

## Взаимосвязь стратегий самоутверждения и самосовершенствования у студентов

Маралов Владимир Георгиевич<sup>1</sup>, Ситаров Вячеслав Алексеевич<sup>2</sup>,  
Романюк Лариса Валерьевна<sup>3</sup>, Корягина Ирина Ивановна<sup>4</sup>

<sup>1</sup>доктор психологических наук, профессор, профессор кафедры психологии,  
Череповецкий государственный университет.

Россия, г. Череповец. ORCID: 0000-0002-9627-2304. E-mail: vgmaralov@yandex.ru

<sup>2</sup>доктор педагогических наук, профессор, профессор департамента педагогики, Московский городской педагогический университет. Россия, г. Москва. ORCID: 0000-0002-8426-7487. E-mail: sitarov@mail.ru

<sup>3</sup>доктор педагогических наук, профессор, профессор кафедры педагогики  
и психологии высшей школы, Московский гуманитарный университет.

Россия, г. Москва. ORCID: 0000-0003-2764-8205. E-mail: lora1408@mail.ru

<sup>4</sup>кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры гуманитарных наук,  
Ивановская государственная медицинская академия.

Россия, г. Иваново. ORCID: 0000-0002-7821-6819. E-mail: koryaginairina@mail.ru

**Аннотация.** Актуальность проблемы обусловлена значимостью изучения психологических факторов и механизмов функционирования саморазвития, в частности, таких его форм, как самоутверждение и самосовершенствование. Цель работы состояла в выявлении взаимосвязи стратегий самоутверждения и самосовершенствования у студентов. В качестве методологической основы настоящего исследования выступил субъектный подход к саморазвитию, сформулированный М. А. Шукиной. В роли диагностического инструментария использовался опросник изучения особенностей самоутверждения С. А. Киреевой, Т. Д. Дубовицкой, а также авторский опросник на выявление стратегий самосовершенствования. Всего в исследовании приняло участие 327 студентов ряда вузов психолого-педагогического и медицинского профилей г. Москвы, г. Иваново и г. Череповца, мужчин – 70 чел. (21,41 %), женщин – 257 чел. (78,59 %), в возрасте от 17 до 26, средний возраст 19,8 лет (SD=1,88). Обработка проводилась посредством методов математической статистики, применялся критерий  $\phi^*$  – угловое преобразование Фишера и дихотомический коэффициент корреляции Пирсона. В результате были обнаружены различия в проявлениях стратегий самоутверждения и самосовершенствования у студентов-медиков и студентов – будущих педагогов и психологов. Было установлено, что выбор конструктивной стратегии самоутверждения оказался связан со стратегией «приобретение», выбор деструктивной стратегии – со стратегией «преобразование», отказ от самоутверждения отрицательно коррелировал со стратегией «преобразование», отсутствие ярко выраженных стратегий самоутверждения положительно связано со стратегией «избавление». Полученные результаты могут быть использованы в работе со студентами в процессе помощи им в построении индивидуальной траектории саморазвития, а также в процессе преодоления отрицательных барьеров саморазвития.

**Ключевые слова:** саморазвитие, самоутверждение, самосовершенствование, стратегии самоутверждения, стратегии самосовершенствования, студенты-медики, студенты-педагоги и психологи.

**Введение.** Самоутверждение и самосовершенствование относятся к базовым формам саморазвития, находящимся в диалектическом единстве, и сами составляют основу для функционирования форм более высокого порядка, то есть самоактуализации и самореализации [7].

В зарубежной психологии под самоутверждением понимается процесс поддержания целостности «Я» и глобального чувства личной идентичности и адекватности [21]. Отмечается, что люди мотивированы защищать воспринимаемую целостность и ценность себя. Под чувством целостности понимается «феноменальное переживание себя ... как адаптивно и морально адекватного, то есть компетентного, хорошего, последовательного, целостного, ста-

бильного, способного к свободному выбору, контролю важных результатов» [34, р. 262]. Самоутверждение активизируется посредством переработки информации, которая угрожает воспринимаемой адекватности или целостности «Я» [34]. Таким образом, оно может выступать в качестве инструмента для преодоления повседневных угроз [33]. Подчеркивается, что самоутверждение может носить как осознанный, так и неосознанный характер [30].

В отечественной психологии самоутверждение рассматривается как «стремление индивида к достижению и поддержанию определенного общественного статуса, часто выступающего как доминирующая потребность» [4]. Согласно Н. Е. Харламенковой, «самоутверждение – это верификация нового опыта, включенного в контекст индивидуального пространства личности с целью утверждения своей идентичности, ее сохранения и развития» [15 с. 462]. Применительно к студенческой молодежи самоутверждение трактуется как «потребность и реализация стремления проявить свою индивидуальность в профессии, получить признание окружающих и утвердить себя в своей роли и своем мнении» [13, с. 143].

Самосовершенствование, в отличие от самоутверждения, представляет собой целенаправленный процесс по изменению себя, своих личностных качеств в соответствии с некоторой моделью желаемого поведения. Различают самосовершенствование как стремление к совершенству [2] и самосовершенствование как специфическую деятельность, как форму саморазвития, направленную на преобразование себя. Процесс самосовершенствования складывается из двух стадий: 1) стадии осознания необходимости измениться и 2) стадии действия [24].

Обратимся непосредственно к проблеме стратегий самоутверждения и самосовершенствования. Во-первых, необходимо констатировать, что в широком плане и самоутверждение, и самосовершенствование сами выступают в качестве общих стратегий, например, стратегии поведения в ситуациях угрозы, способной уменьшить ее или изменить взгляд на нее [31], а также обобщенной жизненной стратегии, реализуемой в процессе жизнедеятельности человека [1]. Во-вторых, рассмотренные как формы саморазвития они реализуются в специфических видах деятельности посредством использования частных стратегий.

Что касается самоутверждения, то здесь имеются различные точки зрения на выделенные конкретные стратегии. В зарубежной психологии сюда относится концепция самовозвышения и самозащиты, которую предложили Неррег, R. H. Gramzow и С. Sedikides [23]. Ученые относят сюда одну стратегию самозащиты – дефензивность (избегание, оборона) и три стратегии самовозвышения: позитивное принятие; благоприятные конструктивы; самоутверждающие размышления. В отечественной психологии наибольшую известность получили стратегии, выделяемые Е. П. Никитиным и Н. Е. Харламенковой [11]: конструктивная, доминирования, самоподавления; стратегии, выделяемые С. А. Киреевой и Т. Д. Дубовицкой [6]: конструктивная, деструктивная и отказ от самоутверждения. Эти стратегии активно исследуются на разных возрастных этапах, у людей различных категорий. Сюда относятся дошкольники [5], подростки [14], старшие школьники [10], студенты [13], педагоги [3; 12]. В частности, I. M. Yevchenko с соавторами [36] в ходе исследования было доказано, что ориентация на негативное прошлое характерна для студентов со стратегией самоподавления, конструктивная стратегия самоутверждения связана с обращением к позитивному прошлому. Студенты с доминирующим типом самоутверждения наиболее ориентированы на будущее.

