



МУРМАНСКИЙ  
АРКТИЧЕСКИЙ  
УНИВЕРСИТЕТ

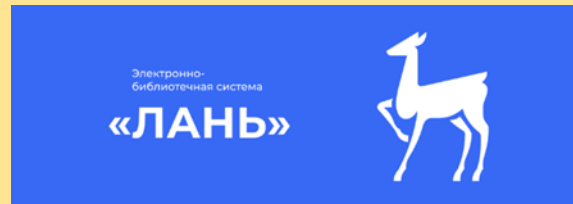
Институт психологии и педагогики  
«Декада психологии в МАУ», 10-22 ноября 2025 г.

# *«Саморазвитие студента: психологические стратегии и техники»*

17 ноября – Международный день студентов



**Электронные издания**  
**ЭБС «Юрайт»,**  
**«Университетская библиотека Online»,**  
**«Лань»**



*Артюхова, Т. Ю. Психология и педагогика саморазвития студентов высшей школы : учебник для вузов / Т. Ю. Артюхова, О. А. Козырева. — Москва : Юрайт, 2025. — 230 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16283-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/568042> (дата обращения: 12.11.2025).*

В учебном пособии рассматриваются основные положения психологии и педагогики саморазвития обучающихся вузов. Рассмотрены психологические основы понятия "саморазвитие личности" как многоаспектной единицы, раскрыто содержание и характеристика компонентов и форм саморазвития личности, развивающейся как в норме, так и с инвалидностью, ограниченными возможностями здоровья. Предложены направления психолого-педагогического сопровождения саморазвития студентов в условиях высшей школы, методы диагностики уровня саморазвития и его самосовершенствования в рамках квазипрофессиональной деятельности.



*Маралов, В. Г. Психология саморазвития : учебник и практикум для вузов / В. Г. Маралов, Н. А. Низовских, М. А. Щукина. — 2-е изд., испр. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 320 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-9916-9979-2. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/562670> (дата обращения: 12.11.2025).*

Будущие психологи и педагоги-психологи должны не только сами заниматься развитием себя, но и владеть методами оказания помощи и поддержки, сопровождения людей, вставших на путь саморазвития. Этот учебник поможет студентам в изучении психологии саморазвития человека как учебной дисциплины. В издании дается общая характеристика саморазвития, раскрывается роль человека как субъекта своего жизненного пути и саморазвития. Описываются цели, мотивы, формы, условия и механизмы саморазвития. Отдельные главы посвящены вопросам психологического сопровождения саморазвития на разных возрастных этапах онтогенеза, а также проблемам профессионального саморазвития.



*Бакшаева, Н. А. Психология мотивации студентов : учебник для вузов / Н. А. Бакшаева, А. А. Вербицкий. — 2-е изд., стер. — Москва : Юрайт, 2025. — 170 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-08576-1. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/561843> (дата обращения: 12.11.2025).*

Представлен анализ психологических исследований по проблемам мотивации студентов. Рассмотрена сущность мотивации, систематизированы основные отечественные и зарубежные подходы к пониманию мотивации деятельности и поведения человека, к ее развитию в обучении. Проанализированы процессы трансформации познавательной мотивации студентов в профессиональную в контекстном обучении, в котором моделируется предметное и социальное содержание усваиваемой профессиональной деятельности. Описаны методики исследования мотивации, приведен обширный список литературы.



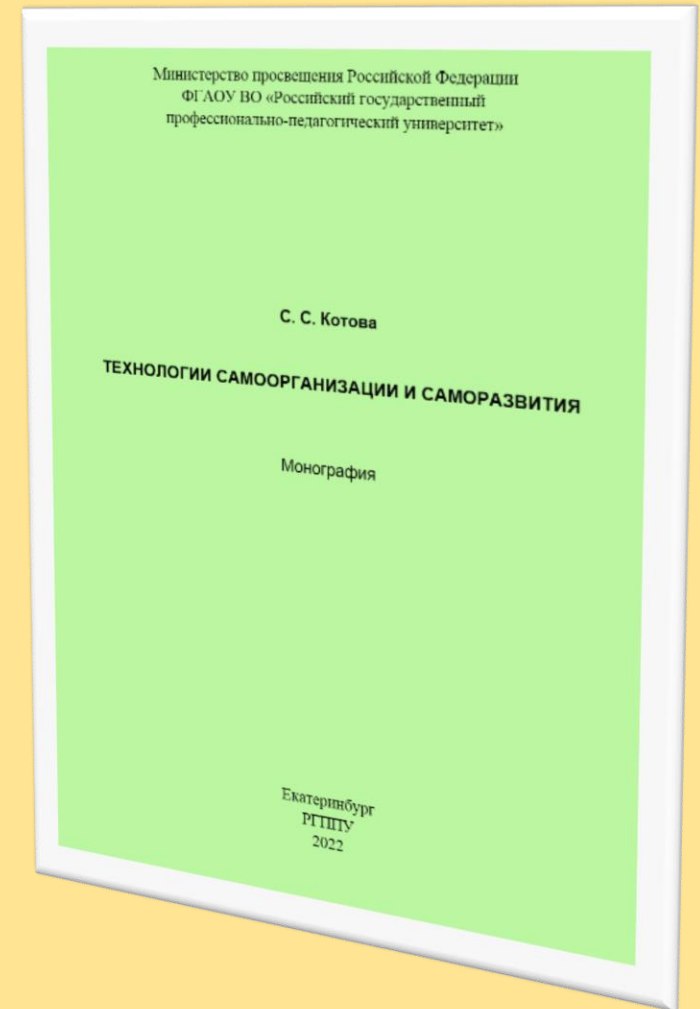
**Березина, А. В. Межличностное познание и его формирование у школьников и студентов : учебник для вузов / А. В. Березина, И. В. Мельникова. — Москва : Юрайт, 2025. — 128 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-14452-9. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567999> (дата обращения: 12.11.2025).**

