



Факторы эффективности жизнедеятельности студенческой молодежи

Г.А. Виноградова

Самарский национальный исследовательский университет
имени академика С.П. Королева, г. Самара, Российская Федерация
E-mail: vinograd.psy@yandex.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8717-9880>

Аннотация: Развитие современного общества, события, в нем происходящие, определяют характер изменений правил устройства жизни. Возникает социальный запрос на поиск внутренних ресурсов, позволяющих повысить эффективность жизнедеятельности, в том числе самой активной ее части – студенческой молодежи. Обществу нуждается в активных, успешных молодых людях, и образовательный процесс в вузе может стимулировать их развитие. В качестве факторов эффективности жизнедеятельности молодежи рассматриваются самоэффективность, социальная желательность и осознанность. Самоэффективность как когнитивная характеристика может способствовать или, наоборот, препятствовать достижению целей и реализации планов. Социальная желательность определяется степенью выраженности ориентации молодых людей на одобрение или порицание общества. Осознание себя, своих возможностей позволяет молодежи строить жизненные планы и реализовывать их. Результаты исследования доказывают положительную связь самоэффективности с социальной желательностью и осознанностью, которые могут влиять на самоэффективность. Анализ результатов исследования позволил дать типологическую характеристику студентов с разным уровнем эффективности жизнедеятельности, которая успешно применялась при реализации курса «Психология личной и профессиональной эффективности». Учет психологических факторов позволяет регулировать процесс жизнедеятельности студенческой молодежи в ходе образовательного процесса.

Ключевые слова: студенты; жизнедеятельность; эффективность; самоэффективность; осознанность; социальная желательность; образовательный процесс.

Цитирование. Виноградова Г.А. Факторы эффективности жизнедеятельности студенческой молодежи // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. 2023. Т. 29, № 1. С. 83–88. DOI: <http://doi.org/10.18287/2542-0445-2023-29-1-83-88>.

Информация о конфликте интересов: автор заявляет об отсутствии конфликта интересов

© Виноградова Г.А., 2023

Галина Александровна Виноградова – доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития, Самарский национальный исследовательский университет имени академика С.П. Королева, 443086, Российская Федерация, г. Самара, Московское шоссе, 34.

SCIENTIFIC ARTICLE

Submitted: 21.11.2022
Revised: 17.12.2022
Accepted: 10.03.2022

Factors of the efficiency of the life of students

G.A. Vinogradova

Samara National Research University, Samara, Russian Federation
E-mail: vinograd.psy@yandex.ru. ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-8717-9880>

Abstract: The development of modern society, the events taking place in it, determine the nature of changes in the rules of life. There is a social demand to search for internal resources that can improve the efficiency of life, including the most active part of it – students. Society needs active, successful young people and the educational process at the university can stimulate their development. Self-efficacy, social desirability and awareness are considered as factors of the effectiveness of life of young people. Self-efficacy, as a cognitive characteristic, can contribute to or, conversely, hinder the achievement of goals and the implementation of plans. Social desirability is determined by the degree of severity of the orientation of young people to the approval or censure of society. Awareness of yourself, your capabilities allows young people to build life plans and implement them. The results of the study prove a positive relationship of self-efficacy with social desirability and awareness, which can affect self-efficacy. The analysis of the results allowed us to give a typological characterization of students with different levels of life efficiency, which was successfully used by us during the implementation of the course «Psychology of personal and professional effectiveness». Taking into account psychological factors will allow you to regulate the process of student life during the educational process.

Key words: students; vital activity; efficiency; self-efficacy; awareness; social desirability; educational process.

Citation. Vinogradova G.A. Factors of the efficiency of the life of students. *Vestnik Samarskogo universiteta. Istorii, pedagogika, filologiya = Vestnik of Samara University. History, pedagogics, philology*, 2023, vol. 29, no. 1, pp. 83–88. DOI: <http://doi.org/10.18287/2542-0445-2023-29-1-83-88>. (In Russ.)

Information on the conflict of interests: author declares no conflict of interest.

© Vinogradova G.A., 2023

Galina A. Vinogradova – Doctor of Psychological Sciences, professor of the Department of Developmental Psychology, Samara National Research University, 34, Moskovskoye shosse, 443086, Russian Federation.

