физическом уровне, интеллектуальном уровне, социально-эмоциональном уровне, духовном уровне-спросить в чем я нуждаюсь, чтобы продолжать делать то что делаю.

В технику входят 4 вопроса;

1 вопрос что я хочу? (на уровне тела, души);

2 вопрос- почему это важно для меня? (записать 20 мотиваций);

3 вопрос -Как я пойму что я этого достиг? (маркеры) ;

4 вопрос -какие шаги я готов для этого сделать? (ставим реальные цели, резать задачи на более мелкие).

План работы по 1 пункту:

а) Сон — естественное физиологическое состояние с пониженной реакцией на мир и специфической активностью мозга. Состоит из двух фаз: медленного (90 минут) и быстрого (10-20 минут). В медленном сне

дыхание спокойное, давление понижается, тело расслаблено, мозг малоактивен. В быстром — повышаются температура и давление, сердце бьётся чаще, глаза двигаются быстро, мозг активно работает, снятся сны.

Цикл сна включает медленный и быстрый сон, повторяясь 5 раз за ночь. Во время сна анализируется информация, стирается ненужное, укрепляется память. Полноценный сон улучшает восприятие и концентрацию, укрепляет иммунитет, предотвращает переедание, снижение продуктивности и мотивации, плохой внешний вид , недовольство собой и своей деятельностью.

б) Вредные привычки, такие как злоупотребление алкоголем, никотином и кофеином, влияют на сон. Кофеин препятствует глубокому сну, поэтому рекомендуется употреблять не более одной чашки в день, желательно утром, чтобы он успел вывестись из организма за 12 часов. Алкоголь сначала расслабляет, блокируя разрушение дофамина, но затем снижает его синтез, что приводит к зависимости и проблемам с расслаблением.

в) Правильное питание и соблюдение режима питания заряжают организм энергией без переедания и голодания.

Работа с испытуемыми- в виде беседы. Ищем слабые места проводим оценку «Социально-эмоционального уровня» - это оценка отношений в семье, дружбе, любви, вдохновляет или нет социальное окружение, демотивирует, ослабляет ли ресурсы ваше окружение? Одиночество и дистантные отношения ослабляют профессиональную самореализацию, т.е. личная самореализация влияет на профессиональную. Качественные взаимоотношения взаимно вдохновляют и взаимно развивают человека, помогают найти свою цель и реализацию.

Наглядная техника «Колесо жизни» Колесо баланса - Колесо баланса – отличный аналитический инструмент. Он поможет понять, на чем стоит

сосредоточиться, грамотно расставить приоритеты и не теряться в бесконечном выборе между работой, семьей и отдыхом.



Рис.46. Диаграмма «успехи в жизни»

Ваша жизнь — это не что-то целое. Жизнь каждого человека состоит из нескольких важных сфер, между которыми он балансирует изо дня в день. Большинство делает ошибку, заботясь только об одной или двух сферах.

- Определите сферы из которых состоит ваша жизнь.
- Оцените уровень удовлетворенности каждой на текущий момент.
- Поставьте цели в каждой сфере, которые при достижению повысят уровень оценки.
- Выполните поставленные цели и сделайте свою жизнь гармоничной и сбалансированной.

По каждой диаграмме аспект, в котором Испытуемый указывал «проблемным» разбирали вопросами:

1. вопрос что я хочу в этом аспекте;
2. вопрос почему это важно для меня ?-(записать 20 мотиваций) ;

3. вопрос как я пойму что я этого достиг ?(маркеры) ;

4. вопрос какие шаги я готов для этого сделать ?-ставим реальные цели, режем задачи на более мелкие.

Вывод:

Педагог - это проводник и воспитатель нового поколения. Кроме использования специально разработанных методик, направленных на повышение уровня педагогических компетенций, изучения педагогики, необходимо чтобы преподаватель уделял достаточно времени и внимания развитию личностных качеств. Самореализация педагога — это осознанный процесс, направленный на развитие и улучшение педагогических качеств, реализацию своих талантов в соответствии с социальными требованиями. Независимо от того, какой предмет преподает учитель (математику, химию, русский язык, или любой другой), повысить эффективность своей работы невозможно без систематических самостоятельных занятий. Человек не может развиваться в преподавательской деятельности без успешного овладения своей профессией. Преподавание — это работа с людьми и личность преподавателя — это главный рабочий инструмент. Поэтому, чтобы стать профессионалом, педагогу необходимо стремиться к саморазвитию. Развитие личности начинается с самоанализа и трезвого восприятия своих качеств. Критическое отношение к собственным успехам и изучение неудач стимулируют к постоянному личностному росту и совершенствованию профессиональных навыков. Постановка целей и разбивка их на мелкие и крупные, срочные и долгосрочные. Развитие усидчивости и самомотивации, а также работа с самооценкой и самоконтролем. Таким образом, профессиональную самореализацию преподавателя можно рассматривать как процесс «творения» собственной личности.

ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследование профессиональной успешности показало, что объективная и субъективная успешность взаимосвязаны. Субъективная успешность проявляется в востребованности, позитивном отношении к работе и самореализации. У успешных работников преобладают внутренние ценности личностного роста и автономии, а также материальные мотивы. Для них важны профессиональные мотивы, удовлетворение от деятельности и повышение компетентности. Объективная успешность зависит от удовлетворения от работы и повышения квалификации, а субъективная — от личностного роста и достижения целей. Гипотеза о связи внутренних ценностей с успешностью подтвердилась частично: важны также материальные мотивы и безопасность, но они не влияют на успешность. Результаты исследования можно использовать для разработки систем мотивации, обучения и профориентации.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. Андреев А.А. Компетентностная парадигма в образовании: опыт философско-методологического анализа //Педагогика. – 2015. - №1. – С. 19-27.

2. Асаева И.Н. Основные проблемы и направления развития профессиональной компетентности воспитателей дошкольных учреждений // Современные проблемы науки и образования. – 2018. – № 4 – С. 36-41

3. Байкова, Л.А., Гребенкина, Л.К. Педагогическое мастерство и педагогические технологии Текст. / Л.А.Байкова, Л.К.Гребенкина. -М. : Педагогическое общество России, 2018. — 256с.

4. Басова, В.М. Формирование социальной компетентности сельских школьников Текст. :дис. д-ра пед.наук / В.М.Басова. Ярославль, 2014.- 472 с.

5. Богданович Н.В., Щеткина Е.И., Борисова А.А., Шевцова Н.А., Моисеева Л.П. Особенности ценностно-смысловой сферы у студентов в период обучения в вузе [Электронный ресурс] // Психология и право. 2019. - № 2. -С. 232–249.

6. Болотова А.К., Пурецкий М.М. Развитие идей саморегуляции в исторической ретроспективе / А.К. Болотова, М.М. Пурецкий // Культурно-историческая психология. – 2017. -№3. – С. 64-68.

7. Булавенко, О.А. Сущностные характеристики профессиональной компетентности Текст. / О.А.Булавенко // Школьные технологии. — 2015. № 1. - с.40-44.

8. Варданян Б.Х. Механизмы саморегуляции эмоциональной устойчивости / Б.Х. Варданян. – М.: Издательство Юрайт, 2017. – С. 242-243

9. Введенский, В.Н. Моделирование профессиональной компетентности педагога Текст. / В.Н.Введенский // Педагогика. 2017. - № 10. - С.51-55.

10. Галета Я. Воспитание воспитателей. Мотивация к профессиональным изменениям // Школьный психолог. 2018— №7. — С. 41-46.

11. Гершунский Б. С. Концепция самореализации личности в системе обоснования ценностей и целей образования / Б. С. Гершунский // Педагогика. 2013. № 10. С. 3–7.

12. Гершунский, Б.С. Концепция самореализации личности в системе обоснования ценностей и целей образования Текст. / Б.С.Гершунский // Педагогика. 2013. - № 10. - С3-1.

13. Гильмеева, Р.Х. Непрерывное профессиональное педагогическое образование: стратегические ориентиры развития Текст. / Р.Х.Гильмеева // Методист. 2018. - № 10. - С.2-5

14. Гунзунова Б.А. Теоретические подходы к исследованию саморегуляции произвольной активности субъекта деятельности / Б.А. Гунзунова // Вестник бурятского госуниверситета. – 2018. -№5. – С. 3-7.

15. Гунчина В.А. Феномен профессиональной самоидентификации // Молодой ученый. - 2017. - №15- С. 59-64. - URL https://moluch.ru/ (дата обращения: 29.03.2019).

16. Демин, В.А. Профессиональная компетентность специалиста: понятие и виды Текст. / В.А.Демин // Стандарты и мониторинг в образовании. - 2016. № 4. - С.34-42.

