

УДК 378

Косинская Елена Анатольевна кандидат педагогических наук, доцент кафедры педагогики ФГАОУ ВО «Крымский федеральный университет имени В.И. Вернадского»

e-mail: olenakosinska @ mail.ua

## ФОРМИРОВАНИЕ У СТУДЕНТОВ НАВЫКОВ САМОМЕНЕДЖМЕНТА

Аннотация: в данной статье обосновывается необходимость формирования навыков самоменеджмента у студентов, раскрывается их сущность, определяются основные условия формирования в процессе обучения.

Ключевые слова: самоменеджмент, навыки самоменеджмента, учебный процесс, педагогическое сопровождение.

Kosinskaya Elena Anatolievna Candidate of Pedagogical Sciences, Associate Professor of the Department of Pedagogics of the Crimean Federal University named after V.I. Vernadsky

e-mail: olenakosinska @ mail.ua

## FORMING IN STUDENTS THE SELF-MANAGEMENT SKILLS

Annotation: this article substantiates the necessity of forming self-management skills in students. Its essence and conditions of formation in the process this training are revealed.

Keywords: self-management, self-management skills, educational process, pedagogical support.

В современном динамическом обществе актуальным для каждой личности является создание индивидуальной ниши в социуме, которая, с одной

стороны, будет содействовать самореализации и личностным достижениям, профессиональной карьере, а с другой является результатом развития человека, реализации его способностей, внутреннего потенциала и использования возможностей окружающей среды. На это влияет много факторов, но наиболее существенным является умение ставить личные цели, рационально использовать время и ресурсы, необходимые для их достижения, что является важной составляющей формирования и развития личности на всех этапах ее жизни и, особенно, в процессе получения профессии. Особое значение в процессе становления и социализации личности имеют способности к самоорганизации и самосовершенствованию, овладение приемами выполнения характерных для разных периодов жизни видов деятельности, их постоянное совершенствование и т.д.

Обучение в современном вузе это не только изменение социального статуса молодых людей, выход из под опеки родителей и учителей, изменение особенностей и условий учебного процесса. Это новый этап социализации и достижения социальной зрелости личности, который связанный со способностью к адаптации и самоорганизации в новых условиях. Особенно от этого зависит, как свидетельствует педагогическая практика, успешность обучения первокурсников, так как новая для них среда вызывает определенное психологическое напряжение, обусловленное распорядком дня, новыми требованиями, большим потоком учебной информации, необходимостью для большинства самостоятельно организовывать быт, отсутствием навыков рационального использования времени и самоорганизации. Возникшие проблемы часто связаны с недостаточностью развития навыков самоорганизации и самоуправления.

Проведенные опросы свидетельствуют, что большинство студентов-первокурсников не умеют конспектировать лекции, готовиться к семинарским занятиям, не всегда понимают значимость и необходимость самостоятельной работы, не умеют отделить главное от второстепенного. Так, около 36% жалуются на чрезмерную учебную нагрузку; около 40% студентов не умеют

планировать свое время, самостоятельные занятия; 15% не хватает информации по вузу (к кому можно обратиться, где находятся деканат, расписание, библиотека, кабинеты и т. д.). Это свидетельствует о необходимости выработки навыков самоменеджмента.

В научной литературе самоменеджмент, в основном, понимают как управление временем (тайм менеджмент). В широком смысле – это управление собой, то есть своими эмоциями, чувствами, мыслями, поведением, деятельностью, саморазвитием и самосовершенствованием, взаимоотношениями, профессиональным и карьерным ростом и т. п. В принципе от самоменеджмента зависит успешность личности в различных сферах, ее самореализация, удовлетворенность достижениями и жизнью в целом.

В процессе жизнедеятельности человек приобретает опыт, вырабатывает навыки организовывать себя, свой труд, в зависимости от ситуации проявлять эмоции и выстраивать отношения с людьми, но чаще всего это происходит методом проб и ошибок, что нерационально, болезненно, требует больших затрат времени, которое всегда ограничено. Поэтому возникает необходимость в целенаправленном формировании навыков самоменеджмента желательно в школьные годы и обязательно в процессе обучения в вузе с первых дней, учитывая особенности учебной деятельности студентов.