Введение

Общественные преобразования в настоящее время предполагают обновление правил жизнедеятельности. Молодым людям сейчас сложнее осуществлять контроль над многими событиями своей жизни в силу сложившихся объективных обстоятельств (условия пандемии, события экономического и социально-политического характера). Вместе с тем возрастание общественного опыта задает ориентацию на повышение эффективности жизнедеятельности. Это, в свою очередь, ставит новые задачи перед системой высшего образования, изменяя содержание и средства подготовки студентов. Рассматривая готовность обучающихся к успешной профессиональной деятельности, Т.И. Руднева отмечает в качестве критериев осознание профессиональных норм, положительное отношение к деятельности и профессиональному сообществу, а также ориентацию на творческую самореализацию [Руднева 2021]. Эффективность характеризуется достижением высоких результатов и зависит от индивидуальных способностей личности достигать значимых высот. В целом для молодости характерно особое ощущение мира, себя, устремленность в будущее, оптимизм, жизнелюбие, жажда деятельности [Курышева 2014]. Вместе с тем эффективность во многом зависит от активной и осознанной жизнедеятельности молодых людей. Следует учитывать тот факт, что активность может быть разнонаправленной. Исследования показывают, что гражданская социальная активность проявляется больше в реальной социальной среде, в то время как протестная – в виртуальной [Шамионов, Бочарова, Невский 2021]. В нашем обществе жизнедеятельность молодежи признается эффективной, когда итогом является общественно одобряемый результат. Представления личности о жизненном успехе, способах его достижения задаются определенной социокультурной средой [Галюк 2014]. В этом важная роль отводится содержательной наполненности университетской среды и характеру образовательного процесса вуза.

Ярким показателем результата жизнедеятельности является оценка самооэффективности, которая в силу специфики оценок конкретной личности может способствовать или препятствовать достижению целей и преодолению трудностей в профессиональном или бытовом плане, а также существенно предопределять интенсивность прилагаемых в связи с этим усилий [Чаплин, Шацкая 2015; Майрамян 2016]. Самооэффективность рассматривается исключительно как когнитивная характеристика, отвечающая за присутствие представлений о возможностях эффективного выполнения задач и уверенности в успехе своих действий.

Данное понятие не включает в себя объективные характеристики поведения, поскольку это относится уже к самореализации [Опекина, Шипова 2021]. Самооэффективность проявляется прежде всего в коммуникативной среде в виде представления о том, какие варианты общения будут более успешными [Игнатова, Пасечкина 2020]. В процессе исследований были установлены взаимосвязи самооэффективности и жизненной позиции молодежи [Фоминых 2020], самооэффективности и мотивации достижения [Воронцова 2019]. Следовательно, от активной жизненной позиции и мотивации, нацеленной на успех, во многом зависит эффективность жизнедеятельности студентов.

Ключевым фактором жизнедеятельности, в том числе показателем результата жизнедеятельности – самооэффективности, является осознанность, которая, по мнению Д.А. Леонтьева, в большей мере представляется рефлексивным сознанием, опирающимся не только на внешний, окружающий мир, но осознающим, в первую очередь, себя, внутренний образ Я [Леонтьев 2011]. Осознанность – это способность осознавать свой жизненный опыт, полноту и многообразие содержания переживаемых событий [Пахольчук 2020]. Именно осознание себя, своих возможностей позволяет молодым людям строить жизненные планы и реализовывать их. Вместе с тем существует опасность информационной интоксикации, когда человек в огромных количествах поглощает виртуальный контент, не наладив его фильтрацию, что приводит к сужению сознания, мешает способности проявлять свою реальность [Кадисон Ю.И., Кадисон И.В. 2021], отчего в целом зависит эффективность жизнедеятельности.

На эффективность жизнедеятельности влияет социальная желательность. У.Г. Кондратьева выделяет формальный и содержательный компоненты в структуре социальной желательности, где формальный компонент является внешним, атрибутивным выполнением норм, а содержательный касается смыслового наполнения конкретной нормы. Социально желательное поведение – это стремление участвовать в социально одобряемой деятельности, основывающейся на ценностях, принятых в обществе [Кондратьева 2011]. Студенты демонстрируют социально приемлемые качества, поощряемые в данной среде, что приводит как к позитивным, так и к негативным результатам. Выступая в качестве адаптационного механизма, социально желательное поведение может снижать интенсивность творческого поиска, приводить к ригидности и отчуждению от своей индивидуальности [Баранова 2018]. В исследованиях также отмечено, что женщины больше склонны к социальной желательности, чем мужчины [Дунай-

цева, Петраш 2016]. Вместе с тем потребность в одобрении чрезвычайно значима для любого молодого человека.

