
ФЕДОРИК В.В.,
аспірантка,
Бердянський державний
педагогічний університет,
м. Бердянськ

РОЛЬ САМОРЕГУЛЯЦІЇ У САМОВИХОВАННІ МОЛОДШОГО ШКОЛЯРА

Стаття присвячена проблемі розвитку саморегуляції в молодшому шкільному віці. Проаналізовано стан даного питання в сучасній психолого-педагогічній науці. Охарактеризовано роль саморегуляції у процесі самовиховання молодших школярів. Виявлено ступені сформованості складових саморегуляції: ініціативність у діях; усвідомленість дій; відповідальність у справах і вчинках; автономність, відносна незалежність від впливу оточуючих, або податливість виховним впливам. Представлено результати експертних оцінок вчителів щодо ступеня сформованості саморегуляції дітей молодшого шкільного віку.

Ключові слова: молодші школярі, самовиховання, саморегуляція, ініціативність, планування, автономність, цілеспрямованість, рішучість, відповідальність.

Статья посвящена проблеме развития саморегуляции в младшем школьном возрасте. Проанализировано состояние данного вопроса в современной психолого-педагогической науке. Охарактеризована роль саморегуляции в процессе самовоспитания младших школьников. Выявлено степени сформированности составляющих саморегуляции: инициативность в действиях; осознанность действий; ответственность в делах и поступках; автономность, относительная независимость от влияния окружающих, или податливость воспитательным воздействиям. Представлены результаты экспертных оценок учителей степени сформированности саморегуляции детей младшего школьного возраста.

Ключевые слова: младшие школьники, самовоспитание, саморегуляция, инициативность, планирование, автономность, целеустремленность, решительность, ответственность.

The article is devoted to the problem of development of self-regulation in junior school age. There analyzed the state of this issue in contemporary psychological and pedagogical science. Characterized the role of self-regulation in the process of self-education of junior pupils. Detected the degrees of formation self-regulation components: initiative in actions; awareness of activities; responsibility in deal and action; autonomy, a relative independence from the influence of others; malleability to nurturing. Presented the results of expert evaluations of teachers on the degree of formation and self-regulation of children in junior school age.

Key words: *pupils of elementary school, self-education, self-regulation, initiative, planning, autonomy, commitment, determination, responsibility.*

Саморегуляція являється важливим компонентом самовиховання, саме вона передбачає вміння особистості керувати емоціями, почуттями, психічними станами, вчинками та поведінкою.

Проблема саморегуляції в психології не є новою. Вона вивчалась із позицій різних підходів: системно-структурного, мотиваційного, особистісного.

Саморегуляцію особистості вивчали вчені, які досліджували: окремі прояви саморегуляції в різних видах діяльності – О.О. Конопкін, Г.С. Нікіфоров; вольову регуляцію особистості – Л.С. Виготський, В.К. Котирло, С.Л. Рубінштейн; проблему саморегуляції в дослідженнях рефлексії – І.Д. Бех, В.В. Давидов; саморегуляцію як здатність особистості довільно управляти власними діями та вчинками – С.Л. Рубінштейн, О.К. Осницький, В.І. Моросанова.

У своїх дослідженнях Л.І. Березовська зазначає, що здатність до саморегуляції у дорослої особистості проходить низку стадій розвитку. Одним із основних критеріїв появи здатності до саморегуляції є вміння гальмувати свої дії відносно того, що приносить задоволення. Авторка відзначає наявність волі як необхідного компонента здійснення саморегуляції [1, с. 71].

Учені (М.Й. Боришевський, Л.І. Бо-

жович, І.І. Чеснокова) вольовими називають тих людей, які ставлять перед собою адекватні цілі і досягають їх, успішно долаючи зовнішні та внутрішні перепони.

У працях І.І. Чеснокової саморегуляцію поведінки описано як дворівневий процес. Перший рівень полягає в управлінні безпосереднім процесом поведінкового акту на всіх етапах його перебігу. Другий рівень – це самоконтроль усіх ланок саморегуляції поведінки та зв'язок між ними: постійний самозвіт, готовність змінювати свої дії, вносити корективи.