В пособии представлены основные теоретические подходы к изучению межличностного познания, а также практические разработки прикладных исследований авторов (программы тренингов), посвященных развитию у подростков и студентов, обучающихся гуманитарным специальностям, навыков общения и способностей познавать личностные особенности людей. Соответствует актуальным требованиям федерального государственного образовательного стандарта высшего образования. Методическое пособие будет интересно специалистам, занимающимся практической работой с подростками и студентами гуманитарных специальностей в учреждениях культуры, образования и просвещения.



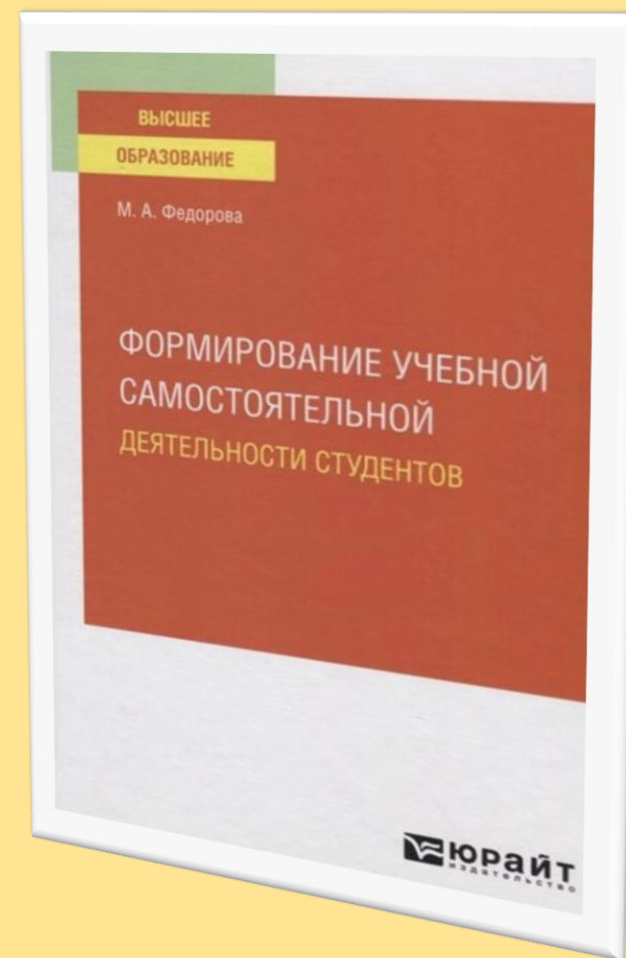
*Котова, С. С. Технологии самоорганизации и саморазвития : монография / С. С. Котова. — Екатеринбург : РГППУ, 2022. — 195 с. — ISBN 978-5-8050-0751-5. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/352508> (дата обращения: 12.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.*

Рассматриваются психолого-педагогические аспекты учебно-профессиональной деятельности студентов, психологические характеристики компетенций самоорганизации, а также технологии саморазвития личности обучающихся. Адресовано студентам психологических и педагогических направлений подготовки,