Относительно стратегий самосовершенствования можно сказать, что здесь также нет единой точки зрения. Например, А. К. Schaffner [28] к ним относит самообразование, самопознание, самоконтроль, скромность, упорство, использование воображения, осознанность и другие, то есть то, что в других работах идентифицируется как условия или средства саморазвития. О. А. Шумакова [16] рассматривала акмецелевые стратегии самосовершенствования инновационной культуры личности в процессе профессионализации. Автор к стратегиям причисляет различные сферы развития инновационной культуры. К ним она относит стратегию развития: методологической культуры, экономической культуры, правовой культуры, технической культуры и накопления человеческого капитала. В других исследованиях стратегии самосовершенствования рассматриваются как обобщенные способы преодоления противоречий между «Я-реальным» и «Я-идеальным». Так, Т. Vachkirova [19] выделяет 5 стратегий. К ним она относит рациональную переоценку, достижения, самопознание, самопринятие и самоуничтожение. В. Г. Маралов и Н. А. Низовских [9] выделяют 4 стратегии самосовершенствования: приобретение, избавление, преобразование и ограничение. Приобретение – это обретение индивидом чего-то нового, того, чего раньше у него не было, новых личностных качеств или навыков. Избавление – обратный процесс приобретению, здесь личность пытается

ся изжить у себя отрицательные черты или поведенческие характеристики. Преобразование выступает в двух ипостасях, как качественное развитие чего-либо, например, навыков владения иностранным языком, и как преобразование отрицательных характеристик личности в положительные, например, лени в трудолюбие, вспыльчивости в эмоциональную устойчивость, нетерпимости в терпимое отношение и другое. Ограничение – уменьшение частоты проявления того или иного свойства и качества личности или оформление их временными рамками, например, ограничить количество выкуриваемых сигарет, ограничить проявления своей раздражительности только отношениями с очень близкими людьми и тому подобное.

Если рассматривать проявления самоутверждения и самосовершенствования и их стратегий в некотором диалектическом единстве, то с неизбежностью возникает вопрос, а как эти стратегии взаимосвязаны. Например, какие стратегии самосовершенствования будет предпочитать личность с конструктивными или деструктивными стратегиями самоутверждения, и, наоборот, какая стратегия самоутверждения будет доминировать у человека со стратегией самосовершенствования, названной избавлением, ограничением? Необходимость ответа на эти вопросы и побудила авторов к проведению специального исследования, *цель* которого была сформулирована следующим образом – выявить психологические особенности взаимосвязи стратегий самоутверждения и самосовершенствования у студенческой молодежи. В качестве рабочей *гипотезы* выступило предположение о том, что выбор конструктивной стратегии должен сопровождаться выбором таких стратегий самосовершенствования, как «приобретение» и «преобразование», а выбор деструктивной стратегии самоутверждения – «избавление» и «ограничение».

**Методы.** В качестве методологической основы настоящего исследования выступил субъектный подход к саморазвитию, сформулированный М. А. Щукиной [17], суть которого состоит в диалектическом единстве субъектности человека и его саморазвития. В исследовании использовался комплекс теоретических и эмпирических методов. В качестве диагностического инструментария выступили опросник изучения особенностей самоутверждения С. А. Киреевой, Т. Д. Дубовицкой, а также авторская методика на выявление стратегий самосовершенствования.

*Методика исследования особенностей самоутверждения С. А. Киреевой, Т. Д. Дубовицкой* [6]. Представляет собой опросник, включающий в себе 18 утверждений с возможностью трех вариантов ответа, которые оцениваются в баллах от 0 до 2. За высокий уровень, согласно рекомендациям авторов, принимались значения выше среднего арифметического + стандартное отклонение.

*Авторская методика «Квадрат самосовершенствования»* [8; 9]. Студентам предлагается на листе бумаги нарисовать большой квадрат и разделить его на 4 части (четыре квадратики), обозначив их следующим образом по часовой стрелке: приобретение, избавление, ограничение, преобразование. Дается пояснение, что понимается под каждой из названных стратегий самосовершенствования. Инструкция испытуемым: «Напишите в соответствующем квадратике, какие черты личности или поведенческие характеристики вы хотели бы приобрести, от каких избавиться, какие свои черты хотели бы преобразовать, а какие ограничить. Ранжируйте все эти качества вне зависимости от того, в какой квадратик они попали». Принимались во внимание только характеристики, занявшие первые ранговые места.

Обработка проводилась посредством методов математической статистики, применялся критерий  $\varphi^*$  – угловое преобразование Фишера и дихотомический коэффициент корреляции Пирсона.

Исследование проводилось в сентябре – ноябре 2022 года в ряде университетов психолого-педагогического и медицинского профиля г. Москвы, г. Иваново Ивановской области, г. Череповца Вологодской области. В нем приняло участие 327 студентов, мужчин – 70 чел. (21,41 %), женщин – 257 чел. (78,59 %), в возрасте от 17 до 26 лет, средний возраст 19,8 лет ( $SD=1,88$ ). 191 человек составили студенты – будущие педагоги и психологи (Московский городской педагогический университет – 55 чел., Московский гуманитарный университет – 26 чел., Череповецкий государственный университет – 110 чел.), 136 человек составили студенты – будущие медики (Ивановская государственная медицинская академия).

**Результаты.** Обратимся непосредственно к результатам исследования. Прежде всего, охарактеризуем выборку испытуемых по всем изучаемым параметрам. Стратегии самоутверждения студентов отражены в таблице 1.