Необхідність формування саморегуляції набуває особливої гостроти в молодшому шкільному віці. Невміння управляти собою проявляється в дезадаптивній поведінці, зниженні успішності в навчанні, погіршенні психосоматичного здоров'я дітей. У той же час, на думку багатьох дослідників, формування саморегуляції найбільш ефективно відбувається в молодшому шкільному віці і тісно пов'язане з уявленнями дітей про себе, свої можливості, які складаються під впливом взаємодії з дорослими і однолітками. Саме молодший шкільний вік є сензитивним до розвитку усвідомленої регуляції поведінки, має глибокі потенційні можливості для становлення усвідомленої саморегуляції, оскільки найважливішими психічними новоут-

вореннями цього періоду є довільність поведінки, здатність до внутрішнього планування власних дій, рефлексія, тобто властивості, необхідні для самовиховання.

Дослідження В.І. Моросанової показали, що чим вище рівень усвідомленої саморегуляції, тим вище можливості дитини по оволодінню новими видами діяльності і тим ширше коло дій, які дитина може опанувати (за наявності спеціальних здібностей і відповідної мотивації) [6, с. 118].

Як відмічає О.О. Конопкін саморегуляція представляє собою сукупність складових, які починають інтенсивно формуватися уже в молодшому шкільному віці: ініціативність, усвідомленість дій, відповідальність у справах і вчинках, відносна незалежність від впливу оточуючих (автономність), або ступінь податливості виховним впливам [3, с. 8].

Ініціативність – стала особистісна якість, яка характеризується вільною надситуативною активністю, що спрямована на досягнення конкретних цілей та передбачає вияв рішучості та волі у реалізації запланованого [9, с. 162].

Проявити ініціативу замало для успішного здійснення та досягнення поставленого завдання. Вона має підкріплюватися такими якостями як рішучість, активність, енергійність, домінування.

Ініціативні, але малоактивні, нерішучі люди не здатні здійснити своїх задумів, вони часто перетворюються на мрійників. Розвиваючи ініціативу дітей, треба знайомити їх з навколишнім життям, з діяльністю видатних людей, самим бути взірцем. Діти, наслідуючи, поступово будуть розвивати ініціативність у самих себе.

За М.Й. Боришевським, саморегуляція – це переважно усвідомлене, цілеспрямоване планування, побудова та перетворення суб'єктом власних дій та вчинків, стратегії життєдіяльності відповідно до актуальних потреб, мотивів, особистісно значущих

цілей, спрямованості [2, С. 119-127]. Тому, здатність обдумувати свої справи і вчинки та відповідати за них, вміння планувати, розраховувати свої сили є істотними ознаками саморегуляції і самовиховання загалом.

Як показали дослідження О.Ю. Осадько, важливо стимулювати молодших школярів до самостійного знаходження прийомів самоорганізації. Елементи організації самого себе проявляються в цілеспрямованості, розподілі своїх сил у процесі виконання діяльності, плануванні, доведенні справи до кінця. Організація своєї діяльності – важлива складова саморегуляції в молодшому шкільному віці [7].

Останні складові, а саме автономність, тобто відносна незалежність від впливу оточуючих і податливість виховним впливам є протилежними.

Самостійність – це насамперед свідоме мотивування дій та їх обґрунтованість, вміння не піддаватися чужим впливам, прагненням і здатність чинити відповідно до особистих переконань [8, с. 106].

Самостійна особистість здатна організувати діяльність з власної ініціативи, ставити цілі, в разі необхідності вносити в поведінку зміни. В протилежному випадку людина слабовільна, адже легко піддається впливові інших, не має стійких переконань між протилежними поглядами, не маючи своєї думки. Така невпевненість та податливість значною мірою може гальмувати процес самовиховання.

Представлені складові саморегуляції суттєво доповнюють одна одну і являються досить важливими для молодшого шкільного віку, адже безпосередньо впливають на подальший розвиток самовиховання.

З метою визначення ступеня сформованості представлених складових саморегуляції молодших школярів нами було проведено дослідження, у якому брали участь 362 учні початкової школи.

Результати методики «Дослідження особистісних особливостей» [4, с.

Таблиця 1

Прояв ініціативності у діях молодших школярів

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %				
	Сформовано повністю	Сформовано в достатній мірі	Сформовано частково	Сформовано в мінімальній мірі	Не сформовано
Рішучість	17	28	25	10	20
Енергійність	16	34	30	8	12
Активність	37	20	30	6	7
Домінування	17	16	30	19	18
Ініціативність у діях	22	24	29	11	14

36], модифікованої для молодшого шкільного віку дали змогу побачити наскільки молодший школяр впевнений у прийнятті рішень, чи може він знаходити вихід із складних ситуацій, наскільки дитина активна у своїх діях і вчинках та чи може учень займати провідну роль, бути першим серед інших і проявляти авторитет. При наявності зазначеного можна говорити про сформованість таких якостей як рішучість, енергійність, активність та домінування, які необхідні у процесі самовиховання.