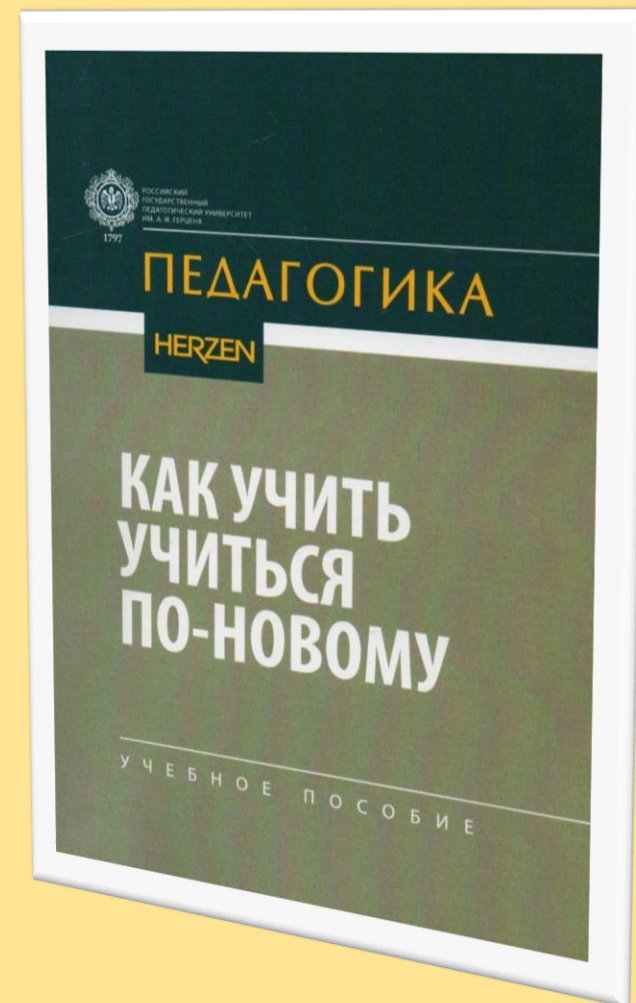
*Федорова, М. А. Формирование учебной самостоятельной деятельности студентов : учебник для вузов / М. А. Федорова. — Москва : Юрайт, 2025. — 331 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-12292-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/566675> (дата обращения: 12.11.2025).*

В учебном курсе изложена концепция формирования учебной самостоятельной деятельности студентов в личностно развивающем профессиональном образовании. Определены теоретико-методологические предпосылки и представлены дидактические основы формирования учебной самостоятельной деятельности студентов. В контексте личностной парадигмы раскрыта сущность понятия «учебная самостоятельная деятельность», построены модель и технология процесса ее формирования у студентов в полисредовой образовательной реальности вуза.



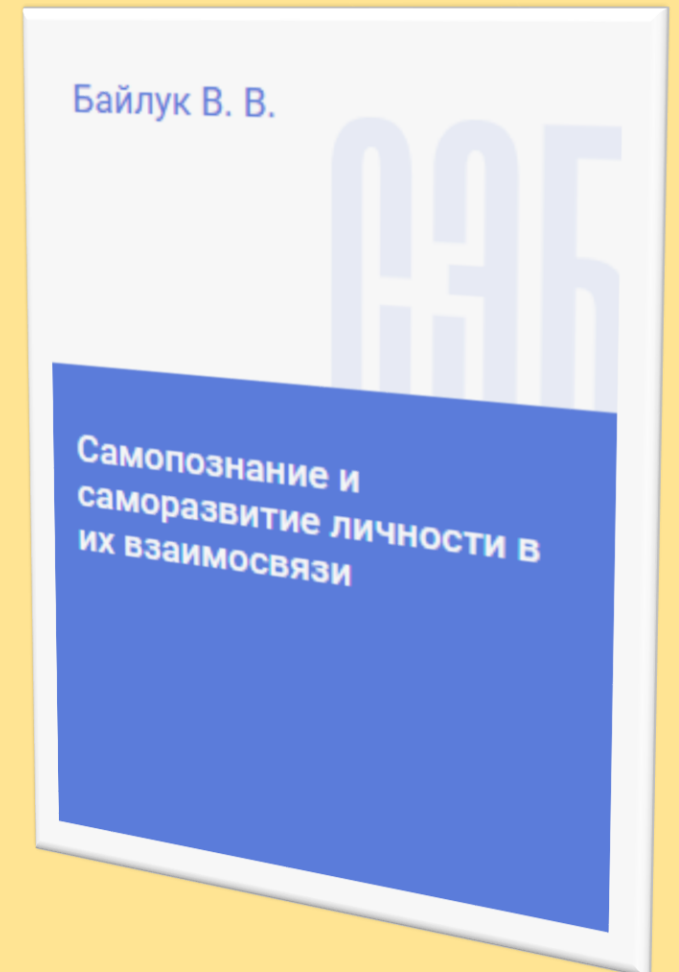
**Как учить учиться по-новому : учебное пособие / Е. В. Егорова, А. П. Панфилова, М. С. Пашоликов [и др.] ; под общей редакцией А. П. Панфиловой и М. С. Пашоликова. — Санкт-Петербург : РГПУ им. А. И. Герцена, 2023. — 240 с. — ISBN 978-5-8064-3248-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/355427> (дата обращения: 13.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.**

В учебном курсе изложена концепция формирования учебной самостоятельной деятельности студентов в личностно развивающем Цели этого учебного пособия конкретны, актуальны и имеют практическую направленность, оно о том, как в условиях новой нормальности, при постоянных изменениях, преобразовывается система образования, рынок труда, привычная жизнь. Пособие представляет образовательную модель умного обучения (smart education), то есть гибкого обучения в интерактивной образовательной среде с помощью цифровой педагогики и контента со всего мира, находящегося в свободном доступе. Учебное пособие может стать образовательным инструментом для развития инновационных компетентностей обучаемых. Определены теоретико-методологические предпосылки и представлены дидактические основы формирования учебной самостоятельной деятельности студентов.