17. Ермолаева М.Г. Разработка образовательных программ в системе повышения квалификации педагогов. - 2014. - № 7. - С.56-58

18. Заводчиков Д.П. Пространственно-временные характеристики самоосуществления субъекта в профессионально-образовательном пространстве: теоретико-методологические предпосылки // Образование и наука. -2018. -№ 1. - С.14-25.

19. Заводчиков Д.П., Манякова П.О. Взаимосвязь саморегуляции и личной профессиональной перспективы студентов // Образование и наука. 2018.-№1. -С. 116-135.

20. Захараш, Т. Современное обновление содержания подготовки воспитателя/ Т. Захараш // Дошкольное воспитание – 2017. -№ 12. С.74

21. Зеер Э.Ф. Модернизация профессионального образования: компетентностный подход//Образование и наука.-2019.-№3. - С.27.

22. Зобков, А.В. Саморегуляционные особенности студента – субъекта учебной деятельности / А.В. Зобков // Вестник КГУ им. Н.А. Некрасова. Сер.
Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. – 2010. – № 2. – С.250-254.

23. Ибрагимова Л. А., Садуллаева Р. Модели непрерывного образования воспитателей ДОУ // Молодой ученый. — 2019. — №4. — С. 392-394.

24. Иванова, Л.Ф. Инновационные условия развития профессиональной компетентности воспитателя Текст. / Л.Ф.Иванова // Инновации в образовании. 2018. - № 4. - С. 69-75.

25. Ивахненко Г.А., Гэлиусова Ю.В. Студенты об инновациях в системе высшего образования // Социологические исследования. 2018.- № 9.- С.21-27.

26. Касьян, А.А. Гуманизация образования в России Текст. / А.А.Касьян // Педагогика. 2012. - № 2. - С.5-9.

27. Климов Е. А. Пути в профессионализм / Е. А. Климов. Москва:Флинта, 2020. 320 с.

28. Козырева, О.А. Концептуальная модель развития профессиональной компетентности педагога Текст. / О.А.Козырева // Воспитание и обучение детей с нарушениями развития. 2014. - № 6. - С.3-10.

29. Колтырева Л.Ю., Самсоненко Л.С., Тавстуха О.Г., Муратова А.А. Теоретические предпосылки проектирования персонифицированной модели повышения квалификации педагога // Персонифицированная модель повышения квалификации работников образования в современных социально-экономических условиях: коллективная монография / под ред. Н. К. Зотовой. М.: ФЛИНТА: Наука, 2017. С. 27—47.

30. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. 2015.-№ 1. -С. 5-12.

31. Копчёнова Л.А. Структурная организация саморегуляции учебной деятельности студентов-первокурсников гуманитарного направления // Научное сообщество студентов: междисциплинарные исследования: сб. ст. по мат. XXXVIII междунар. студ. науч.-практ. конф. № 2(38). URL: https://sibac.info (дата обращения: 27.03.2020).

32. Костакова И. В., Белоусова С.С. Психологическая основа профессиональной самореализации личности // Национальный психологический журнал. 2014. №3 (15). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-osnova-professionalnoy-samorealizatsii-lichnosti-1 (дата обращения: 29.11.2021).

33. Лебедев, О.Е. Компетентностный подход в образовании Текст. / О.Е.Лебедев // Школьные технологии. 2014. - № 5. - С.3-17.

34. Левина, М.М. Технологии профессионального педагогического образования Текст. : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / М.М.Левина. М. : Издательский центр «Академия», 2018.- 272с.

35. Маркова А.К. Психология профессионализма. — М.: Знание,2015. — 308 с.

36. Минюрова С. А. Психология саморазвития человека в профессии / С. А. Минюрова. Москва: Компания Спутник, 2018. 298 с.

37. Мирошин Д.Г. Зарубежный опыт подготовки персонала и его применение на российских предприятиях // Право и образование. – 2018. - № 5. – С. 113-122.

38. Мирошин Д.Г. Организационно-педагогические условия формирования профессиональной компетенции рабочих в учебных центрах предприятий: дис.... канд. пед., наук. – Екатеринбург, 2014. – С. 15-36

39. Мирошин Д.Г. Применение модульных технологий обучения для формирования творческого потенциала рабочих в условиях учебных центров предприятий // Право и образование. – 2019. - № 6. – С. 52-55.

40. Мирошин Д.Г., Костина О.В. Модульный подход к организации корпоративной подготовки рабочих кадров // Современные проблемы науки и образования. – 2017. – № 1

41. Митина, Л.М. Психология труда и профессионального развития учителя Текст. : учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / Л.М.Митина. М. : Издательский центр «Академия», 2014. - 320.