Таблица 1

**Стратегии самоутверждения студентов**

№	Стратегии	В целом		Студен- ты-медики		Студен- ты-педагоги и психологи		Статистическая значимость различий между студента- ми-медиками и студента- ми-педагогами и психолога- ми (критерий $\varphi^*$ – угловое преобразование Фишера)
		n	%	n	%	98	%	
1.	Конструктивная	98	30,00	48	35,29	50	26,18	$\varphi^*=1,75, p\leq 0,05$
2.	Конструктивная и де- структивная	11	3,36	1	0,74	10	5,23	$\varphi^*=2,56, p\leq 0,01$
3.	Конструктивная и отказ от самоутверждения	11	3,36	6	4,41	5	2,62	$\varphi^*=0,88$ , не значимо
4.	Деструктивная	28	8,56	12	8,82	16	8,38	$\varphi^*=0,13$ , не значимо
5.	Деструктивная и отказ от самоутверждения	19	5,81	1	0,74	18	9,43	$\varphi^*=4,01, p\leq 0,001$
6.	Отказ от самоутвержде- ния	75	22,94	29	21,32	46	24,08	$\varphi^*=0,60$ , не значимо
7.	Неопределенная	85	25,97	39	28,68	46	24,08	$\varphi^*=0,94$ , не значимо
	Всего:	327	100	136	100	191	100	

Как видно из таблицы 1, конструктивная стратегия самоутверждения преобладает у 30 % испытуемых (98 чел.). Причем у студентов-медиков она незначительно, но статистически значимо более выражена, чем у студентов-педагогов и психологов (35,29 % в противовес 26,18 %,  $\varphi^*=1,75, p\leq 0,05$ ). Деструктивная стратегия в явном виде проявляется всего у 8,56 % студентов (28 чел.), существенных различий между студентами-медиками и студентами-педагогами и психологами не выявлено. Гораздо более представлен отказ от самоутверждения, который характерен для 22,94 % (75 чел.), разница между медиками, педагогами и психологами также незначительна. Не выражена ярко ни одна из стратегий (средний и низкий уровень по данным опросника С. А. Киреевой и Т. Д. Дубовицкой) у 25,97 % (85 чел.).

Были обнаружены и переходные типы студентов по выраженности стратегий самоутверждения. Так, 3,36 % (11 чел.) одновременно используют и конструктивную и деструктивную стратегии (в одних случаях их поведение носит конструктивный характер, в других, наоборот, деструктивный), столько же испытуемых проявляет конструктивную стратегию и отказ от самоутверждения, у 5,81 % (19 чел.) сочетается деструктивная стратегия с отказом от самоутверждения. Конструктивную и деструктивную стратегию, деструктивную и отказ от самоутверждения статистически значимо чаще демонстрируют студенты-педагоги и психологи, в отличие от студентов-медиков (5,23 % в противовес 0,74%,  $\varphi^*=2,56, p\leq 0,01$ ; 9,43 % студента в противовес 0,74%,  $\varphi^*=4,01, p\leq 0,001$ ).

Аналогичным образом проанализируем выраженность стратегий самосовершенствования у студентов. В таблице 2 представлены только первые ранговые места стратегий приобретения, избавления, преобразования и ограничения.

Таблица 2

**Стратегии самосовершенствования студентов (первые ранговые места)**

№	Стратегии самосовер- шенствования	В целом		Студен- ты-медики		Студен- ты-педагоги и психологи		Статистическая значимость различий между студента- ми-медиками и студента- ми-педагогами и психолога- ми (критерий $\varphi^*$ – угловое преобразование Фишера)
		n	%	n	%	98	%	
1.	Приобретение	136	41,59	45	33,08	91	47,64	$\varphi^*=2,51, p\leq 0,01$
2.	Избавление	84	25,69	31	22,79	53	27,76	$\varphi^*=1,02$ , не значимо
3.	Преобразование	91	27,82	59	43,39	32	16,76	$\varphi^*=5,28, p\leq 0,001$
4.	Ограничение	8	2,45	1	0,74	7	3,65	$\varphi^*=1,95, p\leq 0,05$
5.	Отсутствие выбора	8	2,45	0	0	8	4,19	$\varphi^*$ – не вычислялся
	Всего:	327	100	136	100	191	100	

Стратегию «приобретение» (таблица 2) использует 41,59 % (136 чел.) студентов, причем педагоги и психологи ее используют чаще, чем студенты-медики (47,64 % в противовес 33,08 %,  $\varphi^*=2,51$ ,  $p \leq 0,01$ ). Стратегия «избавление» используется 25,69 % (84 чел.), различия между студентами-медиками, педагогами и психологами не обнаружены.

Стратегию «преобразование» применяет 27,82 % испытуемых (91 чел.). Ей в большей степени отдают предпочтение медики, чем педагоги и психологи (43,39 % в противовес 16,76 %,  $\varphi^*=5,28$ ,  $p \leq 0,001$ ). Стратегии «ограничение» предпочтение отдает небольшой процент студентов, всего 2,45 % (8 чел.), чуть чаще ее используют педагоги и психологи (3,65 % в противовес 0,74 %,  $\varphi^*=1,95$ ,  $p \leq 0,05$ ). Вообще не осуществили никакого выбора также 2,45 % (8 чел.).

Таким образом, наиболее используемыми стратегиями самосовершенствования являются три: «приобретение», «избавление», «преобразование».

Какие же личностные характеристики студенты хотели бы приобрести, от каких хотели бы избавиться и какие преобразовать? С учетом только первых мест получены следующие результаты.

В первую очередь многие студенты хотели бы приобрести уверенность (27 %). Это и понятно, обучение в вузе предъявляет широкий спектр требований к личности, их выполнение невозможно без уверенности в себе. Чаще других называются также такие качества, как стрессоустойчивость, умение общаться, знания по предметам подготовки, соблюдение режима дня, хорошая память, позитивное мышление, мотивация к учебе, навыки вождения и другое.

От чего хотели бы избавиться студенты? Здесь в лидерах три качества – это лень и прокрастинация – 25 % испытуемых, и наивность – 22,62 %. Первые две характеристики опять-таки связаны с учебной деятельностью, которая требует определенного режима и усилий, когда лень и прокрастинация мешают учебе. Во втором случае – налицо стремление избавиться от рудиментов детства в виде наивности, тем более что большинство студентов – это представительницы женского пола. Кроме этого, ряд студентов хотел бы избавиться от зависимости от фаст-фуда, неуверенности, вредных привычек, стеснительности, вспыльчивости, негативных эмоций, раздражительности, обидчивости и другого.