Результаты исследования

Исследование выявило взаимосвязь самооффективности, осознанности и социальной желательности у студентов. Социальная желательность влияет на самооффективность личности, поскольку успех ведет к одобрению в обществе, а потребность в одобрении приближает к успешной деятельности. Осознание себя позволяет молодым людям активно реализовывать свои планы.

Выборку исследования представили 122 студента разных факультетов Самарского университета. Применялись следующие методики: шкала общей самооффективности, опросники «Оценка потребности в одобрении» и «Внимательность и осознанность».

Результаты исследования показали среднюю выраженность двух изучаемых показателей (таблица 1).

Молодые люди с высоким уровнем самооффективности хорошо видят и высоко оценивают свои возможности, они уверены в успехе своих планов. Студенты с низким уровнем самооффективности, напротив, не видят для себя перспектив и не уверены в успехе. Молодые люди с высоким уровнем осознанности четко осознают реальность и себя в ней, что позволяет им ставить перед собой цели и достигать их. Респонденты с низким уровнем слабо осознают свой опыт, переживаемые события,

часто живут «одним днем», без каких-либо целей. Студенты с высоким уровнем социальной желательности зависимы от общественной оценки, и, наоборот, люди с низким уровнем не зависят от общественного мнения. Корреляционный анализ полученных данных показал положительные связи переменных «самооффективность», «осознанность» и «социальная желательность».

Итак, «осознанность» и «социальная желательность» связаны с «самооффективностью» на высоком уровне достоверности ($p < 0,01$), а между собой на уровне достаточной достоверности ($p < 0,05$). В ходе исследования доказано, что потребность в одобрении оказывает влияние на самооффективность молодых людей. При этом зависимость между уровнями социальной желательности и самооффективности прямая. Роль осознанности в самооффективности определяется прежде всего мерой представленности различных психических и психологических феноменов в сознании. Полученные результаты позволили нам дать типологическую характеристику студентов с разным уровнем эффективности жизнедеятельности.

Типологическая характеристика легла в основу работы со студентами в ходе реализации курса «Психология личной и профессиональной эффективности», когда выявлялись слабо представленные у них показатели эффективности жизнедеятельности. В ходе практических занятий прорабатывались разные аспекты эффективности. Со студентами высокого уровня рассматривались общественные образцы, привлекательные для

Таблица 1

Эффективность жизнедеятельности студентов (% показатель)

Table 1

Efficiency of students' life activity (% indicator)

Уровни	Самооффективность	Осознанность	Социальная желательность
Высокий	20	83	8
Средний	64	15	60
Низкий	16	2	32

Таблица 2

Результаты корреляционного анализа (индекс рассчитывался в пределах от +1 до -1)

Table 2

Correlation analysis results (the index was calculated in the range from +1 to -1)

Шкала	Самооффективность	Осознанность	Социальная желательность
Самооффективность	1	0,257	0,284
p-уровень		0,006	0,003
Осознанность	0,257	1	0,220
p-уровень	0,006		0,021
Социальная желательность	0,284	0,220	1
p-уровень	0,003	0,021	

**Типологическая характеристика студентов
с разным уровнем эффективности жизнедеятельности**

Table 3

Typological characteristics of students with different levels of life efficiency

Высокий уровень	Средний уровень	Низкий уровень
Высоко оценивают самоэффективность. Осознают свои возможности выполнения задач и высоко их оценивают. Не боятся трудностей. Осознают реальность и себя в ней, что позволяет им ставить перед собой цели и достигать их. Имеют активную жизненную позицию и высокий уровень мотивации достижения. Слабо зависят от общественного мнения. В то же время есть потребность в одобрении	Умеренно оценивают свою эффективность. Неплохо ориентируются в настоящем, отдавая себе отчет в том, что с ними происходит в жизни. Жизненная позиция может быть как активной, так и пассивной. Достаточно высокий уровень мотивации достижения. Есть жизненные планы, которые хотели бы реализовать. Зависят от общественного мнения, оценки. Есть потребность в одобрении	Низко оценивают самоэффективность. Не видят для себя перспектив. Отсутствует уверенность в успехе. Слабо представляют свои возможности, часто их упускают. Имеют пассивную жизненную позицию и мотивацию избегания. Слабо осознают свой опыт, переживаемые события. Часто живут «одним днем», не имея целей. Очень зависят от общественного мнения

данной группы обучающихся (2 % респондентов); со студентами среднего уровня шла работа по целеполаганию, коррекции жизненной позиции и мотивации (91 %); со студентами низкого уровня главным было поддержать их веру в свои силы и возможности, скорректировать жизненную позицию и определить цели (7 %). В конце курса был проведен опрос, где все студенты охарактеризовали дисциплину «Психология личной и профессиональной эффективности» как необходимую, полезную, «жизненную». Практика показала востребованность такого рода учебных курсов у студенческой молодежи (табл. 2, 3).