Прояв сформованості досліджуваних якостей у молодшому шкільному віці наочно зображено в табл. 1.

Із таблиці видно, що у молодших школярів найменш розвинена порівняно з іншими складовими якості домінування. Вона не сформована чи сформована в мінімальній мірі у 134 учнів (37%). Рішучість не сформована у 72 школярів (20%), або сформована в мінімальній мірі у 36 (10%), що також потребує певної уваги. Слід розуміти, що рішучі та впевнені в собі діти своєчасно й, коли це потрібно, швидко приймають рішення і втілюють його в життя. У таких дітей відсутні зайві вагання і сумніви при боротьбі мотивів. Вони легко та швидко можуть ставити цілі і знаходити шляхи їх досягнення.

Що стосується активності та енергійності в різних ситуаціях, у більшості дітей дані якості сформовані повністю, або в достатній мірі.

Наступні складові (обдумування своїх справ і вчинків, планування, розрахунок сил), які були досліджені, представляють собою усвідомленість дій та вчинків молодшими школярами. Ми з'ясували наскільки часто діти планують свої справи та вчинки, чи розраховують свої сили так, щоб все встигнути, або діють одразу без роздумів.

Дані про ступені сформованості усвідомленості дій учнів наведено в табл. 2.

Наведені дані в таблиці показують, що більшість дітей розраховують свої сили в ході виконання доручених завдань, у них простежується елементарне планування своїх вчинків та дій. Та значною є також кількість учнів, які не до кінця усвідомлюють свої дії: діють без роздумів, майже нічого не планують та найскладнішим є те, що вони не аналізують своїх помилок та невдач, хоча усвідомлюють, що вони є.

Аналіз результатів дослідження також показав, що найбільш розвиненими складовими саморегуляції молодших школярів є податливість виховним впливам та відповідальність у справах та вчинках. А це означає, що

Таблиця 2

Прояв усвідомленості дій молодших школярів

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %				
	Сформовано повністю	Сформовано в достатній мірі	Сформовано частково	Сформовано в мінімальній мірі	Не сформовано
Обдумування своїх справ і вчинків	36	25	20	5	14
Планування	31	33	14	12	10
Розрахунок своїх сил	31	34	22	7	6
Усвідомленість дій	33	30	19	8	10

Таблиця 3

Прояв відповідальності у справах та вчинках молодших школярів

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %				
	Сформовано повністю	Сформовано в достатній мірі	Сформовано частково	Сформовано в мінімальній мірі	Не сформовано
Перевірка правильності виконання завдання	42	30	20	-	8
Доведення справи до кінця	52	20	20	3	5
Цілеспрямованість	37	22	23	3	15
Відповідальність у справах і вчинках	44	24	21	2	9

більшість молодших школярів пере-віряють правильність в ході виконання завдань, доводять справу до кінця, стежать за результатом, хоча і під впливом дорослих, але досягають поставлених цілей, рахуються з думкою інших, прислуховуються до зауважень з боку дорослих, уважно слухають роз'яснення вчителя.

Відсоткове співвідношення даних компонентів можна простежити у табл. 3 та 4.

Отримані результати за вище пред-ставленими складовими узгоджуються

з думкою психолога О. Мамоновою, яка досліджувала особливості розви-тку саморегуляції в молодшому шкіль-ному віці. Результати її дослідження свідчать, що у молодшого школяра до-мінують якості, які відповідають за ви-конання учнями норм, правил, вимог дорослих [5].

Розглянемо дані, що характеризують ступені сформованості автоном-ності та відносної незалежності від впливу оточуючих (табл. 5).

Результати цього етапу досліджен-ня свідчать, що значною є кількість

Таблиця 4

Прояв податливості виховним впливам у молодших школярів

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %				
	Сформовано повністю	Сформовано в достатній мірі	Сформовано частково	Сформовано в мінімальній мірі	Не сформовано
Врахування думки інших	21	27	27	9	16
Прислуховування до зауважень вчителя	56	23	16	3	2
Уважне вислуховування роз'яснень вчителя	34	30	14	17	5
Податливість виховним впливам	37	26	19	10	8

дітей у яких даний компонент не сформований, або сформований у мінімальній мірі. Також більшість дітей, які теж потребують пильної уваги, мають часткову сформованість представленої якості. Це суттєво може позначитися на розвитку дитини. Адже дана якість в подальшому або буде сформованою повністю, або залишиться на тому ж рівні, таким чином блокуючи процес самовиховання.