Что касается стратегии преобразования, то абсолютное большинство (63,74 %) здесь указало на преобразование откладывания дел на потом в трудолюбие. Вероятно, прокрастинация реально свойственна многим студентам, она мешает учебе, создает нервозность, поэтому многие хотели бы ее реально преобразовать в трудолюбие. Кроме того, указываются различные навыки, которые необходимо совершенствовать, например, кулинарные навыки, навыки вождения, навыки овладения иностранным языком, навыки планирования времени и другое. Некоторые студенты указывают на необходимость развития у себя памяти, умения выступать перед аудиторией, управления эмоциями и другое. Немало и таких студентов, которые хотели бы преодолеть свою раздражительность и агрессивность, преобразовать ее в позитивное отношение к людям, в спокойствие и в уравновешенность.

Стратегию «ограничение» на первое место поставило всего 8 студентов (2,45 %). Здесь студенты называют необходимость ограничения времени, проводимого «в телефоне», ограничение вредных привычек, самоуверенности, количества конфликтов, излишней эмоциональности.

Обратимся к центральной задаче настоящего исследования – выявлению взаимосвязей стратегий самоутверждения со стратегиями самосовершенствования. С этой целью нами был проведен корреляционный анализ. Каждая стратегия или группа стратегий самоутверждения принималась за 1, соответственно, остальные – за 0. Аналогичным образом каждая стратегия самосовершенствования принималась за 1, а остальные – за 0. В результате получили ряд дихотомических шкал, что дало возможность использовать дихотомический коэффициент корреляции Пирсона. Результаты отражены на рисунке 1.

Как видно из рисунка 1, конструктивная стратегия самоутверждения коррелирует положительно только с одной стратегией самосовершенствования – приобретением ( $r=0,13$ ,  $p \leq 0,05$ ). То есть тот, кто предпочитает самоутверждаться, используя конструктивные пути, желает что-то добавить к своим поведенческим характеристикам и свойствам личности. Такие студенты хотели бы приобрести уверенность, стрессоустойчивость, умение говорить «нет», упорядочить режим труда и отдыха.

Тот, кто отдает предпочтение деструктивной стратегии самоутверждения, чаще выбирает преобразование ( $r=0,25$ ,  $p \leq 0,001$ ) и не выбирает избавление ( $r=-0,13$ ,  $p \leq 0,05$ ). Сходные результаты демонстрируют студенты, у которых сочетается конструктивная и деструктивная

стратегии самоутверждения ( $r=0,11, p\leq 0,05$ ). Здесь, как было уже указано, доминирует преобразование откладывания дел на потом в трудолюбие. В то же время немало студентов, которые хотели бы преобразовать свою агрессию (внутреннюю агрессию, раздражительность) в позитивное отношение к людям.

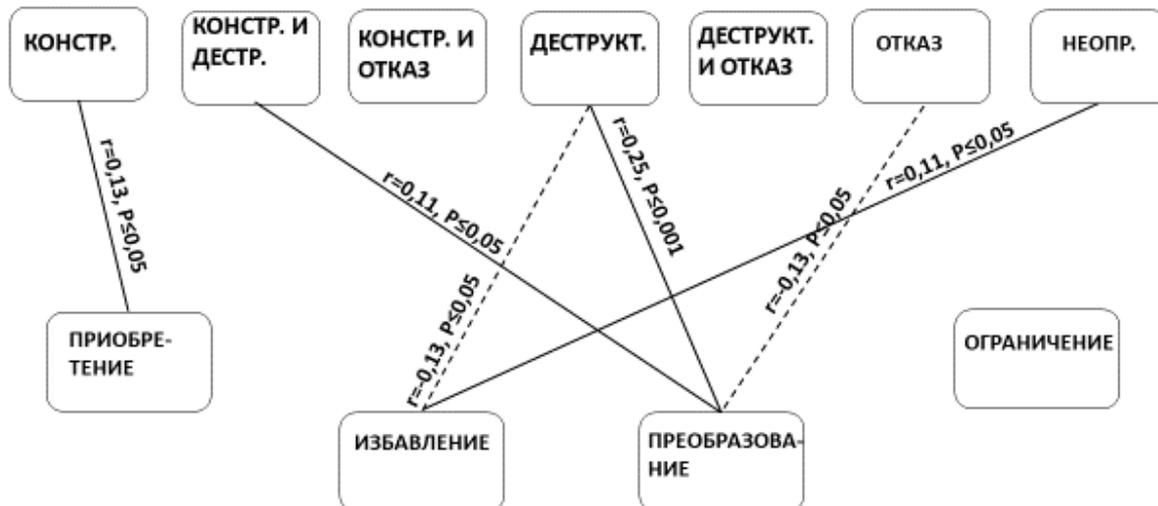


Рис. 1. Корреляционные связи стратегий самоутверждения со стратегиями самосовершенствования<sup>1</sup>

Отказ от самоутверждения, наоборот, оказался отрицательно связанным со стратегией «преобразование» ( $r=-0,13, p\leq 0,05$ ). То есть отказ от выбора и той, и другой стратегии связан либо с использованием приобретения, либо избавления.

Наконец, неопределенный выбор оказался связанным со стратегией избавления. Для студентов со слабо выраженными стратегиями самоутверждения на первый план выдвигается стремление не приобрести что-либо или преобразовать, а избавиться от каких-то черт личности, которые мешают. Чаше других, здесь, кроме уже указанных наивности, лени и прокрастинации, называется раздражительность и обидчивость.

**Обсуждение результатов.** Проблема самоутверждения и самосовершенствования активно обсуждается в современной психологии.

Относительно самоутверждения хотелось бы подчеркнуть несколько моментов. Прежде всего установлено, что позитивное самоутверждение играет важную роль в жизни человека, положительно сказывается на результативности его деятельности. Сошлемся здесь на исследование E. Philip и A. Philip [26], которые доказали, что существует положительная связь между позитивным самоутверждением, самооценкой, мотивацией учения и академической успеваемости студентов. К таким же выводам пришли D. Wang, F. Yuan, F. и Y. Wang [35], которые показали, что установка на рост, то есть убеждение в том, что интеллект можно развить, предсказывает академические достижения у подростков с высоким уровнем самоутверждения, но не у подростков с низким уровнем самоутверждения. Выявлено также, что позитивное самоутверждение снижает неопределенность, улучшает обработку информации [22], снижает тревожность, способствует актуализации положительных эмоций [25].

