

Список використаної літератури

1. Братусь Б. С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте / Б.С. Братусь. – М.: МГУ, 1980 – С. 3-12
2. Божович Л. И. Проблемы формирования личности: избранные психологические труды / Под ред. Д. И. Фельдштейна. – Москва; Воронеж: Ин-тут практической психологии, 1995. – 216 с.
3. Выготский Л.С. Проблема возраста // Собрание соч.: В 6 т. – М.: Педагогика, 1984. – Т.4. – 466 с.

ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ У ПІДЛІТКОВОМУ ВІЦІ

УДК 159.943

Лариса Семенівна Морозенко,

*студентка II-го курсу спеціальності «Практична психологія»,
КВНЗ «Вінницька академія неперервної освіти»*

Актуальність дослідження. На даному етапі розвитку України актуалізується проблема саморегуляції поведінки. Адже ми прагнемо становлення демократичного суспільства, гуманістичного підходу до всіх членів суспільства. Особистість розглядається з позиції свободи, активності та здатності до самовиховання й саморозвитку.

Тому варто звернути увагу на особистісну саморегуляцію, яка є найбільш складною у підлітковому віці. Саме в підлітків спостерігаються, з одного боку, значні зростання потреб у самоствердженні, самореалізації, з іншого – життєва безпорадність, вразливість, відчуженість від дорослих, максималізм. Підлітки доволі часто є схильними до змін поведінки, депресії, суїцидів [3, с. 19-23].

Нині процес розвитку особистості характеризується послабленням значущості морально-духовних цінностей, натомість зростають егоцентричні тенденції, посилюються поведінкові відхилення, що викликають занепокоєння батьків, педагогів і потребують пильної уваги науковців. Набуваючи морально-духовних якостей, підростаюча особистість формується як суб'єкт особистісної саморегуляції, який керується довільними моральними рішеннями, самостійно здатний реалізовувати близькі та віддалені цілі, мотивувати власні дії й аналізувати звершені вчинки, орієнтуючись на їх суспільну значущість [4, с. 82-83].

Короткий аналіз останніх досліджень і публікацій. Проблема регуляції знайшла відображення в ключових положеннях загальної психології, де аспект саморегуляції поведінки досліджувався як структурний компонент особистості (Л. С. Виготський, Г. С. Костюк та ін.). У віковій та педагогічній психології ряд вчених сконцентрували свою дослідницьку увагу навколо різних видів саморегуляції: сенсорної

(В. І. Моросанова, О. О. Конопкін), вольової (В. А. Іванніков, В. К. Калін), моральної (Л. І. Божович, Н. М. Апетик), особистісної (К. О. Абульханова-Славська, Ю. А. Миславський), інтелектуальної (Н. І. Пов'якель, О. В. Калітін).

Ряд вчених, акцентуючи увагу на особливостях саморегуляції поведінки підлітків, торкалися також і проблеми саморегуляції на особистісному рівні. М. Й. Боришевським було здійснено теоретико-експериментальне дослідження генези саморегуляції поведінки трьох вікових періодів: молодшого, підліткового і старшого шкільного віку. Особистісна саморегуляція, за визначенням вченого, є усвідомленою активністю індивіда, яка спрямована на приведення внутрішніх резервів у відповідність з умовами зовнішнього середовища для успішного досягнення задуманої мети [1].

Проблемі психологічних механізмів саморегуляції поведінки підлітків присвячені роботи Т. В. Кириченко, в яких доводиться, що особистісна саморегуляція поведінки надає підліткам можливість оволодіти вищими когнітивними здібностями – знаннями, які дозволяють суб'єкту передбачати події, створювати засоби для здійснення контролю над тим, що впливає на його повсякденне життя.

Мета наукового дослідження полягає у теоретичному та експериментальному вивченні психологічних особливостей особистісної саморегуляції поведінки підлітків.

Виклад основного матеріалу дослідження. Нами було проведено дослідження стилю саморегуляції поведінки в учнів підліткового віку. Вибірку склали 53 учні 5-9 класів. Використовувалась методика «Стиль саморегуляції поведінки». Результати дослідження наведені у табл. 1.

Таблиця 1

Залежність рівня саморегуляції поведінки підлітків від віку (n=53)

Клас, у якому навчаються опитані учні	Високий рівень саморегуляції	Середній рівень саморегуляції	Низький рівень саморегуляції
5 клас	14,3	57,1	28,6
6 клас	11,1	55,6	33,3
7 клас	12,5	50	37,5
8 клас	20	80	0
9 клас	22,6	50	27,4

У табл. 1 відображені загальні результати вивчення рівня саморегуляції поведінки підлітків, які навчаються у 5-9 класах. Можна спостерігати, що учні 8 і 9 класів найчастіше високо оцінюють рівень саморегуляції своєї поведінки. В учнів 8 класу досить високий рівень саморегуляції поведінки завдяки гарному вихованню та особливостям темпераменту. А учні 9 класу уже визначаються професійно, більш

серйозно відносяться до своїх вчинків та до свого життя. Порівняно рідше високий рівень самоконтролю поведінки зустрічається серед учнів 5-7 класів (молодші та середні підлітки).

Очевидно, тенденція завищувати самооцінку в плані самоконтролю нелінійна, а пов'язана з рівнем розвитку рефлексії. При порівняно слабкій рефлексії молодші підлітки, швидше завищують, переоцінюють свої можливості контролювати поведінку [2, с. 119-120]. Водночас старші підлітки, які пройшли кризовий період, оцінюють свій самоконтроль як більш високий, порівняно з підлітками, які перебувають на стадії розуміння своїх труднощів в управлінні поведінкою (середній підлітковий вік).

Необхідно зауважити, що результати досліджень засвідчили, що в молодшому та середньому підлітковому віці рівень самоконтролю у дівчат є вищим, ніж у хлопців. Цікавим результатом досліджень став той факт, що одним із найвищих показників при визначенні стилю саморегуляції виявилися показники самостійності учнів.

Висновки. В тих учнів, в яких виявився високий рівень самостійності, краще відбувається саморегуляція поведінки. Найвищі показники саморегуляції поведінки мають підлітки з повних сімей, а саме з тих, де батьки та інші рідні для підлітка люди, займаються вихованням дітей.

Перспективи подальших досліджень В подальшому плануємо розробку програми психокорекції саморегуляції підлітків.

Список використаної літератури

1. Боришевський Й. М. Развитие саморегуляции поведения школьников: Автореф. дис. докт.пед. наук. — К., 1992.
2. Глуханюк Н.С., Дяченко Е.В., Семенова С.Л. «Практикум по общей психологии» Московский психосоциальный институт. Издательский дом Российской академии образования (РАО), 2003 . - 216 с.
3. Казанская В. Г. Подросток. Трудности взросления.- СПб.: Питер, 2008. – 240 с.
4. The Teenage Brain: Self Control. B. J. Casey and Kristina Caudle. Current Directions in Psychological Science, 2013, 22, p. 82-87.