

Солонченко Светлана Сергеевна,

аспирант кафедры возрастной и социальной психологии,

НИУ «БелГУ»,

г. Белгород, Россия

САМОРЕГУЛЯЦИЯ ВОСПИТАННИКОВ ЗАКРЫТЫХ УЧРЕЖДЕНИЙ ПОДРОСТКОВОГО ВОЗРАСТА, КАК ОДИН ИЗ СТРУКТУРНЫХ КОМПОНЕНТОВ «ЧУВСТВА ОБЩНОСТИ»

В статье анализируются подходы отечественных психологов к проблеме закономерностей осознанной саморегуляции человека. Рассматриваются особенности саморегуляции воспитанников закрытых учреждений и их сверстников, воспитывающихся в семьях. Нами определен общий уровень волевой саморегуляции, настойчивость и самообладание подростков.

Ключевые слова: саморегуляция, настойчивость, самообладание, подростки, воспитанники закрытых учреждений.

Проблема закономерностей осознанной саморегуляции человека занимает ведущее место в контексте изучения существования и субъектного развития человека [1]. Так, О.А. Конопкин под осознанной саморегуляцией понимает системно-организованный процесс внутренней психической активности человека по инициации, построению, поддержанию и управлению разными видами и формами произвольной активности, непосредственно реализующей достижение принимаемых человеком целей. Автор отмечает, что являясь гибким, индивидуализированным, целостным механизмом, саморегуляция позволяет преодолевать ее внутренние трудности, рассогласования психических компонентов, и мобилизует психологические резервы [5]. Также особое внимание уделял саморегуляции Л.С. Выготский, который интерпретировал развитие ребенка как овладение им поведением и средствами его регуляции [2]. Считаю необходимым обратить внимание на позицию В.И. Моросановой, которая в своих статьях раскрывает понятие индивидуально-стиля саморегуляции [8]. Также нельзя не отметить позицию В.Е. Ключко, который говорит о том, что саморегуляция включает в себя в равной мере

осознаваемые и неосознаваемые процессы, произвольные и непроизвольные. Автор считает, что саморегуляция представляет собой проявление работы психики как многоуровневой системы [4]. В то же время К.А. Абульханова-Славская определяет саморегуляцию как механизм обеспечения внутренней психической активности человека психическими средствами, при этом активность и саморегуляция выступают как две взаимодополняющие стороны: активность выражает изменчивость, движение, а саморегуляция обеспечивает устойчивость, стабильность этой активности [1]. Однако, несмотря на большое количество исследований, понятие саморегуляции, по мнению Л.Г. Дикой, остается обобщенным, многозначным. Автор отмечает, что «в психологии до сих пор не сформированы четко основные понятия теории саморегуляции, уровни и компоненты ее психологической системы, не определена схема ее психологического анализа и конкретные пути его проведения» [3]. В то же время следует отметить, что несмотря на большое количество мнений по поводу формулировки термина «саморегуляция», большинство авторов выражают единодушное мнение по поводу того, что **саморегуляция предполагает следование образцам социально-одобряемого поведения.**

Формирование саморегуляции – центральный результат возрастного психического развития человека, определяющий его жизнедеятельность в целом. Однако следует отметить, что особое значение проблема становления осознанной саморегуляции приобретает в подростковом возрасте. Это связано с тем, что подростки должны обладать качествами активности и самостоятельности, способности выдвигать свои цели, использовать свои психические возможности для решения своих жизненных задач [6]. Мы видим, что развитие осознанной саморегуляции актуально в подростковом возрасте, так как именно отрочество является сенситивным в плане становления волевой активности, саморегуляции активности. В то же время нельзя не отметить, что становление саморегуляции в подростковом возрасте сопровождается трудностями, связанными с недостаточным развитием механизмов волевой активности и рассогласованностью в мотивационной сфере. Таким образом,

развитие у подростков способности к саморегуляции представляется актуальной задачей, которую предстоит решить современным психологам.

Нами проведено исследование саморегуляции подростков, воспитывающихся в закрытых учреждениях (группа «дд») и в семьях (группа «дом»). Выборка составила 36 человек. Исследование проведено с помощью тест-опросника А.В. Зверькова, Е.В. Эйдмана «Исследование волевой саморегуляции». Нами определен общий уровень волевой саморегуляции, настойчивость и самообладание подростков в разрезе двух групп – «дд» и «дом». По результатам проведенного исследования уровень саморегуляции, настойчивость и самообладание значительно выше в подростков, воспитывающихся в семьях, чем у их сверстников, воспитывающихся в закрытых учреждениях (рис. 1).

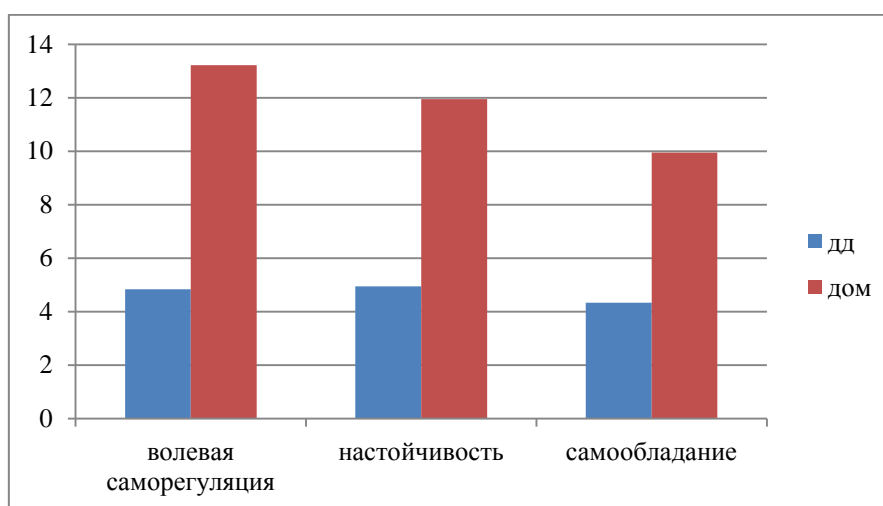


Рисунок 1 – Распределение респондентов по субшкалам саморегуляции в разрезе выделенных групп, балл)