42. Мишин А. А. Взаимосвязь личностных особенностей педагогов и профессиональной самореализации // RussianJournalofEducationandPsychology. 2012. №12. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/vzaimosvyaz-lichnostnyh-osobennostey-pedagogov-i-professionalnoy-samorealizatsii (дата обращения: 29.11.2021).

43. Мониторинг управления качеством образования на основе личностно-ориентированного подхода Текст. : пособие для руководителей образовательных учреждений. : в 3 ч. / Под. ред. Буровой Л.И. и Яковлевой Е.В. Череповец, 2017. -43.- 82с.

44. Морозова, Г.Б. Психологическое сопровождение организации и персонала Текст. / Г.Б.Морозова.- СПб. : Речь, 2016.- 400 с.

45. Моросанова В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции произвольной активности человека: дис. ... д-р. псих. наук: 19.00.01. — М., 1995. — 362 с.

46. Назарова О.М. Особенности профессиональной саморегуляции педагога // Молодой ученый. - 2015. - № 6 (86). - С. 659-662.

47. Немова Н.В. Школа достижений: начало пути к успеху. М.: Сентябрь,2002. — 160 с.

48. Осницкий А.К. Структура, содержание и функции регуляторного опыта человека: дис. ... д-р. псих. наук: 19.00.01. — М., 2001. — 370 с.

49. Печеркина А. А., Катькало К. Д. Личностно-профессиональная самореализация: анализ исследований отечественных и зарубежных

авторов // Педагогическое образование в России. 2021. №1. URL: https://cyberleninka.ru/article/n/lichnostno-professionalnaya-samorealizatsiya-analiz-issledovaniy-otechestvennyh-i-zarubezhnyh-avtorov (дата обращения: 29.11.2021).

50. Поваренков Ю.П. Психология профессионального становления личности — Курск, 1991. —110с.

51. Психологические особенности ориентации педагогов на личностную модель взаимодействия с детьми Текст. / В.Г. Маралов, И.А. Бучилова, Е.Ю. Клепцова и др.; под ред. В.Г. Маралова. М. : Академический проект: Парадигма, 2015. - 288с.

52. Самсоненко Л.С., Колтырева Л.Ю. Психологическое сопровождение деятельности педагога в системе повышения квалификации. — Оренбург: Агенство «Пресса».-2016. – 170 с.

53. Самсоненко Л.С., Шавшаева Л.Ю. Развитие профессиональной мотивации педагогов дошкольного образования в условиях реализации ФГОС // Современные проблемы науки и образования. – 2014. – № 4.

54. Сваталова, Т. Инструментарий оценивания профессиональной компетентности педагогов/ Т. Сваталова// Дошкольное воспитание – 2017. -№1. С.95.

55. Сергиенко Е.А. Становление контроля поведения как проявление индивидуальности и его роль в процессе адаптации // Психология адаптации и социальная среда: Современные подходы, проблемы, перспективы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2007. — С. 251-275.

56. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основные ступени развития субъектности человека // Проблемы общения в Интернете и форумные ролевые игры [Электрон, ресурс]. Режим доступа: http://septemberfox (дата обращения: 20.06.2017).

57. Сокольникова Э. И. Некоторые проблемы развития современного вуза // Вестник МГУ им. Шолохова. Педагогика и психология. - 2017. - №1. - С. 85-94.

58. Соловьева Е.В. Современные исследования проблемы саморегуляции личности человека // Гуманизация образования. 2019. №6. URL: https://cyberleninka.ru (дата обращения: 27.03.2020).

59. Сухонина Н.В. Центр непрерывного образования: проблемы и перспективы развития // Инновационное развитие профессионального образования. 2016. №4 (12). URL: https://cyberleninka.ru/article/n/tsentr-nepreryvnogo-obrazovaniya-problemy-i-perspektivy-razvitiya (дата обращения: 14.10.2019).

60. Фоменко, С.Л. Мониторинг профессионального становления членов педагогического коллектива Текст. / С.Л.Фоменко // Педагогика. 2015. - № 1. - С.59-64.

61. Хохлова, О.А. Формирование профессиональной компетентности педагогов/ О.А. Хохлова// Справочник старшего воспитателя – 2010. - №3.- С.4. 99

62. Шмелькова, Т.В. Цель — проективно-технологическая компетентность педагога Текст. / Л.В.Шмелькова // Школьные технологии. 2012. - № 4. - С.36-48.