Что касается самосовершенствования, то здесь также накоплен достаточно богатый материал. С. Sedikides и E. G. Nepper [29] показали, что процесс самосовершенствования запускается соответствующей мотивацией в виде желания быть лучше и наличием позитивной обратной связи, например, отзывами об успехе. При этом различные аспекты «я» подлежат различной изменчивости. В частности, S. Rossas с коллегами [27] выявили, что ценности подвержены меньшему изменению, чем черты характера. Исследование старшеклассников показало, что ценности предсказывают желание изменить черты характера, в то время как

<sup>1</sup> Приняты следующие сокращения и обозначения: констр. – конструктивная стратегия; констр. и дестр. – конструктивная и деструктивная стратегии; деструк. – деструктивная стратегия; деструкт. и отказ – деструктивная стратегия и отказ от самоутверждения; отказ – отказ от самоутверждения; неопр. – неопределенный выбор; сплошная линия – прямая связь; пунктирная линия – обратная связь.

черты характера не предсказывают желание изменить ценности. На стремление личности изменяться, кроме специфической мотивации самосовершенствования, могут оказывать влияние различные факторы. Например, J. G. Breines и S. Chen [20] доказали, что отношение к себе с состраданием после совершения ошибки стимулирует мотивацию к самосовершенствованию. С. N. Armenta, M. M. Fritz и S. Lyubomirsky [18] подчеркнули роль положительных эмоций и благодарности как факторов, стимулирующих процесс самосовершенствования. Интересные данные были получены L. Yu, M. K. Duffy и B. J. Terper [37] относительно роли зависти руководителя к подчиненным в актуализации процессов самосовершенствования руководителя. Зависть к подчиненным угрожает самооценке руководителей и вызывает адаптивные стратегии в виде оскорбительного надзора или самосовершенствования руководителя. Руководители с большей вероятностью ответят на угрозу самооценке, вызванную завистью к подчиненным, злоупотреблением, если они воспринимают подчиненных как «холодных» и компетентных, и с большей вероятностью ответят самосовершенствованием, если подчиненные воспринимаются как «теплые» и компетентные.

Предпринимаются попытки проанализировать взаимодействие процессов самоутверждения и самосовершенствования. Здесь нет единого мнения. В одних случаях самоутверждение рассматривается как стратегия самосовершенствования, а в других – отмечается, что самоутверждение не оказывает никакого эффекта или оказывает негативное влияние на намерение измениться [32].

В настоящем исследовании было доказано, что выбор конструктивной или деструктивной стратегии самосовершенствования сопровождается выбором разных стратегий самосовершенствования. Выбор конструктивной стратегии самоутверждения оказался связанным с выбором такой стратегии самосовершенствования, как «приобретение», а выбор деструктивной стратегии самоутверждения – со стратегией «преобразование». Отказ от самоутверждения выявил отрицательную связь с преобразованием.

Таким образом, гипотеза подтвердилась лишь частично. Она оказалась справедливой относительно связи конструктивной стратегии самоутверждения и стратегии «приобретение» и не оправдалась относительно стратегии «преобразование», которая оказалась связанной не с конструктивной, а с деструктивной стратегией самосовершенствования. Это позволяет сделать вывод о том, что студенты с деструктивной стратегией осознают необходимость дальнейшего развития у себя положительных качеств, преобразования отрицательных черт в положительные, то есть используют по сути «зрелую» стратегию, что является хорошим условием для саморазвития в форме самосовершенствования.

В качестве ограничения настоящего исследования выступило преобладание в контингенте испытуемых представителей женского пола, что, несомненно, вносит коррективы в результаты. Кроме того, исследованы только студенты двух категорий – это студенты-медики и студенты – будущие педагоги и психологи. Хорошо бы провести исследование на студентах технического профиля подготовки. Возможно, здесь были бы получены другие результаты. Этот вывод можно рассматривать как перспективу для дальнейшего исследования.

**Заключение.** Итак, на основе проведенного исследования можно сделать общий вывод о том, что стратегии самоутверждения и самосовершенствования не являются изолированными друг от друга психологическими явлениями, а тесно связаны друг с другом.

В ходе самоутверждения люди могут использовать различные стратегии, в частности, либо конструктивную стратегию, либо деструктивную, либо отказываются от самоутверждения. В ходе самосовершенствования также используются различные стратегии, к которым можно отнести стратегию «приобретение», стратегию «избавление», стратегию «преобразование» и стратегию «ограничение». Чаще других студентами используются первые три стратегии.

Выбор конструктивной стратегии самоутверждения оказался связан со стратегией «приобретение», выбор деструктивной стратегии – со стратегией «преобразование», отказ от самоутверждения отрицательно коррелирует с «преобразованием», следовательно, эта категория испытуемых чаще использует «приобретение» и «избавление». Отсутствие каких-либо ярко выраженных стратегий самоутверждения положительно связано со стратегией «избавление».

Полученные результаты могут быть использованы в работе со студентами в процессе помощи им в построении индивидуальной траектории саморазвития, а также в процессе преодоления отрицательных барьеров саморазвития.

