

УДК 159.923.2

UDC 159.923.2

**СТРУКТУРНЫЕ И ДИНАМИЧЕСКИЕ  
ХАРАКТЕРИСТИКИ САМОКОНТРОЛЯ  
ЛИЧНОСТИ БУДУЩИХ  
СПЕЦИАЛИСТОВ****STRUCTURAL AND DYNAMIC  
CHARACTERISTICS  
OF SELF-CONTROL OF FUTURE  
SPECIALISTS**

**Н. Л. Станкевич,**  
*преподаватель-стажер  
кафедры психологического  
обеспечения профессиональной  
деятельности Института  
психологии БГПУ;*

**N. Stankevich,**  
*teacher-trainee of the Department  
of psychological support  
of professional activities, Institute  
of psychology BSPU;*

**М. Ф. Бакунович,**  
*кандидат психологических наук, доцент,  
заведующий кафедрой психологического  
обеспечения профессиональной  
деятельности Института  
психологии БГПУ*

**M. Bakunovich,**  
*candidate of Psychology sciences, associate  
professor, head of the department  
of psychological support  
of professional activities, Institute  
of psychology of BSPU*

Поступила в редакцию 30.03.17.

Received on 30.03.17.

В статье рассматривается проблема самоконтроля личности будущих специалистов. Перечислены преимущества осуществления самоконтроля обучающимися в процессе их профессионального становления. Описана сущность понятия «самоконтроль» в трудах отечественных и зарубежных психологов. Представлены результаты исследования структурных и динамических характеристик самоконтроля личности будущих специалистов. На основе исследовательских результатов сделан ряд обобщающих заключений. Установлено, что отдельные структурные характеристики самоконтроля личности будущих специалистов сформированы недостаточно. Зафиксирована положительная динамика характеристик самоконтроля у респондентов от 1-го к 4-му курсам обучения. Подчеркивается актуальность разработки и внедрения в образовательный процесс учреждений профессионально-технического и среднего специального образования новых технологий по формированию и развитию у обучающихся умений самоконтроля.

*Ключевые слова:* структурные, динамические характеристики самоконтроля, будущие специалисты, трудовая деятельность, технологии формирования самоконтроля.

The article deals with the problem of self-control of personality of future specialists. The advantages of exercising self-control by students in the process of their professional development are listed. The essence of the concept of «self-control» in the works of domestic and foreign psychologists is described. The results of research of structural and dynamic characteristics of self-control of future specialists are presented. On the basis of research results, a number of generalizing conclusions have been made. It is established that certain structural characteristics of the self-monitoring of the personality of future specialists are not sufficiently formed. Positive dynamics of self-control characteristics among respondents from the 1st to the 4th years of study was recorded. The urgency of the development and implementing of new technologies into the educational process of institutions of vocational and secondary specialized education in the formation and development of self-control skills among students is emphasized.

*Keywords:* structural and dynamic characteristics of self-control, future specialists, labor activity, technologies of self-control formation.

**В**ведение  
В современных условиях развития общества становится значимой подготовка высококвалифицированных специалистов, способных качественно осуществлять профессиональную деятельность. Исследователями А. М. Боковиковым [1], Г. С. Никифоровым [2], О. Н. Николаенко [3] установлено, что

для эффективного осуществления трудовой деятельности будущим специалистам необходимо овладеть умениями и навыками самоконтроля. Самоконтроль выполняет функцию коррекции самого процесса труда, выступает в качестве средства оптимизации функционального состояния субъектов трудовой деятельности.

В настоящее время деятельность специалистов становится все более автоматизированной, расширяется круг профессий, которые предполагают постоянное взаимодействие человека с информационной техникой (программист, веб-дизайнер, тестировщик и т. д.). Увеличивается количество объектов (параметров), которые специалист должен контролировать, и нередко одновременно. Зачастую процесс трудовой деятельности протекает в жестко заданных временных интервалах, что в свою очередь увеличивает ее напряженность [4, с. 165–166]. Следовательно, в настоящее время для достижения эффективного результата трудовой деятельности становится важным осуществление специалистом систематического контроля и самоконтроля труда.