**Байлук, В. В. Самопознание и саморазвитие личности в их взаимосвязи : монография / В. В. Байлук. — Екатеринбург : ЕАСИ, 2019. — 135 с. — ISBN 978-5-904440-66-4. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/136355> (дата обращения: 12.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.**

В монографии раскрывается смысл научного самопознания личности, заключающийся в обеспечении ее саморазвития и продуктивной самореализации. Выявлены следующие виды самопознания: предметное, оценочное и проектное. Саморазвитие личности включает такие этапы как возникновение нового, его становление и переход из становящегося в ставшее. Доказывается, что основной познавательной деятельностью студентов в вузе является их самопознание, так как, изучая в процессе образования науки о человеке, они строят образ своего Я-универсального, то есть открывают себя с точки зрения всеобщего, существующего в виде общих понятий о человеке, а эти понятия выступают методами самопознания Я-уникального. Впервые в саморазвитии личности раскрыта диалектика чувств, интеллекта и воли.

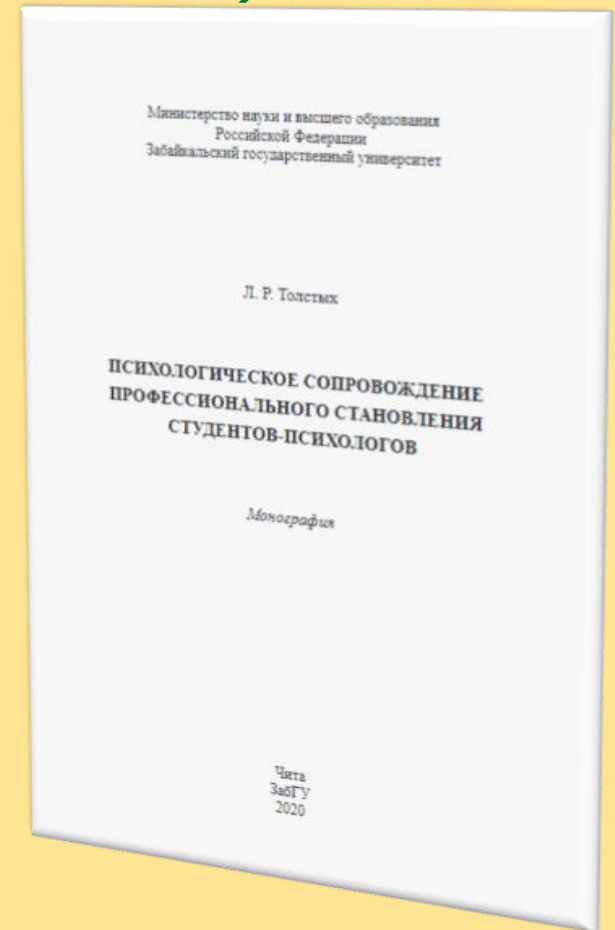


**Толстых, Л. Р. Психологическое сопровождение профессионального становления студентов-психологов : монография / Л. Р. Толстых. — Чита : ЗабГУ, 2020. — 242 с. — ISBN 978-5-9293-2637-0. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/173656> (дата обращения: 12.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.**

В монографии определены сущностные характеристики понятия «психологическое сопровождение» на основе анализа имеющихся о нём представлений и смежных с ним понятий, обсуждаемых в российской педагогической и психологической науке и практике.