### Список литературы

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М. : Мысль, 1991. 299 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М. : Академический проект, 2007. 232 с.
3. Андреева С. Н., Ендьлетова Н. С. Стратегии самоутверждения преподавателей в системе высшего образования // Наука и образование сегодня. 2018. № 4 (27). С. 98–99.
4. Бим-Бад Б. М. Педагогический энциклопедический словарь. М. : Большая российская энциклопедия, 2002. 527 с.
5. Иванова Ю. А. Стратегии самоутверждения дошкольника в семье // Социально-экономические явления и процессы. 2012. № 1 (35). С. 281–285.
6. Киреева С. А., Дубовицкая Т. Д. Методика исследования особенностей самоутверждения в подростковом возрасте // Экспериментальная психология. 2011. Т. 4. № 2. С. 115–124.
7. Маралов В. Г. Диалектическая взаимосвязь форм саморазвития в контексте решения проблем психологического сопровождения личности // Интеграция образования. 2015. Т. 19. № 2 (79). С. 117–125.
8. Маралов В. Г. Приобретение или избавление: проблема выбора студентами стратегий самосовершенствования // Интеграция образования. 2017. Т. 21. № 3. С. 477–488. DOI: 10.15507/1991-9468.088.021.201703.477-488.
9. Маралов В. Г., Низовских Н. А. Стратегия самосовершенствования в личностном саморазвитии человека // Вестник гуманитарного образования. 2015. № 1. С. 4–39.
10. Моисеева О. А. Актуальность формирования стратегий самоутверждения у старшеклассников в контексте современного этапа развития отечественного образования // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Педагогика. 2009. № 4. С. 107–109.
11. Никитин Е. П., Харламенкова Н. Е. Феномен человеческого самоутверждения. СПб. : Алетейя, 2000. 217 с.
12. Подымова Л. С., Долинская Л. А. Самоутверждение педагогов в инновационной деятельности. М. : Прометей, 2016. 208 с.
13. Подымова Л. С., Долинская Л. А., Лю Шоувэнь. Стратегии самоутверждения студентов в учебной деятельности // Проблемы современного образования. 2018. № 3. С. 142–150.
14. Харламенкова Н. Е. Самоутверждение подростка. М. : Институт психологии РАН, 2009. 384 с.
15. Харламенкова Н. Е. Самоутверждение личности: от термина к понятию // Разработка понятий современной психологии. Серия: Методология, история и теория психологии. М., 2021. С. 444–472.
16. Шумакова О. А. Акмецелевые стратегии самосовершенствования инновационной культуры личности в процессе профессионализации // Известия Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена. 2008. № 81. С. 289–297.
17. Щукина М. А. Эвристичность субъектного подхода в психологических исследованиях саморазвития личности // Психологический журнал. 2018. № 39 (2). С. 48–57. DOI: 10.7868/S0205959218020058.
18. Armenta C. N., Fritz M. M., Lyubomirsky S. Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change // Emotion Review. 2017. Vol. 9 (3). Pp. 183–190. DOI: 10.1177/1754073916669596.
19. Bachkirova T. Dealing with issues of the self-concept and self-improvement strategies in coaching and mentoring // International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring. 2004. Vol. 2. No. 2. Pp. 29–40.
20. Breines J. G., Chen S. Self-compassion increases self-improvement motivation // Personality and Social Psychology Bulletin. 2012. Vol. 38 (9). Pp. 1133–1143. DOI: 10.1177/0146167212445599.
21. Cohen G. L., Sherman D. K. The psychology of change: Self-affirmation and social psychological intervention // Annual Review of Psychology. 2014. Vol. 65. Pp. 333–371. DOI: 10.1146/annurev-psych-010213-115137.
22. Gu R., Yang J., Yang Z., Huang Z., Wu M., Cai H. Self-affirmation enhances the processing of uncertainty: An event-related potential study // Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience. 2019. Vol. 19 (2). Pp. 327–337. DOI: 10.3758/s13415-018-00673-0.
23. Hepper E. G., Gramzow R. H., Sedikides C. Individual differences in self-enhancement and self-protection strategies: An integrative analysis // Journal of personality. 2010. Vol. 78. No. 2. Pp. 781–814. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2010.00633.x.
24. Kurman J. Self-enhancement, self-regulation and self-improvement following failures // The British Journal of Social Psychology. 2006. Vol. 45 (Pt 2). Pp. 339–356. DOI: 10.1348/014466605x42912.
25. Padoli P., Suwito J., Hariyanto T. Self-Affirmation Reduces the Anxiety, LDH and Troponin I in the Clients with Coronary Heart Disease (CHD) // Jurnal Ners. 2019. Vol. 14 (3). Pp. 310–5. DOI: 10.20473/jn.v14i3(si).17170.
26. Philip E., Philip A. The Influence of Positive Self-affirmation towards Malaysian ESL Students at Tertiary Level of Education // International Journal of Humanities and Education Development. 2022. Vol. 4 (4). Pp. 9–17. DOI: 10.22161/jhed.4.4.2.
27. Roccas S., Sagiv L., Oppenheim S., Elster A., Gal A. Integrating content and structure aspects of the self: Traits, values, and self-improvement // Journal of Personality. 2014. Vol. 82 (2). Pp. 144–157. DOI: 10.1111/jopy.12041.
28. Schaffner A. K. The Art of Self-Improvement: Ten Timeless Truths. New Haven : Yale University Press, 2021. 280 p. DOI: 10.2307/j.ctv1vbd15n.

29. Sedikides C., Hepper E. G. Self-improvement // Social and Personality Psychology Compass. 2009. Vol. 3 (6). Pp. 899-917. DOI: 10.1111/j.1751-9004.2009.00231.x.
30. Sherman D. K., Cohen G. L., Nelson L. D., Nussbaum A. D., Bunyan D. P., Garcia J. Affirmed yet unaware: Exploring the role of awareness in the process of self-affirmation // Journal of Personality and Social Psychology. 2009. Vol. 97 (5). Pp. 745-764. DOI: 10.1037/a0015451.
31. Sherman D. K., Hartson K. A. Reconciling self-protection with self-improvement: Self-affirmation theory // In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), Handbook of self-enhancement and self-protection. The Guilford Press, 2011. Pp. 128-151.
32. Shin M., Kim Y., Park S. Effect of psychological distance on intention in self-affirmation theory // Psychological Reports. 2020. No. 123 (6). Pp. 2101-2124. DOI: 10.1177/0033294119856547.
33. Silverman A., Logel C., Cohen G. L. Self-affirmation as a deliberate coping strategy: The moderating role of choice // Journal of Experimental Social Psychology. 2013. Vol. 49 (1). Pp. 93-98. DOI: 10.1016/j.jesp.2012.08.005.
34. Steele C. M. The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self // In L. Berkowitz (Ed.), Advances in experimental social psychology. Social psychological studies of the self: Perspectives and programs. Vol. 21. Academic Press, 1988. Pp. 261-302.
35. Wang D., Yuan F., Wang Y. Growth mindset and academic achievement in Chinese adolescents: A moderated mediation model of reasoning ability and self-affirmation // Current Psychology. 2022. Vol. 41. Pp. 783-792. DOI: 10.1007/s12144-019-00597-z.
36. Yevchenko I. M., Masliuk A. M., Podolyak N. M., Girchenko O. L. Students' orientation to the past, present, future and its dependence on their way of self-affirmation // Linguistics and Culture Review. 2021. Vol. 5 (S4). Pp. 454-468. DOI: 10.21744/lingcure.v5nS4.1586.
37. Yu L., Duffy M. K., & Tepper B. J. Consequences of downward envy: A model of self-esteem threat, abusive supervision, and supervisory leader self-improvement // Academy of Management Journal. 2018. Vol. 61 (6). Pp. 2296-2318. DOI: 10.5465/amj.2015.0183.