Як видно із таблиці, молодшим

школярам тяжко долати труднощі самотійно, діти потребують підказки, пояснення, схвалення, підтримки з боку дорослих. Тобто, загалом, дитина поки не зможе керувати своєю поведінкою і діяльністю самотійно.

Достовірність результатів, що були отримані за представленою методикою перевірялася за допомогою експертних оцінок класних керівників, які оцінювали сформованість складових саморегуляції дітей класу. Від-

Таблиця 5

Прояв автономності та відносної незалежності від впливу оточуючих молодших школярів

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %				
	Сформовано повністю	Сформовано в достатній мірі	Сформовано частково	Сформовано в мінімальній мірі	Не сформовано
Самотійне подолання труднощів	13	22	33	12	20
Самотійні дії	17	33	32	5	13
Автономність, відносна незалежність від впливу оточуючих	15	28	33	8	16

Таблиця 6

Результати експертних оцінок вчителів щодо ступеня сформованості саморегуляції молодших школярів, у %

Особистісні якості та складові саморегуляції	Ступінь сформованості, у %									
	Сформовано повністю		Сформовано в достатній мірі		Сформовано частково		Сформовано в мінімальній мірі		Не сформовано	
	Діти	Вчителі	Діти	Вчителі	Діти	Вчителі	Діти	Вчителі	Діти	Вчителі
I. Ініціативність у діях										
Рішучість	17	12	28	12	25	47	10	23	20	6
Енергійність	16	13	34	32	30	31	8	12	12	12
Активність	37	33	20	26	30	29	6	6	7	6
Домінування	17	18	16	18	30	34	19	18	18	12
II. Усвідомленість дій										
Обдумування своїх справ і вчинків	36	13	25	29	20	29	5	29	14	-
Планування	31	25	33	30	14	16	12	14	10	15
Розрахунок своїх сил	31	27	34	35	22	26	7	6	6	6
III. Відповідальність у справах і вчинках										
Перевірка правильності виконання завдання	42	10	30	20	20	64	-	-	8	6
Доведення справи до кінця	52	13	20	29	20	35	3	23	5	-
Цілеспрямованість	37	35	22	23	23	19	3	11	15	12
IV. Автономність, відносна незалежність від впливу оточуючих										
Самостійне подолання труднощів	13	16	22	25	33	29	12	15	20	15
Самостійні дії	17	15	33	38	32	35	5	6	13	6
V. Податливість виховним впливам										
Враховання думки інших	21	17	27	32	27	32	9	6	16	13
Прислуховування до зауважень вчителя	56	46	23	27	16	21	3	4	2	2
Уважне вислуховування роз'яснень вчителя	34	29	30	35	14	18	17	16	5	2

мінність результатів простежується у табл. 6.

Аналізуючи результати експертних оцінок вчителів щодо ступеня сформованості складових саморегуляції молодших школярів та порівнюючи їх з отриманими даними дітей ми простежили наступне. Особистісні якості як енергійність, активність домінування за ступенем сформованості у відсотковому співвідношенні мають незначні відмінності, які становлять від 1 до 6 %. Це вказує на те, що учні ведуть активний спосіб життя, постійно знаходять для себе щось цікаве та весь час зайняті якоюсь справою, люблять керувати, бути першими, у більшості складних ситуацій намагаються знайти вихід. Загалом, це може слугувати гарною перспективою в розвитку самовиховання дітей. Що ж стосується рішучості, то різниця у відсотках (від 5 до 22%) вказує на переоцінку школярами своїх можливостей стосовно даної якості.

