

**Н.Л. Станкевич**  
**г. Минск, БГПУ им. Максима Танка**

## **ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОКОНТРОЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ ПТУЗОВ, ССУЗОВ И ОСНОВНЫЕ СПОСОБЫ ИХ РАЗВИТИЯ**

Развитие у обучающихся умений контролировать собственное поведение и деятельность является актуальной психолого-педагогической проблемой. Трудности самоконтроля у обучающихся отчетливо проявляются в период юношеского возраста (15-17 лет – ранняя юность, 18-25 лет – поздняя юность), на протяжении которого, ведущую роль занимает учебно-профессиональная деятельность. Процесс обучения в профессионально-технических, средних специальных учреждениях образования требует от обучающихся высокой сознательности и активности, в котором контроль за поведением и деятельностью постоянно имеет место. Вместе с тем, на первоначальном этапе получения профессионального образования многие исследователи отмечают возникновение трудностей перехода от внешнего «школьного» контроля к самоконтролю учебной деятельности [1, с. 102].

Актуальность проблемы самоконтроля возрастает в условиях современной информационной среды. В интернете, специальных публикациях определенных изданий СМИ, некоторых рекламных роликах активно популяризируется образ «свободной», независимой личности, которой не нужно контролировать собственное поведение и деятельность. Данный образ устойчиво закрепляется в сознании современной молодежи, что усиливает проявления их бесконтрольного поведения, стремления осуществлять действия и поступки, имеющие асоциальную направленность (бродяжничество, агрессивное поведение, алкоголизм, наркомания и т.д.).

По результатам проведенного нами исследования психологических особенностей самоконтроля (выборка составляет 238 обучающихся ПТУЗов и ССУЗов РБ) выявлено, что обучающиеся испытывают трудности, связанные с неумением контролировать собственное поведение и деятельность. Это подтверждают результаты проведения методики «Уровень субъективного контроля» (УСК) Дж. Роттера и данные лабораторного эксперимента, моделирующего условия монотонии и ограниченности времени. В частности, по результатам проведения методики УСК Дж. Роттера установлено, что у большинства (69%) испытуемых по шкалам: Ио, Ин, Ис, Ип выявлен экстернальный локус контроля. Это свидетельствует об отсутствии у обучающихся субъективной оценки и убеждения в способности контролировать себя и свое поведение, возлагать на себя ответственность за совершаемые действия при неудачах, в области семейных отношений и производственной деятельности. Данные лабораторного эксперимента показывают, что 63% испытуемых имеют низкие показатели устойчивости

внимания, отражающей характер самоконтроля, что, в свою очередь, оказывает влияние на продуктивность выполнения деятельности.

Представляют научный интерес данные исследования, которые были получены при сравнении показателей структурных компонентов самоконтроля в группах обучающихся с различными биосоциальными характеристиками (пол, возраст, тип семьи, уровень успеваемости, поведенческие особенности). В результате статистических расчетов с использованием непараметрического критерия Манна-Уитни, однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA), выявлены обучающиеся, которые испытывают затруднения, связанные с неумением контролировать собственное поведение и деятельность. Среди них испытуемые со следующими биосоциальными характеристиками: женский пол, ранний юношеский возраст, неполный тип семьи, низкий уровень успеваемости, отклоняющееся поведение.

В психолого-педагогической литературе накоплено значительное количество исследований по различным аспектам самоконтроля, его формирования и развития у обучающихся: *школьников* (С.А. Булгаков, 1994; С.С. Дегтярева, 2005; Л.Н. Габеева, 2005; В.А. Голкина, 2014 и др.); *студентов, учащихся, курсантов* (Г.С. Никифоров, 1983; Ю.Г. Холод, 2000; А.В. Сперанская, 2008; Е.Г. Юрьева, 2008; Н.В. Седина, 2013; А.А. Евдокимов, 2014 и др.). В основе большинства научных работ показано, что самоконтроль: 1) позволяет достичь более качественных, высоких результатов в учебной деятельности; 2) способствует успешности социально-психологической адаптации обучающихся к новой системе образования; 3) является «эффективным способом овладения поведением обучающихся в трудных (стрессовых) ситуациях учебной и внеучебной деятельности» [2, с. 188]. Однако, внимание большинства авторов концентрируется на выявлении особенностей, описании структуры и функциональных параметров данного понятия. В тоже время недостаточно изученной остается проблема развития самоконтроля как способа оптимизации деятельностных и поведенческих характеристик личности.

Опираясь на полученные результаты исследования, нами была разработана программа развития самоконтроля у обучающихся ПТУЗов и ССУЗов, ориентированная на формирование у них умений контролировать собственное поведение и деятельность со стороны эмоциональной, когнитивной и волевой составляющих самоконтроля. Основная идея и ценность разрабатываемой программы заключается в дифференцированном подходе к формированию групп обучающихся, с учетом их биосоциальных характеристик. По содержанию программа развития самоконтроля состоит из *теоретического и практического* блоков, реализуемых поэтапно.

Первый, *теоретический блок* включает такие направления работы как психологическое просвещение и консультирование обучающихся, педагогов и родителей по вопросам специфики и развития самоконтроля. В данном блоке сделан акцент на получение обучающимися основных теоретических знаний о

самоконтроле, его составляющих и выполняемых им функций в различных ситуациях жизнедеятельности; повышение уровня профессиональной компетентности педагогов и консультирование родителей по вопросам развития самоконтроля у обучающихся. Используемые методы и формы реализации программы (лекция, беседа, консультирование, круглый стол), направлены на актуализацию у педагогов и обучающихся знаний по проблеме самоконтроля. По итогам теоретического блока составляется памятка с рекомендациями по развитию самоконтроля для обучающихся, педагогов и родителей.

Второй, *практический блок* разработан в форме психологического тренинга и включает комплекс упражнений по развитию самоконтроля у обучающихся. Методами реализации практического блока программы являются: видеоанализ, самоанализ, беседа, консультирование, моделирование, деловые и ролевые игры, групповая дискуссия, мозговой штурм, самовнушение и метод обучения самоконтролю посредством выработанной пошаговой программы поведения. Работа с обучающимися направлена на решение задач по развитию у них умений и навыков использования эмоционального, когнитивного и волевого самоконтроля в различных ситуациях жизнедеятельности.

Таким образом, в настоящее время существует необходимость развития самоконтроля у обучающихся как основы осознанной регуляции поведения и деятельности. Именно поэтому, к числу приоритетных задач можно отнести разработку и внедрение в образовательный и воспитательный процесс программ по развитию самоконтроля у обучающихся. Эффективность данных программ во многом определяется содержанием, выбранными методами и формами ее реализации.

### Список литературы

1. Баданина, Л.П. Анализ современных подходов к организации психолого-педагогического сопровождения студентов на этапе адаптации к вузу / Л.П. Баданина // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. – 2009. – № 83. – С. 99 – 108.
2. Психология саморегуляции в XXI веке / отв. ред. В.И. Моросанова. – СПб.; М.: Издательство «Лань», 2011. – 468 с.