Именно поэтому, существенную значимость представляет развитие умений и навыков самоконтроля будущих специалистов в процессе их профессионального становления. Для юношей и девушек, обучающихся в колледжах, лицеях и училищах, владение умениями самоконтроля имеет выраженное значение для эффективного осуществления учебной, а впоследствии, будущей профессиональной деятельности. Во-первых, самоконтроль позволяет обучающимся повысить эффективность учения, что, в свою очередь, способствует формированию профессиональных компетенций. Во-вторых, он исключает присутствие в поведении обучающихся импульсивных поступков и имеет значение для осуществления ими социально нормативного поведения. В-третьих, самоконтроль оказывает положительное влияние на эффективность преодоления обучающимися стрессовых ситуаций в учебной и трудовой деятельности.

#### Основная часть

Вопросы самоконтроля в контексте регуляции поведения и деятельности представлены в трудах отечественных и зарубежных психологов. Согласно теоретическим представлениям Г. С. Никифорова [2], Х. Хекхаузена [5], J. Kuhl [6], самоконтроль предполагает применение субъектом осознанных волевых усилий, направленных на повышение собственной активности с целью достижения определенных результатов деятельности. Ведущая роль самоконтроля принадлежит субъекту активности, который обладает способностью удерживать контроль над собой в процессе осуществления деятельности. Самоконтроль является личностной характеристикой, формирующейся в процессе онтогенетического развития человека и проявляющейся в системе общественных отношений.

Е. А. Сергиенко [7], опираясь на системный подход, описывает самоконтроль как единую

систему регуляции и управления, состоящую из трех подсистем: когнитивный контроль, эмоциональная регуляция и контроль действий (произвольность). По мнению автора, в основе самоконтроля лежат представления об индивидуальных ресурсах, внутренних возможностях адаптивного поведения. Человек обладает различными возможностями когнитивного контроля, эмоциональной регуляции и произвольности (волевого контроля), что становится внутренним условием выбора взаимодействий с окружением и специфики поведения в разных ситуациях.

На основе теоретического анализа научных исследований, мы пришли к выводу, что самоконтроль личности разнообразен по своей функциональности. Данный феномен выступает как компонент сознательной деятельности, как социально опосредованный феномен, включенный в систему межличностных отношений, как эффективный способ совладающего поведения. Если самоконтроль выполняет функцию регуляции действий, поведения, состояния в целом, то применительно к обучающимся самоконтроль следует определить как способ осознанной регуляции собственной активности, направленный на оптимизацию (повышение качества) поведения и деятельности.

Целью нашего исследования являлось определение структурных и динамических характеристик самоконтроля личности будущих специалистов.

Исследование параметров самоконтроля проводилось с опорой на модель структуры самоконтроля А. В. Сперанской, включающей процессуальный и регуляторно-личностный компоненты. К процессуальному компоненту самоконтроля относятся когнитивная, аффективная и волевая составляющие. К регуляторно-личностному компоненту относятся локус контроля и личностные свойства человека (в первую очередь, настойчивость и самообладание) [8].

В эмпирическом исследовании были применены 4 опросника (тест-опросник А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана [9], методика определения уровня самоконтроля (УСК) Дж. Роттера (адаптация Е. Ф. Бажина, С. А. Голынкиной, А. М. Эткинда) [10]; вопросник Г. С. Никифорова, В. К. Васильева, С. В. Фирсовой [2]; опросник «Шкала контроля за действием» (НАКЕМР-90) Ю. Куля в адаптации С. А. Шапкина) [11], что позволило рассмотреть степень сформированности обозначенных структурных характеристик самоконтроля.

В исследовании приняли участие 238 обучающихся профессионально-технических и средних специальных учреждений образования Республики Беларусь в возрасте от 15 до 24 лет. Из них на 1 курсе обучалось 97 испы-

туемых, на 2 курсе – 63, на 3 курсе – 41, на 4 курсе – 37. Статистический анализ результатов исследования осуществлялся с помощью компьютерной программы «STATISTICA 8.0» с использованием однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) и последующим применением апостериорного критерия Дункана.

Анализ данных, полученных на всей выборке испытуемых ( $n = 238$ ), показал, что самоконтроль обучающихся имеет свою специфику. Оценка характеристик произвольного самоконтроля респондентов свидетельствует, что 38 % (88 человек) имеют высокие, 58 % (134 человека) средние и 4 % (9 человек) низкие показатели выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности, поведении. Больше половины испытуемых 58 % (134 человека) считают себя способными управлять собственным эмоциональным состоянием (сдерживать негативные проявления при встрече с сопротивлением или враждебностью со стороны окружающих, в условиях стрессовых и напряженных ситуаций). Они отмечают, что умеют контролировать ход выполнения собственной деятельности, сопоставлять полученные результаты с эталоном, могут выполнять действия независимо от возникающих препятствий, осознанно контролировать свои отношения, поведение в соответствии с усвоенной системой социальных норм.