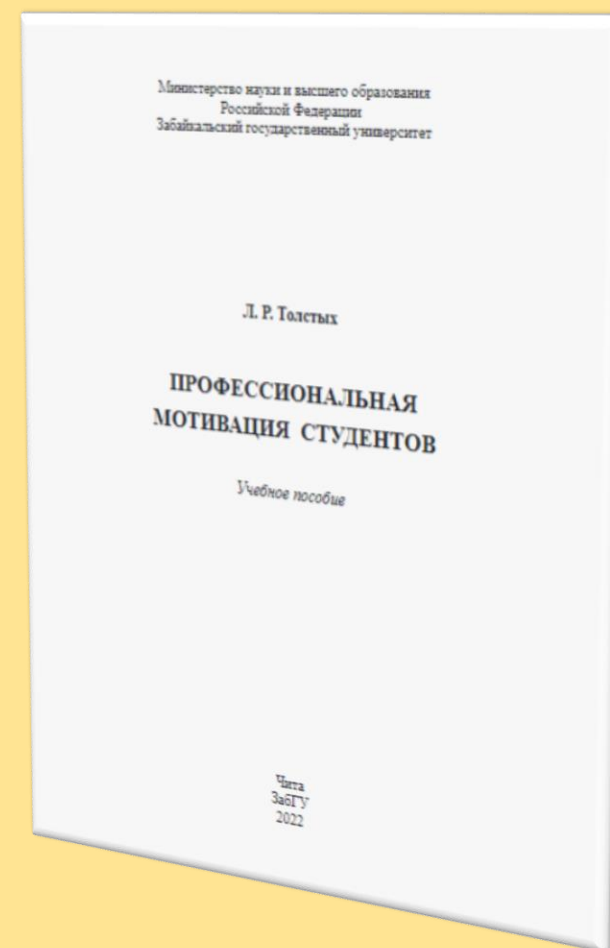
На основании анализа психологической и педагогической литературы выявлены отличительные особенности психологического сопровождения студентов-психологов как особого вида сопроводительной деятельности.

Описаны принципы, методы, технологии и критерии эффективности психологического сопровождения студентов в ходе профессионального становления в условиях модернизации высшего образования.



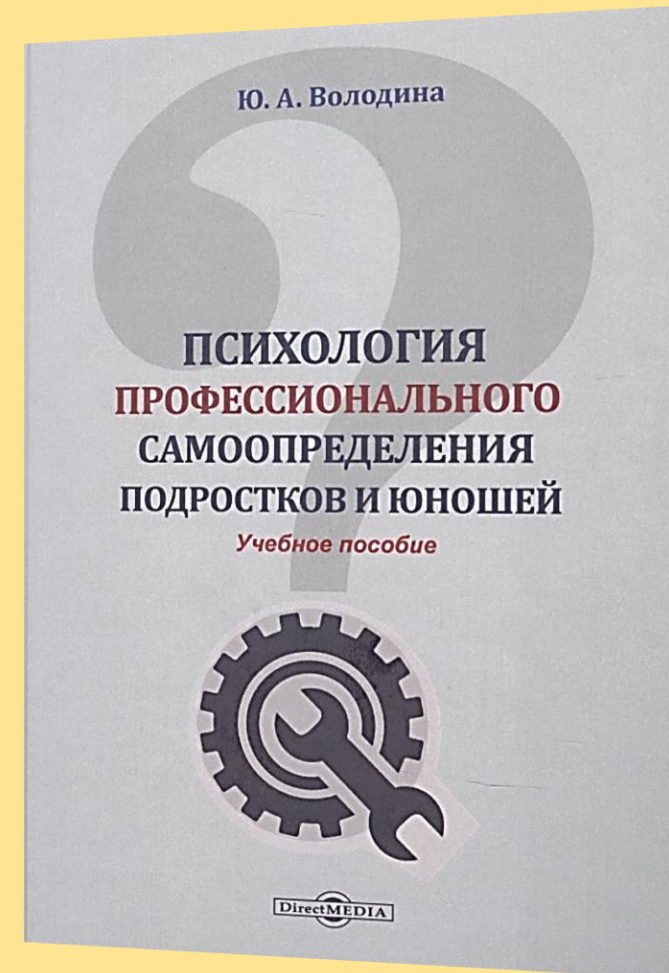
**Толстых, Л. Р. Профессиональная мотивация студентов : учебное пособие / Л. Р. Толстых. — Чита : ЗабГУ, 2022. — 118 с. — ISBN 978-5-9293-3100-8. — Текст : электронный // Лань : электронно-библиотечная система. — URL: <https://e.lanbook.com/book/363518> (дата обращения: 12.11.2025). — Режим доступа: для авториз. пользователей.**

В учебном пособии определены сущностные характеристики понятий «мотивация», «мотив», «профессиональная мотивация», «мотивационная сфера» на основе анализа имеющихся представлений и смежных понятий, обсуждаемых в российской и зарубежной психологической науке и практике. Выявлены факторы и механизмы становления профессиональной мотивации студентов в образовательном процессе.