Динамика изменений современной социально-экономической и культурной среды, развития науки, технологий и организации учебного процесса в вузе требуют их изучения и разработки современных подходов к организации учебной деятельности и развития личности студента на разных этапах профессиональной подготовки. Этой проблеме уделяется достаточно внимания в современных научных исследованиях. Так, в частности, необходимость внедрения технологий самоменеджмента студентов обосновывает В.Д.Назарова, особенности самоменеджмента в организации обучения студентов изучает Е.А.Ноздренко, программа психологического сопровождения самоменеджмента разработана Г.В.Игумновой и

Г.Г.Журавлевой и т.п. Интересными и важными являются исследования и разработки многих других авторов, однако некоторые аспекты требуют более глубокого исследования и разработки практических рекомендаций, как для студентов, так и преподавателей, организующих учебно-познавательную деятельность.

На наш взгляд, очень важно понимание педагогами значимости и особенностей овладения студентами навыками самоменеджмента. При этом учитывать, что самоменеджмент – это не только управление временем как одним из ресурсов человека, но и управление личностным потенциалом, использование внешних ресурсов, находящихся в окружающей среде. По мнению Ноздренко Е.А., самоменеджмент предполагает самоопределение, самоорганизацию, самомотивацию, самореализацию личности./4/

Целью самоменеджмента является максимальное использование личного потенциала и возможностей окружающей среды для достижения жизненно важных результатов. При этом управление своей жизнью, преодоление трудностей, достижение успехов в самореализации и профессиональной деятельности осуществляется осознано, планомерно, целенаправленно. Самоменеджмент – это инструмент, с помощью которого человек, в конечном счете, достигает жизненных успехов. Он способствует: формированию целенаправленности и целеустремленности личности; упорядочению любых видов деятельности; рациональному использованию времени и средств достижения поставленных целей; самоорганизации; личностному росту и саморазвитию; сохранению физического и психического здоровья, предупреждению стрессов; повышению эффективности учебной деятельности; усвоению больших объемов информации; реализации внутреннего потенциала личности, развитию ее способностей; формированию личностной и профессиональной культуры и др.

Навыки самоменеджмента, по нашему мнению, включают способность: определять желания и возможности (способности) личности; создавать модель личностного успеха; определять средства и ресурсы для достижения

поставленных целей; оптимально использовать время и ресурсы на основе анализа их расходов и результатов на всех этапах достижения целей; корректировать планы, расходы средств и времени в зависимости от сложившейся ситуации.

Практика организации учебного процесса в вузе свидетельствует, что формирование навыков самоуправления происходит путем индивидуального саморазвития каждого студента и является результативным при условии грамотного педагогического сопровождения. При этом необходимо учитывать возрастные и индивидуальные психологические особенности студентов, предъявляются единые педагогические требования. Педагогическое взаимодействие со студентами способствует обучению элементарным навыкам учебного труда – составляющими самоменеджмента, особенно это важно на первом курсе. Проведенные исследования и педагогическая практика свидетельствуют, что особое внимание на первом этапе обучения преподаватели должны обратить на формирование элементарных учебных навыков таких как: конспектирование лекций; подготовка рефератов; выполнение заданий, вынесенные на самостоятельную работу; правильная подготовка к семинарским и практическим занятиям; использование современные технические средств поиска, обработки и использования информации и пр. Для первокурсников это важно, так как они сталкиваются с новыми формами учебного процесса и видами учебной деятельности.

На старших курсах наличие сформированных навыков отражается не только на качестве учебной, но и научно-исследовательской работы, поскольку влияют на формирование умений и навыков новых видов деятельности. На практике, к сожалению, многие преподаватели не уделяют этому должного внимания, не всегда обеспечивают грамотное педагогическое сопровождение учебного процесса в целом и самоменеджмента студентов в частности, что приводит, в конечном счете, к недостаточной эффективности учебной деятельности, самоорганизации студентов.

Педагогическое сопровождение формирования навыков самоменеджмента осуществляется с позиций системного и личностно ориентированного подхода и включает:

- обучение студентов методам работы по поиску, обработке, использованию учебной информации с помощью современных технологий;
- инструктирование по подготовке конспектов, рефератов, эссе и других видов работ;
- методику подготовки к семинарским и практическим занятиям, выполнению самостоятельной работы;
- разработку детальных методических рекомендаций для проведения теоретических и эмпирических исследований в процессе написания курсовых работ, подготовки докладов на научные студенческие конференции и т.п.;
- стимулирование самоанализа учебной деятельности и установление причинно следственных связей между результатом и затраченными усилиями, средствами, возможностями;
- выработку навыков учета и контроля использования времени на разные виды деятельности и т.п.