Выводы

Представления о своих возможностях и готовность к выполнению целей и задач, прогнозирование успешности задуманного являются важными характеристиками самоэффективности студентов.

Социальное одобрение или порицание значимо для молодых людей и влечет за собой реализацию социально желательного поведения. Молодым людям, которые в меньшей степени ориентированы на запросы общества, сложнее добиваться успеха. Если наблюдается потребность в одобрении, то оценка собственной эффективности человека будет выше; отсутствие понимания своего Я в социальном контексте можно трактовать как низкий уровень осознанности.

Исследование показало, что оценка психологических факторов эффективности жизнедеятельности дает возможность влиять на успешность молодых людей за счет усиления веры в свои силы, в положительный исход их деятельности, что во многом будет отражаться на достижении ими жизненных целей. Содержательная наполненность университетской среды и характер образовательного процесса вуза существенно влияют на эффективность жизнедеятельности студентов.

Библиографический список

- Баранова 2018 – Баранова Е.А. Социально-психологические установки студентов с различной социальной желательностью // Вестник Псковского государственного университета. Серия: Психолого-педагогические науки. 2018. № 8. С. 24–28. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36915219>. EDN: <https://www.elibrary.ru/vtmgeu>.
- Воронцова 2019 – Воронцова Е.Г. Взаимосвязь представлений о самоэффективности с мотивацией достижения успеха у юношей и девушек, обучающихся на психологическом и юридическом направлениях обучения в вузе // Baikal Research Journal. 2019. Т. 10, № 1. С. 3. DOI: [http://doi.org/10.17150/2411-6262.2019.10\(1\).3](http://doi.org/10.17150/2411-6262.2019.10(1).3). EDN: <https://www.elibrary.ru/ujpthd>.
- Галюк 2014 – Галюк А.Д. Культурная обусловленность стремления человека к жизненному успеху // Дискуссия. 2014. № 8 (49). С. 104–108. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22400240>. EDN: <https://www.elibrary.ru/sweumx>.
- Дунайцева, Петраш 2016 – Дунайцева Н.А., Петраш Ю.В. Взаимосвязь поиска ощущений с самоотношением и мотивацией одобрения: гендерный аспект // Российский психологический журнал. 2016. Т. 13, № 2. С. 47–57. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26685481>. EDN: <https://www.elibrary.ru/ufoqbw>.
- Игнатова, Пасечкина 2020 – Игнатова В.В., Пасечкина Т.Н. О коммуникативной самоэффективности обучающихся вуза в контексте их профессиональной подготовки к многоканальной коммуникации // Проблемы современного образования. 2020. № 2. С. 192–200. DOI: <http://doi.org/10.31862/2218-8711-2020-2-192-200>. EDN: <https://www.elibrary.ru/bnqwp>.

Кадисон Ю.Б., Кадисон И.В. 2021 – *Кадисон Ю.Б., Кадисон И.В.* Развитие осознанности как психологическое условие решения проблемы «информационной интоксикации» молодежи // Вестник образовательного консорциума Среднерусский университет. Серия: Гуманитарные науки. 2021. № 17. С. 17–18. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46507483>. EDN: <https://www.elibrary.ru/bsisrn>.

Кондратьева 2011 – *Кондратьева У.Г.* Социальная желательность и стиль межличностных отношений в семье // Вестник Новгородского государственного университета. 2011. № 64. С. 81–84. URL: <https://portal.novsu.ru/file/1007807>; <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17360659>. EDN: <https://www.elibrary.ru/opxmmn>.

Курышева 2014 – *Курышева О.В.* Психологическая характеристика молодежи как возрастной группы // Вестник Волгоградского государственного университета. Серия 7: Философия. Социология и социальные технологии. 2014. № 1 (21). С. 67–75. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21518055>. EDN: <https://www.elibrary.ru/scwwkz>.