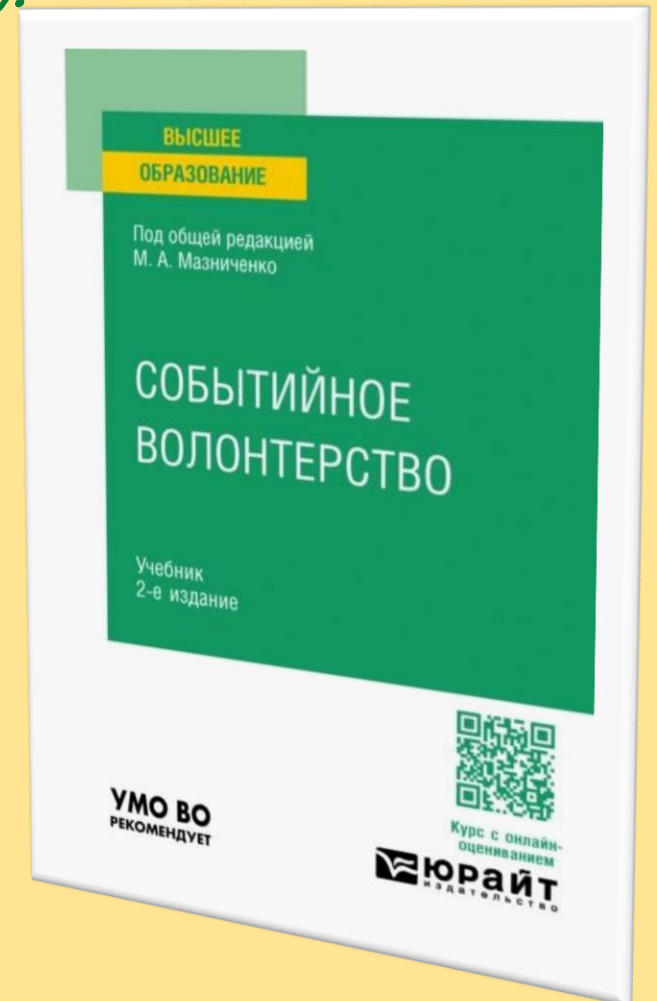
**Володина, Ю. А. Психология профессионального самоопределения подростков и юношей : учебное пособие / Ю. А. Володина. – Москва ; Берлин : Директ-Медиа, 2022. – 200 с. : ил., табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=621519> (дата обращения: 12.11.2025). . – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-4499-2422-3. – DOI 10.23681/621519. – Текст : электронный.**

В учебном пособии изложены теоретико-научные аспекты проблемы профессионального самоопределения личности в системе психологического знания. Раскрыты особенности профессионального самоопределения подростков и юношей в контексте компетентностной парадигмы. Методические материалы обеспечивают условия для активизации познавательной деятельности студентов и формировании мотивации применения теоретических знаний в практической деятельности, дают возможность использовать полученные знания в будущей профессиональной деятельности, формируя и поддерживая позицию психолога-практика.



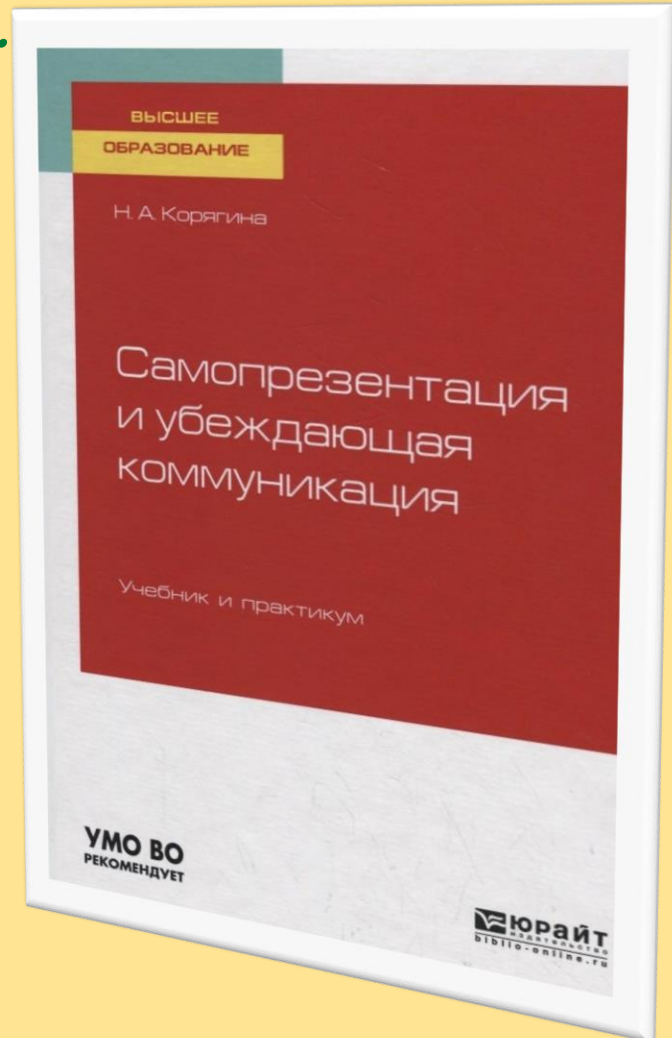
*Событийное волонтерство : учебник для вузов / под общей редакцией М. А. Мазниченко. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 155 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-20658-6. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/567796> (дата обращения: 12.11.2025).*

В курсе описаны ключевые аспекты организации событийного волонтерства и участия в нем с пользой для саморазвития. Событийное волонтерство представлено как общественное явление и личностный ресурс. Для участников событийного волонтерства даны рекомендации по выбору мероприятий для участия, развитию волонтерских компетенций, построению эффективных взаимоотношений в волонтерской команде, использованию волонтерского опыта. Для организаторов — по эффективной организации отбора, набора, обучения, работы волонтеров.