Преобладающее число обучающихся 66 % (152 человека) указывают на наличие у себя высокого уровня развития волевого самоконтроля, который можно охарактеризовать по таким личностным свойствам, как настойчивость и самообладание. Испытуемые характеризуют себя как деятельных, работоспособных людей, активно стремящихся к выполнению намеченного плана, несмотря на всевозможные преграды на пути к цели. Молодые люди считают себя способными сознательно управлять действиями, состояниями и побуждениями, утверждают, что они эмоционально устойчивы, хорошо владеют собой в различных ситуациях. Для респондентов свойственна уверенность в собственных действиях, они способны к рефлексии и самоконтролю. Однако следует отметить, что зафиксированный высокий уровень развития волевого самоконтроля нельзя однозначно трактовать как позитивный результат. Это может свидетельствовать и о наличии у молодых людей затруднений в организации жизнедеятельности. Стремление обучающихся к постоянному самоконтролю, чрезмерное сознательное ограничение ими спонтанных действий и поступков, может привести к повышению внутренней напряженности и утомляемости, формированию личностной тре-

вожности. Низкий уровень развития волевого самоконтроля отмечен у 25 % (58 человек). Обучающиеся считают себя эмоционально неустойчивыми, неспособными к рефлексии и самоконтролю. У них невысокая степень осознания и понимания мотивов поведения, пониженный общий фон активности. Испытуемым с низким уровнем волевого самоконтроля свойственна импульсивность в поведении и неустойчивость намерений.

Согласно результатам измерения локуса контроля обучающихся, выявлено, что для значительного количества респондентов 73 % (169 человек) характерен экстернальный локус контроля. Молодые люди ориентированы в большей степени на внешний контроль. Они не видят связи между своими действиями и значимыми событиями собственной жизни, не считают себя способными контролировать их развитие. 65 % (150 человек) от всех испытуемых считают происходящие события результатом невезения. Особенно это характерно для тех ситуаций, которые имеют для них отрицательные результаты. 83 % опрошенных респондентов (192 человека) склонны приписывать ответственность в производственной и творческой деятельности другим людям. 55 % испытуемых (127 человек) утверждают, что они не могут контролировать значимые события, возникающие в родительской семье.

Непосредственный интерес представляют результаты исследования динамических характеристик самоконтроля испытуемых, полученные с помощью диагностических срезов на 1, 2, 3 и 4 курсах обучения.

Согласно итогам статистической обработки данных с использованием однофакторного дисперсионного анализа (ANOVA) обнаружена зависимость показателей локуса контроля от курса обучения испытуемых по шкалам: «Интернальность в области достижений» (Ид),  $F(3; 227) = 2,69$ ;  $p = 0,047$ ; «Интернальность в области неудач» (Ин),  $F(3; 227) = 3,78$ ;  $p = 0,011$ ; «Интернальность в области межличностных отношений» (Им),  $F(3; 227) = 4,40$ ;  $p = 0,005$  (рисунок).

В результате, установлено, что: 1) обучающимся 2 курса в меньшей степени свойственна интернальность в области достижений, чем обучающимся 3 курса; 2) у испытуемых 1 курса обучения показатели интернальности в области неудач ниже, чем у испытуемых 3, 4 курсов; 3) обучающиеся 1, 2 курсов уступают обучающимся 3, 4 курсов по показателям интернальности в области межличностных отношений. Данные утверждения подкреплены результатами статистического расчета апостериорного критерия Дункана: по шкале