Рассмотрим результаты проведенного исследования более подробно. Так, **общий уровень волевой саморегуляции** у воспитанников закрытых учреждений составил 4,8; в то время как у подростков, воспитывающихся в семьях, – 13,2. Также следует отметить, что у подростков, воспитывающихся в семьях, общий уровень волевой саморегуляции составил больше половины максимально возможной суммы совпадений, что свидетельствует о высоком уровне развития общей саморегуляции. Следовательно, подростки, воспитывающиеся в семьях,

характеризуются как эмоциональные, зрелые, активные, независимые и самостоятельные. Их отличает спокойствие, уверенность в себе, устойчивость намерений, реалистичность взглядов, развитое чувство собственного долга. Как правило, они хорошо рефлексиируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. В предельных случаях у них возможно нарастание внутренней напряженности, связанной со стремлением проконтролировать каждый нюанс собственного поведения и тревогой по поводу малейшей его спонтанности. В тоже время подростки, воспитывающиеся в закрытых учреждениях, характеризуются как чувствительные, эмоционально неустойчивые, ранимые, неуверенные в себе. Рефлексивность у них невысока, а общий фон активности, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений.

Субшкала «*настойчивость*» характеризует силу намерений человека – его стремление к завершению начатого дела. По результатам проведенного исследования уровень настойчивости воспитанников закрытых учреждений составляет 4,9; в то время как подростки, воспитывающиеся в семьях, характеризуются более высоким уровнем настойчивости, который составляет 11,9. Так, воспитанники закрытых учреждений характеризуются повышенной лабильностью, неуверенностью, импульсивностью; которые, в свою очередь могут приводить к непоследовательности и разбросанности поведения. Сниженный фон активности и работоспособности, как правило, компенсируется у подростков повышенной чувствительностью, гибкостью, изобретательностью, а также *тенденцией к свободной трактовке социальных норм*. В то время как подростки, воспитывающиеся в семьях – деятельные, работоспособные люди, активно стремящиеся к выполнению намеченного, их мобилизируют преграды на пути к цели, но отвлекают альтернативы и соблазны, главная их ценность – начатое дело. Таким людям свойственно *уважение социальным норм*, стремление полностью подчинить им свое поведение.

Субшкала «самообладание» отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Следует отметить, что так же, как и по двум описанным выше шкалам, результаты исследования по шкале «самообладание» значительно выше у подростков, воспитывающихся в семьях (9,9), чем у их сверстников, воспитывающихся в закрытых учреждениях (4,3). Так, подростки, воспитывающиеся в семьях, эмоционально устойчивы, хорошо владеют собой в различных ситуациях. Свойственное им внутреннее спокойствие, уверенность в себе освобождает от страха перед неизвестностью, повышает готовность к восприятию нового, неожиданного и, как правило, сочетается со свободой взглядов, тенденцией к новаторству и радикализму. Вместе с тем стремление к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение спонтанности может приводить к повышению внутренней напряженности, преобладанию постоянной озабоченности и утомляемости. В то время как подростки, воспитывающиеся в закрытых учреждениях, характеризуются спонтанностью и импульсивностью в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов, что ограждает человека от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствует невозмутимому фону настроения.

Таким образом, уровень саморегуляции воспитанников закрытых учреждений значительно ниже, чем у их сверстников, воспитывающихся в семьях. Так, общий уровень волевой саморегуляции у воспитанников закрытых учреждений в 2,8 раза ниже, чем у их сверстников, воспитывающихся в семьях. В то же время, результаты исследования по субшкале «настойчивость» свидетельствуют о том, что настойчивость воспитанников закрытых учреждений в 2,5 раза ниже, чем у их сверстников, воспитывающихся в семьях. Уровень самообладания также значительно различается (в 2,3 раза) у воспитанников закрытых учреждений и их сверстников, воспитывающихся в семьях.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Абульханова-Славская К. А. Личностные механизмы регуляции деятельности / Проблемы психологии личности. – М., 1982. – С. 32–41.
2. Выготский Л.С. Психология / Л.С. Выготский. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008 с.
3. Дикая Л.Г. Психология саморегуляции функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности: автореф. дис. ... д-ра психол. наук. – М., 2002.
4. Ключко В.Е. Саморегуляция мышления и ее формирование. – Караганда: Изд-во КарГУ, 1987. – 90 с.
5. Конопкин О.А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности // Вестник практической психологии образования: научно-методический журнал. – 2012. – №4 (33). – С. 97-101.
6. Кривцова С.В., Мухаматулина Е.А. Тренинг: Навыки конструктивного взаимодействия с подростками. – М.: Генезис, 1999. – 192 с.
7. Леванова Е.А. Готовясь работать с подростками. – М.: ТОО, 1993. – 152 с.
8. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции произвольной активности человека. – М.: Наука, 1998. – 192 с.
9. Психическое развитие воспитанников детского дома / под ред. И.В. Дубровиной, А.Г. Рузской. – М.: 1990. – 264 с.