**Корягина, Н. А. Самопрезентация и убеждающая коммуникация : учебник и практикум для вузов / Н. А. Корягина. — 2-е изд., перераб. и доп. — Москва : Юрайт, 2025. — 378 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-16070-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565555> (дата обращения: 12.11.2025).**

Курс посвящен раскрытию проблематики самопрезентации личности и убеждающей коммуникации. В нем представлены современная и классическая теория психологии общения и взаимодействия, убеждающей коммуникации; феноменология самопрезентации человека как в ситуации межличностного взаимодействия, так и в публичных выступлениях. Курс содержит примеры известных в мировой практике техник и стратегий самопрезентации, приемы воздействия оратора на восприятие большой аудитории, а также анализ убеждающих речей известных ораторов. Практические задания и упражнения построены таким образом, чтобы учащийся смог самостоятельно развить или актуализировать уже имеющиеся у него специальные знания и навыки в области психологии убеждения и самопрезентации личности, что проявляется, например, в умении управлять впечатлением о себе окружающих, психологически воздействовать на оппонента (слушателя, собеседника) в ситуации межличностного общения или публичного выступления.



*Тренинг публичных выступлений : учебник / Е. В. Камнева, Ж. В. Коробанова, М. В. Полевая [и др.] ; Финанс. ун-т при Правительстве РФ. – Москва : Прометей, 2017. – 205 с. : табл. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=494878> (дата обращения: 12.11.2025). – Библиогр. в кн. – ISBN 978-5-907003-88-0. – Текст : электронный.*

Учебник «Тренинг публичных выступлений» содержит теоретические материалы по основным вопросам подготовки и проведения публичного выступления, контрольные вопросы и тесты для самоконтроля.



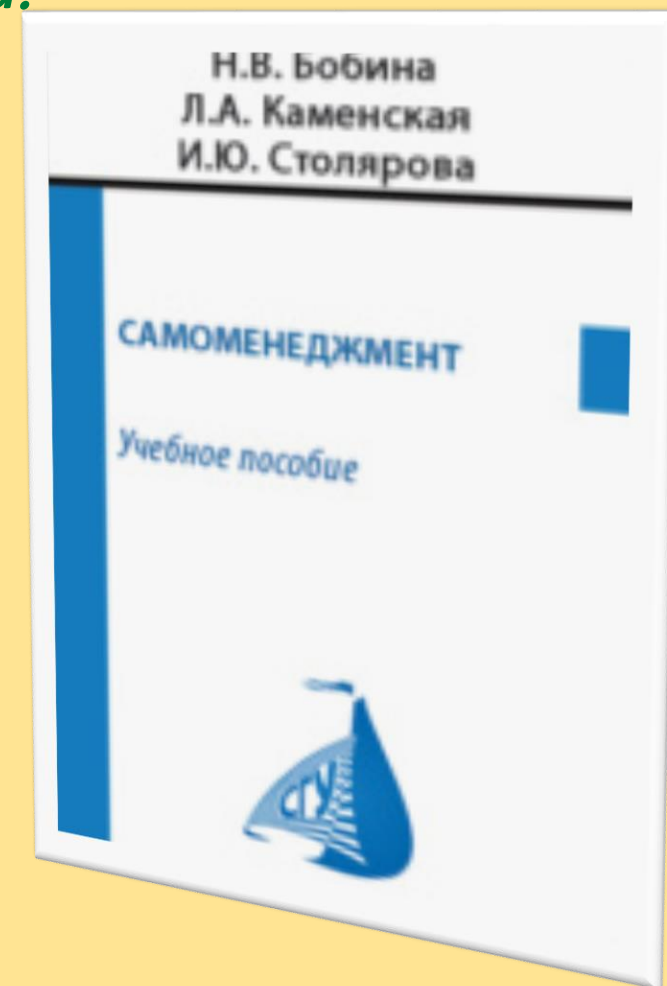
*Селезнева, Е. В. Лидерство : учебник и практикум для вузов / Е. В. Селезнева. — Москва : Юрайт, 2025. — 379 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-21641-7. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/581858> (дата обращения: 12.11.2025).*

Курс охватывает основные вопросы, связанные с проблемами лидерства: факты и закономерности развития лидера, роли лидерства в решении задач, возникающих на разных уровнях социума. Анализируются проблемы лидерства и пути их разрешения. Особое внимание уделяется раскрытию существенной, но прежде мало освещенной проблемы ценностно-смыслового аспекта лидерской активности. Для более эффективного усвоения материала в конце тем сформулированы краткие выводы, даны тестовые задания.