Леонтьев 2011 – *Леонтьев Д.А.* Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. 2011. № 1. С. 3–27. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18788218>. EDN: <https://www.elibrary.ru/pvdsfr>.

Майрамян 2016 – *Майрамян А.М.* Экспериментальное исследование влияния самоэффективности на особенности поведения субъекта ситуативного межличностного взаимодействия // Ученые записки Российского государственного социального университета. 2016. Т. 15, № 3 (136). С. 21–29. DOI: <http://doi.org/10.17922/2071-5323-2016-15-3-21-29>. EDN: <https://www.elibrary.ru/wxpkmh>.

Опекина, Шипова 2021 – *Опекина Т.П., Шипова Н.С.* Теоретический анализ понятий самореализации, самоактуализации и самоэффективности // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 2. С. 7–15. DOI: <http://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-7-15>. EDN: <https://www.elibrary.ru/qkjegx>.

Пахольчук 2020 – *Пахольчук К.Ю.* Осознанность как психологическая характеристика личности // Психология и педагогика в Крыму: пути развития. 2020. № 1. С. 316–324. URL: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44300708>. EDN: <https://www.elibrary.ru/dmqpen>.

Руднева 2021 – *Руднева Т.И.* Профессиональное развитие – фактор профессиональной успешности // Вестник Самарского университета. История, педагогика, филология. 2021. Т. 27, № 2. С. 61–65. DOI: <http://doi.org/10.18287/2542-0445-2021-27-2-61-65>. EDN: <https://www.elibrary.ru/pgdbnk>.

Фоминых 2020 – *Фоминых Е.С.* Взаимосвязь самоэффективности и жизненной позиции молодежи // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2020. № 2. С. 55–59. DOI: <http://doi.org/10.18323/2221-5662-2020-2-55-59>. EDN: <https://www.elibrary.ru/mkvzgv>.

Чаплин, Шацкая 2015 – *Чаплин А.В., Шацкая С.С.* Факторы, влияющие на самоэффективность личности // Международный журнал экспериментального образования. 2015. № 11–6. С. 991–993. URL: <https://expeducation.ru/ru/article/view?id=9552>; <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25591161>. EDN: <https://www.elibrary.ru/voahmf>.

Шамионов, Бочарова, Невский 2021 – *Шамионов Р.М., Бочарова Е.Е., Невский Е.В.* Соотношение жизненных ориентаций, социальной идентичности и социальной активности молодежи // Российский психологический журнал. 2021. Т. 18, № 4. С. 91–105. DOI: <http://doi.org/10.21702/rpj.2021.4.7>. EDN: <https://www.elibrary.ru/xsolwg>.

References

Baranova 2018 – *Baranova E.A.* (2018) The structure of students' social and psychological attitudes with varying power of socially desirable attitude. *Vestnik Pskovskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Psikhologo-pedagogicheskie nauki*, no. 8, pp. 24–28. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=36915219>. EDN: <https://www.elibrary.ru/vtmgeu>. (In Russ.)

Vorontsova 2019 – *Vorontsova E.G.* (2019) Interrelation of ideas about self-efficacy with motivation to succeed in young people taking university psychological and legal courses. *Baikal Research Journal*, vol. 10, no. 1, p. 3. DOI: [http://doi.org/10.17150/2411-6262.2019.10\(1\).3](http://doi.org/10.17150/2411-6262.2019.10(1).3). EDN: <https://www.elibrary.ru/ujpthd>. (In Russ.)

Galuk 2014 – *Galuk A.D.* (2014) Cultural conditionality of human's desire for life success. *Discussion*, 2014, no. 8 (49), pp. 104–108. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=22400240>. EDN: <https://www.elibrary.ru/sweumx>. (In Russ.)

Dunaitseva, Petrash 2016 – *Dunaitseva N.A., Petrash Iu.V.* (2016) The interrelation of sensation seeking, self-attitude, and approval motivation: a gender aspect. *Russian Psychological Journal*, vol. 13, no. 2, pp. 47–57. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=26685481>. EDN: <https://www.elibrary.ru/ufoqbw>. (In Russ.)

Ignatova, Pasechkina 2020 – *Ignatova V.V., Pasechkina T.N.* (2020) On the communicative self-efficacy of students in the context of their professional training for multi-channel communication. *Problems of modern education*, no. 2, pp. 192–200. DOI: <http://doi.org/10.31862/2218-8711-2020-2-192-200>. EDN: <https://www.elibrary.ru/brnqwp>. (In Russ.)