Организация учебного процесса в вузе и его педагогическое сопровождение, по нашему мнению, должны способствовать формированию такой важной составляющей самоменеджмента, как умение анализировать свою деятельность и поведение, расходы времени и средств, взаимодействия и взаимоотношения, на основе этого устанавливать причинно-следственные связи и делать обоснованные выводы. Аналитические способности и навыки формируются и развиваются с помощью дидактических средств на всех видах занятий, в том числе и с применением проблемных ситуаций. Также учебная деятельность студента должна включать актуализацию мыслительных операций, носить проблемно-поисковый характер.

Важными составляющими самоменеджмента студентов является планирование и рациональное использование времени и видов работ, распорядка дня, наличных ресурсов, чередование видов деятельности

(умственный и физический труд). Задача педагога научить элементам планирования, структурирования содержания и форм работы, расчета необходимых ресурсов для реализации планов. Так, например, педагог может требовать план ответа на семинарском занятии, план или алгоритм выполнения практического задания и т.п. Это будет способствовать не только повышению эффективности обучения, но и организации быта, выделению времени для отдыха и развлечений, достижению личных успехов.

Значимыми в самоменеджменте являются самоорганизация и мотивация. Самоорганизация в основном направлена на выполнение запланированного с соблюдением установленных сроков и рациональным использованием необходимых средств, в том числе и времени. Мотивация, с одной стороны, побуждает к формированию и реализации навыков самоменеджмента, а с другой является его элементом. Она осуществляется педагогами в виде требований и оценки учебной деятельности студента. Однако наши исследования подтверждают, что наиболее действенной является самотивация, которая проявляется в виде притязаний, постановки долгосрочных и краткосрочных целей, желаний, удовлетворения различных потребностей и прочее. Грамотное психолого-педагогическое воздействие на студента стимулирует его внутреннюю мотивацию.

Одним из важнейших навыков самоменеджмента есть самоконтроль, который требует не только определенных умений, но и волевых усилий. Самоконтроль позволяет реализовать планы, достигать целей и результатов учебной деятельности, оптимизировать учебную деятельность, организовывать быт, а также влияет на организацию досуга и отдыха. Формированию эффективного самоконтроля содействует демократический стиль отношений педагога со студентами, правильное использование контроля преподавателем, который должен быть, в первую очередь, направлен на получение информации о процессе и качестве учебной деятельности студента. Задача педагога стимулировать, поощрять самоконтроль и самооценку результатов обучения студента.

Анализ педагогического процесса в вузе показал, что формирование навыков самоменеджмента у студентов требует высокого уровня методической и психолого-педагогической подготовки профессорско-преподавательского коллектива, педагогического опыта, понимания значимости этих навыков не только в учебной деятельности, но и в жизни студента.

Результаты проведенного исследования свидетельствуют об актуальности формирования навыков самоменеджмента у студентов, его влияние на успешность их учебной деятельности, достижение личностных результатов в саморазвитии, самореализации, карьерном продвижении. Успешность формирования этих навыков зависит, с одной стороны, от осознанности студентами их необходимости в учебной деятельности и в жизни, стремления к их выработке, а, с другой, - соответствующего педагогического сопровождения, которое предполагает систему требований, мотивацию, оказание помощи студентам в случае возникновения проблем. Вместе с тем более глубокого исследования требуют условия и методы формирования навыков самоменеджмента студентов на разных этапах обучения в вузе.

#### Список литературы:

1. Игумнова Г.В., Журавлева Г.Г. Самоменеджмент учебной деятельности студентов: учебно-методическое пособие.- Йошкар – Ола: МОСИ, 2008. – 104 с.
2. Косинская Е., Штернов А., Шевень А. Некоторые особенности адаптации первокурсников / Матеріали всеукраїнського семінару молодих учених та студентів «Участь України у глобалізаційних процесах» (14-15 квітня 2011 р.) - Симферополь, 2011 - С.347-348
3. Назарова В.Д. Необходимость внедрения технологий самоменеджмента в учебную программу студентов управленческих специальностей // Студенческие научные исследования. 2014. № 7 [Электронный ресурс]. URL: <http://student.snauka.ru/2014/09/2273>.
4. Ноздренко Е.А. самоменеджмент в организации обучения студентов // Современные проблемы науки и образования. – 2006. – № 1. - С.81-82.