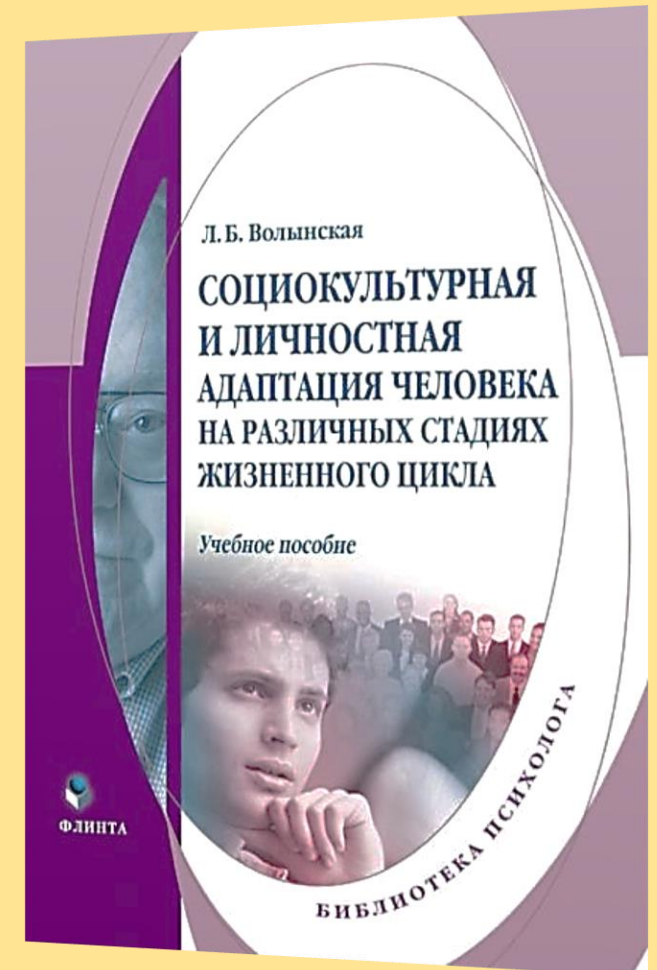
**Бобина, Н. В. Самоменеджмент : учебное пособие/ Н. В. Бобина, Л. А. Каменская, И. Ю. Столярова ; Сочинский государственный университет. – Сочи : СГУ, 2020. – 184 с. : схем., табл., ил. – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=618131> (дата обращения: 12.11.2025). – Библиогр.: с. 156-157. – Текст : электронный.**

Рассматриваются основные положения и особенности самоменеджмента: понятие и сущность, способы управления собственным карьерным ростом, особенности самоменеджмента, сущность и методы управления собственным временем, стрессоустойчивостью, ресурсом собственной платежеспособности, ресурсом образованности и др.



*Волынская, Л. Б. Социокультурная и личностная адаптация человека на различных стадиях жизненного цикла : учебное пособие / Л. Б. Волынская. – 3-е изд., стер. – Москва : ФЛИНТА, 2024. – 164 с. – (Библиотека психолога). – Режим доступа: по подписке. – URL: <https://biblioclub.ru/index.php?page=book&id=103494> (дата обращения: 12.11.2025). – ISBN 978-5-9765-1245-0. – Текст : электронный.*

В учебном пособии, подготовленном в соответствии с Государственным стандартом по курсу «Психология развития и возрастная психология», рассматриваются типичные социально-психологические проблемы, возникающие на определенных возрастных этапах у многих людей, и возможности их преодоления.



*Байкова, Л. А. Актуальные проблемы современного образования : учебник для вузов / Л. А. Байкова, Е. В. Богомолова, Т. В. Еременко. — Москва : Юрайт, 2025. — 178 с. — (Высшее образование). — ISBN 978-5-534-11330-3. — Текст : электронный // Образовательная платформа Юрайт [сайт]. — URL: <https://urait.ru/bcode/565715> (дата обращения: 12.11.2025,*

В курсе получили освещение такие актуальные педагогические проблемы современного российского высшего образования, как социальное здоровье детей и молодежи в контексте педагогических исследований развития современного образования, современные педагогические подходы к подготовке специалистов в системе высшего образования, формирование информационной культуры и информационной этики вузовского сообщества.



# **СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ! ЖДЕМ ВАС В БИБЛИОТЕКЕ**



**Библиотека МАУ ВКонтakte**

**[https://vk.com/library\\_mau](https://vk.com/library_mau)**

**Электронный каталог (Северный кампус)**

**<https://lib.masu.edu.ru/Default.asp>**

**Электронный каталог (Южный кампус)**

**<https://lib.mauniver.ru/MegaPro/Web>**

**Электронно-библиотечные системы**

**<https://mauniver.ru/structure/divs/library/ebs/>**