Kadison Yu.B., Kadison I.V. 2021 – *Kadison Yu.B., Kadison I.V.* (2021) Development of consciousness as a psychological condition for solving the problem of "information intoxication" of youth. *Vestnik obrazovatel'nogo konsortsiuma Srednerusskii universitet. Seriya: Gumanitarnye nauki*, no. 17, pp. 17–18. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=46507483>. EDN: <https://www.elibrary.ru/bsisrn>. (In Russ.)

Kondratieva 2011 – *Kondratieva U.G.* (2011) Social desirability and style of interpersonal relationships in a family. *Vestnik of Novgorod State University*, 2011, no. 64, pp. 81–84. Available at: <https://portal.novsu.ru/file/1007807>; <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=17360659>. EDN: <https://www.elibrary.ru/opxmmn>. (In Russ.)

- Kuryshva 2014 – *Kuryshva O.V.* (2014) Psychological characteristics of youth as an age group. *The Science Journal of Volgograd State University. Philosophy. Sociology and Social Technologies*, no. 1 (21), pp. 67–75. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=21518055>. EDN: <https://www.elibrary.ru/scwwkz>. (In Russ.)
- Leontiev 2011 – *Leontiev D.A.* (2011) New guidelines for understanding personality in psychology: from the necessary to the possible. *Voprosy Psichologii*, no. 1, pp. 3–27. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=18788218>. EDN: <https://www.elibrary.ru/pvdsfr>. (In Russ.)
- Mayramyan 2016 – *Mayramyan A.M.* (2016) Experimental study of the influence of self-efficacy on the behavior of the subject of situational interpersonal interaction. *Uchenye zapiski Rossijskogo gosudarstvennogo social'nogo universiteta = Scientific Notes of Russian State Social University*, vol. 15, no. 3 (136), pp. 21–29. DOI: <http://doi.org/10.17922/2071-5323-2016-15-3-21-29>. EDN: <https://www.elibrary.ru/wxpkmh>. (In Russ.)
- Opekina, Shipova 2021 – *Opekina T.P., Shipova N.S.* (2021) Self-realization, self-actualization and self-efficacy concepts theoretical analysis. *Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics*, vol. 27, no. 2, pp. 7–15. DOI: <http://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-2-7-15>. EDN: <https://www.elibrary.ru/qkjcgx>. (In Russ.)
- Pakholchuk 2020 – *Pakholchuk K.Yu.* (2020) Mindfulness as a psychological characteristic of personality. *Psychology and Pedagogy in Crimea: Ways of Development*, no. 1, pp. 316–324. Available at: <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=44300708>. EDN: <https://www.elibrary.ru/dmqpen>. (In Russ.)
- Rudneva 2021 – *Rudneva T.I.* (2021) Professional development – factor of professional success. *Vestnik Samarskogo universiteta. Istoriia, pedagogika, filologiya = Vestnik of Samara University. History, pedagogics, philology*, vol. 27, no. 2, pp. 61–65. DOI: <http://doi.org/10.18287/2542-0445-2021-27-2-61-65>. EDN: <https://www.elibrary.ru/pgdbnk>. (In Russ.)
- Fominykh 2020 – *Fominykh E.S.* (2020) The correlation between self-efficacy and life position of young people. *Science Vector of Togliatti State University. Series: Pedagogy, Psychology*, no. 2, pp. 55–59. DOI: <http://doi.org/10.18323/2221-5662-2020-2-55-59>. EDN: <https://www.elibrary.ru/mkvzgv>. (In Russ.)
- Chaplin, Shatskaya 2015 – *Chaplin A.V., Shatskaya S.S.* (2015) Factors influencing self-efficacy of personality. *Mezhdunarodnyi zhurnal eksperimental'nogo obrazovaniya*, no. 11-6, pp. 991–993. Available at: <https://expeducation.ru/ru/article/view?id=9552>; <https://www.elibrary.ru/item.asp?id=25591161>. EDN: <https://www.elibrary.ru/voahmf>. (In Russ.)
- Shamionov, Bocharova, Nevsky 2021 – *Shamionov R.M., Bocharova E.E., Nevsky E.V.* (2021) Correlations among young people's life orientations, social identity and social activity. *Russian Psychological Journal*, vol. 18, no. 4, pp. 91–105. DOI: <http://doi.org/10.21702/rpj.2021.4.7>. EDN: <https://www.elibrary.ru/xsolwg>. (In Russ.)