## Relation of strategies of self-affirmation and self-improvement among students

Maralov Vladimir Georgievich<sup>1</sup>, Sitarov Vyacheslav Alekseevich<sup>2</sup>,  
Romanyuk Larisa Valeryevna<sup>3</sup>, Koryagina Irina Ivanovna<sup>4</sup>

<sup>1</sup>Doctor of Psychological Sciences, Professor, Professor of the Department of Psychology, Cherepovets State University, Russia, Cherepovets. ORCID: 0000-0002-9627-2304. E-mail: vgmaralov@yandex.ru

<sup>2</sup>Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Pedagogy, Moscow City Pedagogical University, Russia, Moscow. ORCID: 0000-0002-8426-7487. E-mail: sitarov@mail.ru

<sup>3</sup>Doctor of Pedagogical Sciences, Professor, Professor of the Department of Pedagogy and Psychology of the Higher School, Moscow Humanitarian University, Russia, Moscow. ORCID: 0000-0003-2764-8205. E-mail: lora1408@mail.ru

<sup>4</sup>PhD in Pedagogical Sciences, associate professor, associate professor of the Department of Humanities, Ivanovo State Medical Academy, Russia, Ivanovo. ORCID: 0000-0002-7821-6819. E-mail: koryaginairina@mail.ru

**Abstract.** The relevance of the problem is due to the importance of studying psychological factors and mechanisms of functioning of self-development, in particular, its forms such as self-affirmation and self-improvement. The purpose of the work was to identify the relationship between the strategies of self-affirmation and self-improvement among students. The methodological basis of this study was the subjective approach to self-development formulated by M. A. Shchukina. In the role of diagnostic tools, a questionnaire was used to study the features of self-affirmation by S. A. Kireeva, Etc. Dubovitskaya, as well as the author's questionnaire to identify self-improvement strategies. In total, 327 students of a number of universities of psychological, pedagogical and medical profiles of Moscow, Ivanovo and Cherepovets took part in the study, men – 70 people (21.41 %), women – 257 people (78.59 %), aged 17 to 26, average age 19.8 years (SD=1.88). The processing was carried out using mathematical statistics methods, the criterion  $\varphi^*$  was applied – the Fisher angular transformation and the Pearson dichotomous correlation coefficient. As a result, differences were found in the manifestations of self-affirmation and self-improvement strategies among medical students and students – future teachers and psychologists. It was found that the choice of a constructive self-affirmation strategy was associated with the "acquisition" strategy, the choice of a destructive strategy – with the "transformation" strategy, the rejection of self-affirmation negatively correlated with the "transformation" strategy, the absence of pronounced self-affirmation strategies was positively associated with the "deliverance" strategy. The obtained results can be used in working with students in the process of helping them to build an individual trajectory of self-development, as well as in the process of overcoming negative barriers to self-development.

**Keywords:** self-development, self-affirmation, self-improvement, self-affirmation strategies, self-improvement strategies, medical students, pedagogical students and psychologists.

### References

1. *Abul'hanova-Slavskaya K. A. Strategiya zhizni* [Strategy of life]. M. Mysl (Thought). 1991. 299 p.
2. *Adler A. Praktika i teoriya individual'noj psihologii* [Practice and theory of individual psychology]. M. Akademicheskij proekt (Academic project). 2007. 232 p.
3. *Andreeva S. N., Endyletova N. S. Strategii samoutverzhdeniya prepodavatelej v sisteme vysshego obrazovaniya* [Strategies of self-affirmation of teachers in the system of higher education] // *Nauka i obrazovanie segodnya* – Science and education today. 2018. No. 4 (27). Pp. 98–99.
4. *Bim-Bad B. M. Pedagogicheskij enciklopedicheskij slovar'* [Pedagogical encyclopedic dictionary]. M. Great Russian Encyclopedia. 2002. 527 p.
5. *Ivanova Yu. A. Strategii samoutverzhdeniya doshkol'nika v sem'e* [Strategies of self-affirmation of a preschooler in the family] // *Social'no-ekonomicheskie yavleniya i processy* – Socio-economic phenomena and processes. 2012. No. 1 (35). Pp. 281–285.
6. *Kireeva S. A., Dubovickaya T. D. Metodika issledovaniya osobennostej samoutverzhdeniya v podrostkovom vozraste* [Methodology for studying the features of self-affirmation in adolescence] // *Eksperimental'naya psihologiya* – Experimental Psychology. 2011. Vol. 4. No. 2. Pp. 115–124.
7. *Maralov V. G. Dialekticheskaya vzaimosvyaz' form samorazvitiya v kontekste resheniya problem psichologicheskogo soprovozhdeniya lichnosti* [Dialectical interrelation of forms of self-development in the context of solving problems of psychological support of personality] // *Integraciya obrazovaniya* – Integration of education. 2015. Vol. 19. No. 2 (79). Pp. 117–125.
8. *Maralov V. G. Priobretenie ili izbavlenie: problema vybora studentami strategij samosovershenstvovaniya* [Acquisition or disposal: the problem of students' choice of self-improvement strategies] // *Integraciya obrazovaniya* – Integration of education. 2017. Vol. 21. No. 3. Pp. 477–488. DOI: 10.15507/1991-9468.088.021.201703.477-488.
9. *Maralov V. G., Nizovskih N. A. Strategiya samosovershenstvovaniya v lichnostnom samorazviti cheloveka* [Strategy of self-improvement in personal self-development of a person] // *Vestnik gumanitarnogo obrazovaniya* – Herald of Humanitarian Education. 2015. No. 1. Pp. 4–39.
10. *Moiseeva O. A. Aktual'nost' formirovaniya strategij samoutverzhdeniya u starsheklassnikov v kontekste sovremennogo etapa razvitiya otechestvennogo obrazovaniya* [The relevance of the formation of self-affirmation strategies among high school students in the context of the current stage of development of domestic education] // *Vestnik Moskovskogo gosudarstvennogo oblastnogo universiteta. Seriya: Pedagogika* – Herald of the Moscow State Regional University. Series: Pedagogy. 2009. No. 4. Pp. 107–109.
11. *Nikitin E. P., Harlamenkova N. E. Fenomen chelovecheskogo samoutverzhdeniya* [The phenomenon of human self-affirmation]. SPb. Aleteya. 2000. 217 p.
12. *Podymova L. S., Dolinskaya L. A. Samoutverzhdenie pedagogov v innovacionnoj deyatel'nosti* [Self-affirmation of teachers in innovative activity]. M. Prometheus. 2016. 208 p.
13. *Podymova L. S., Dolinskaya L. A., Lyu Shouven'. Strategii samoutverzhdeniya studentov v uchebnoj deyatel'nosti* [Strategies of self-affirmation of students in educational activities] // *Problemy sovremennogo obrazovaniya* – Problems of modern education. 2018. No. 3. Pp. 142–150.
14. *Harlamenkova N. E. Samoutverzhdenie podrostka* [Self-affirmation of a teenager]. M. Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences. 2009. 384 p.
15. *Harlamenkova N. E. Samoutverzhdenie lichnosti: ot termina k ponyatiyu* [Self-affirmation of personality: from term to concept] // *Razrabotka ponyatij sovremennoj psihologii. Seriya: Metodologiya, istoriya i teoriya psihologii* – Development of concepts of modern psychology. Series: Methodology, History and theory of Psychology. M. 2021. Pp. 444–472.
16. *Shumakova O. A. Akmecelevye strategii samosovershenstvovaniya innovacionnoj kul'tury lichnosti v processe professionalizacii* [Akmecelevye strategies of self-improvement of innovative culture of personality in the process of professionalization] // *Izvestiya Rossijskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. A. I. Gercena* – News of Russian State Pedagogical University n. a. A. I. Herzen. 2008. No. 81. Pp. 289–297.
17. *Shchukina M. A. Evristichnost' sub'ektnogo podhoda v psichologicheskikh issledovaniyah samorazvitiya lichnosti* [Heuristics of the subjective approach in psychological studies of self-development of personality] // *Psichologicheskij zhurnal* – Psychological Journal. 2018. No. 39 (2). Pp. 48–57. DOI: 10.7868/S0205959218 020058.
18. *Armenta C. N., Fritz M. M., Lyubomirsky S. Functions of Positive Emotions: Gratitude as a Motivator of Self-Improvement and Positive Change* // *Emotion Review*. 2017. Vol. 9 (3). Pp. 183–190. DOI: 10.1177/1754073916669596.
19. *Bachkirova T. Dealing with issues of the self-concept and self-improvement strategies in coaching and mentoring* // *International Journal of Evidence Based Coaching and Mentoring*. 2004. Vol. 2. No. 2. Pp. 29–40.
20. *Breines J. G., Chen S. Self-compassion increases self-improvement motivation* // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2012. Vol. 38 (9). Pp. 1133–1143. DOI: 10.1177/0146167212445599.
21. *Cohen G. L., Sherman D. K. The psychology of change: Self-affirmation and social psychological intervention* // *Annual Review of Psychology*. 2014. Vol. 65. Pp. 333–371. DOI: 10.1146/annurev-psych-010213-115137.