Наступне, що потребує пильної уваги, це завищення учнями своїх можливостей стосовно відповідального ставлення до справ. Результати дітей та вчителів вказують на високий рівень сформованості цілеспрямованості, а отже автоматично показують, що і усвідомленість дій, а саме планування, розрахунок своїх сил сформовані в достатній мірі, що знаходить своє підтвердження в результатах дітей та вчителів. Однак, що стосується наступних двох компонентів (доведення справи до кінця, перевірка правильності виконання завдань), то ми бачимо суттєву різницю у відсотковому співвідношенні. За даними дітей простежується високий рівень сформованості вказаних складових, чого не можна сказати про результати отримані від вчителів. Перераховані складові завжди свідчать про те, що у дитини є усі передумови для саморозвитку цілеспрямованості. За нашими даними вищезазначені компоненти мають часткову сформованість, що в подальшому призупинить не лише розвиток цілеспрямованості, а й стане бар'єром

в процесі формування саморегуляції та самовиховання. Тому актуальним постає питання пошуку шляхів вирішення даної проблеми.

У двох останніх складових (автономність або податливість виховним впливам) різниця між даними вчителів та учнів є мінімальною (від 1 до 7%), що вказує на достовірність результатів. А значить, що у молодших школярів наявний високий рівень податливості виховним впливам, діти рахуються з думкою інших, прислуховуються до зауважень дорослих. Що стосується самостійності, то рівень – нижче за середній. Адже переважає часткова ступінь сформованості або не сформованість даної якості взагалі. Такі діти не здатні організувати діяльність з власної ініціативи, в разі необхідності вносити корективи в поведінку, залежні від думок інших. Звичайно, що така поведінка буде негативно впливати на процес самовиховання.

Проведений аналіз вказує на складові саморегуляції молодших школярів, які потребують уваги з боку дорослих, а саме: рішучість, обдумування своїх справ і вчинків, відповідальність стосовно виконуваної роботи. Адже діти переоцінюючи свої можливості за даними показниками, не мають жодних мотивів для удосконалення себе як особистості. Таких дітей зазвичай все влаштовує. І саме така позиція є значною перешкодою для розвитку самовиховання.

Висновки. За результатами дослідження рівень розвитку саморегуляції молодших школярів можна оцінити як середній. Прояв більшості якостей та складових саморегуляції у дітей носить ситуативний характер. Учні перевіряють правильність виконаних завдань, обдумують, планують справи та вчинки, прислуховуються до зауважень вчителя, але не аналізують помилки та невдачі, не можуть самостійно долати труднощі, потребують підтримки та схвалення з боку дорослих, підпорядковуються іншим, хоча і не завжди розділяють їх думку.

Подальшу перспективу вбачаємо у розробці корекційно-розвивальних занять, метою яких є розвиток складових саморегуляції у молодших школярів, а саме: довільності, самоконтролю,

внутрішнього плану дій, самодисципліни, самовимогливості, самоуправління, формування навичок самостійно ставити перед собою цілі і визначати шляхи їх досягнення.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ:

1. Березовська Л.І. Самовиховання та саморегуляція особистості / Л.І. Березовська. – К., 2011. – 168 с.
2. Боришевський М.Й. Моральна саморегуляція поведінки особистості : понятійний апарат / М.Й. Боришевський. – К., 1993. – 223 с.
3. Конопкин О.А. Психологическая саморегуляция произвольной активности человека / О.А. Конопкин // Вопросы психологи. – № 1. – 1995. – С. 5–12.
4. Мамонова Е.Б. Изучение особенностей развития личностной саморегуляции младших школьников / Е.Б. Мамонова // Начальная школа. – 2011. – №1. – С. 34–41.
5. Мамонова Е.Б. Особенности развития личностной саморегуляции в младшем школьном возрасте : Дисс. ... канд. псих. наук : 19.00.07 / Елена Борисовна Мамонова. – Нижний Новгород, 2004. – 201 с.
6. Моросанова В.И. Самосознание и саморегуляция поведения / В.И. Моросанова, Е.А. Аронова. – М. : ИП РАН, 2007. – 213 с.
7. Осадько О.Ю. Психологические особенности формирования системы саморегуляции деятельности у младших школьников : Дисс. ... канд. псих. наук. : 19.00.07 / Олеся Юрьевна Осадько – К., 1988. – 170 с.
8. Пащенко М.І. Фактори впливу на розвиток творчої активності майбутнього фахівця / М.І. Пащенко // Науковий часопис НПУ імені М.П. Драгоманова. Серія № 12. Психологія : Зб. наукових праць. – К., 2005. – № 6 (30). – Ч.ІІ. – С. 98–108.
9. Шапран В.Ю. Ініціативність як психологічний феномен: різні підходи до його вивчення / В.Ю. Шапран // Освіта регіону. – К. – № 1 – 2010. – С. 160–164.