22. Gu R., Yang J., Yang Z., Huang Z., Wu M., Cai H. Self-affirmation enhances the processing of uncertainty: An event-related potential study // *Cognitive, Affective & Behavioral Neuroscience*. 2019. Vol. 19 (2). Pp. 327–337. DOI: 10.3758/s13415-018-00673-0.
23. Hepper E. G., Gramzow R. H., Sedikides C. Individual differences in self-enhancement and self-protection strategies: An integrative analysis // *Journal of personality*. 2010. Vol. 78. No. 2. Pp. 781–814. DOI: 10.1111/j.1467-6494.2010.00633.x.
24. Kurman J. Self-enhancement, self-regulation and self-improvement following failures // *The British Journal of Social Psychology*. 2006. Vol. 45 (Pt 2). Pp. 339–356. DOI: 10.1348/014466605x42912.
25. Padoli P., Suwito J., Hariyanto T. Self-Affirmation Reduces the Anxiety, LDH and Troponin I in the Clients with Coronary Heart Disease (CHD) // *Jurnal Ners*. 2019. Vol. 14 (3). Pp. 310-5. DOI: 10.20473/jn.v14i3(si).17170.
26. Philip E., Philip A. The Influence of Positive Self-affirmation towards Malaysian ESL Students at Tertiary Level of Education // *International Journal of Humanities and Education Development*. 2022. Vol. 4 (4). Pp. 9–17. DOI: 10.22161/jhed.4.4.2.
27. Roccas S., Sagiv L., Oppenheim S., Elster A., Gal A. Integrating content and structure aspects of the self: Traits, values, and self-improvement // *Journal of Personality*. 2014. Vol. 82 (2). Pp. 144–157. DOI: 10.1111/jopy.12041.
28. Schaffner A. K. *The Art of Self-Improvement: Ten Timeless Truths*. New Haven : Yale University Press, 2021. 280 p. DOI: 10.2307/j.ctv1vbd15n.
29. Sedikides C., Hepper E. G. Self-improvement // *Social and Personality Psychology Compass*. 2009. Vol. 3 (6). Pp. 899–917. DOI: 10.1111/j.1751-9004.2009.00231.x.
30. Sherman D. K., Cohen G. L., Nelson L. D., Nussbaum A. D., Bunyan D. P., Garcia J. Affirmed yet unaware: Exploring the role of awareness in the process of self-affirmation // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2009. Vol. 97 (5). Pp. 745–764. DOI: 10.1037/a0015451.
31. Sherman D. K., Hartson K. A. Reconciling self-protection with self-improvement: Self-affirmation theory // In M. D. Alicke & C. Sedikides (Eds.), *Handbook of self-enhancement and self-protection*. The Guilford Press, 2011. Pp. 128–151.
32. Shin M., Kim Y., Park S. Effect of psychological distance on intention in self-affirmation theory // *Psychological Reports*. 2020. No. 123 (6). Pp. 2101–2124. DOI: 10.1177/0033294119856547.
33. Silverman A., Logel C., Cohen G. L. Self-affirmation as a deliberate coping strategy: The moderating role of choice // *Journal of Experimental Social Psychology*. 2013. Vol. 49 (1). Pp. 93–98. DOI: 10.1016/j.jesp.2012.08.005.
34. Steele C. M. The psychology of self-affirmation: Sustaining the integrity of the self // In L. Berkowitz (Ed.), *Advances in experimental social psychology*. Social psychological studies of the self: Perspectives and programs. Vol. 21. Academic Press, 1988. Pp. 261–302.
35. Wang D., Yuan F., Wang Y. Growth mindset and academic achievement in Chinese adolescents: A moderated mediation model of reasoning ability and self-affirmation // *Current Psychology*. 2022. Vol. 41. Pp. 783–792. DOI: 10.1007/s12144-019-00597-z.
36. Yevchenko I. M., Masliuk A. M., Podolyak N. M., Girchenko O. L. Students' orientation to the past, present, future and its dependence on their way of self-affirmation // *Linguistics and Culture Review*. 2021. Vol. 5 (S4). Pp. 454–468. DOI: 10.21744/lingcure.v5nS4.1586.
37. Yu L., Duffy M. K., & Tepper B. J. Consequences of downward envy: A model of self-esteem threat, abusive supervision, and supervisory leader self-improvement // *Academy of Management Journal*. 2018. Vol. 61 (6). Pp. 2296–2318. DOI: 10.5465/amj.2015.0183.