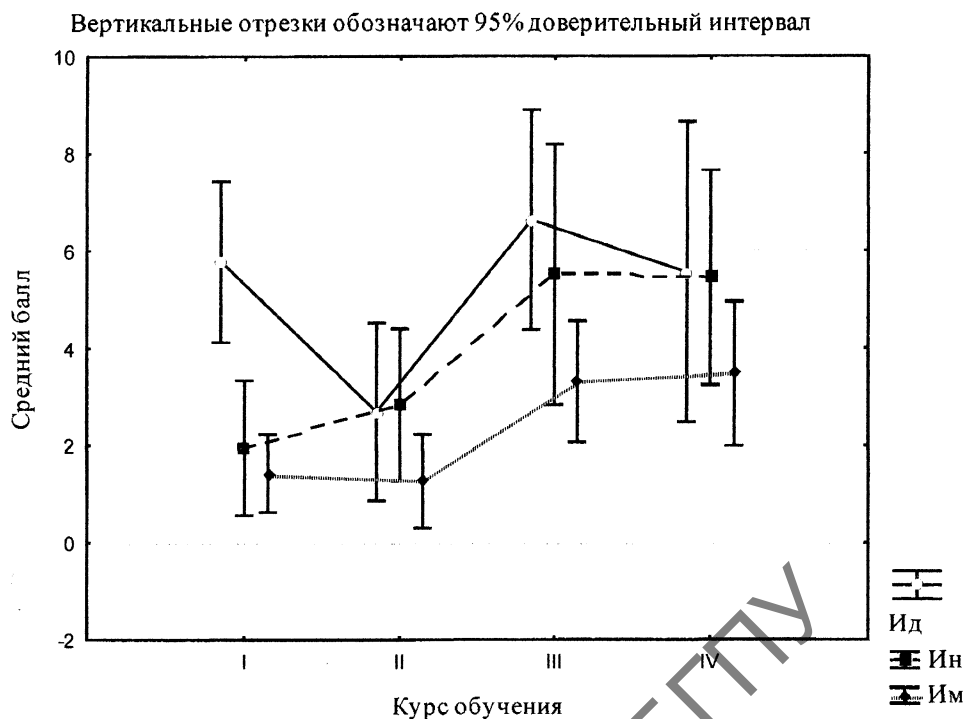


Рисунок – Динамика показателей локуса контроля испытуемых на разных этапах обучения

«Интернальность в области достижений» для различий 2 и 3 курсов ( $p = 0,021$ ); по шкале «Интернальность в области неудач» для различий 1 и 3 курсов ( $p = 0,017$ ), для различий 1 и 4 курсов ( $p = 0,016$ ); по шкале «Интернальность в области межличностных отношений» для различий 1 и 3 курсов ( $p = 0,018$ ), для различий 1 и 4 курсов ( $p = 0,014$ ), для различий 2 и 3 курсов ( $p = 0,013$ ), для различий 2 и 4 курсов ( $p = 0,009$ ).

По результатам однофакторного дисперсионного анализа также установлена зависимость показателей эмоционального самоконтроля от курса обучения испытуемых ( $F(3; 227) = 3,03$ ;  $p = 0,030$ ). Апостериорный критерий Дункана свидетельствует о том, что показатели по шкале «Эмоциональный самоконтроль» значительно различаются у респондентов 1 и 3 курсов ( $p = 0,037$ ), а также 2 и 3 курсов обучения ( $p = 0,034$ ). Испытуемые 1 и 2 курсов уступают испытуемым 3 курса по показателям эмоционального самоконтроля.

Различия между группами обучающихся 1–4 курсов не достигают уровня статистической значимости по показателям общей интернальности, интернальности в области здоровья и болезни, производственных и семейных отношений; по показателям волевой регуляции (настойчивости и самообладания); самоконтроля в деятельности и социального самоконтроля; контроля за действием при планировании и его реализации.

#### Заключение

Таким образом, результаты исследования дают нам возможность сделать ряд обобщающих заключений.

В частности, анализ полученных данных демонстрирует, что отдельные структурные характеристики самоконтроля личности будущих специалистов сформированы недостаточно. Результаты показывают, что обучающиеся профессионально-технических и средних специальных учреждений образования ориентированы в большей степени на внешний контроль, они не осознают зависимости между собственными действиями и событиями их жизни, не считают себя способными эффективно контролировать выполняемую деятельность.

При этом результаты изучения динамических характеристик самоконтроля испытуемых свидетельствуют об увеличении у респондентов от 1 к 4 курсам показателей интернального локуса контроля в условиях достижения ими поставленной цели, в ситуациях неудач, а также при построении ими межличностных отношений с окружающими. Выявлена положительная динамика эмоционального самоконтроля обучающихся от 1 к 3 курсам. Вместе с тем не обнаружено изменений у испытуемых 1–4 курсов обучения по показателям настойчивости, самообладания, когнитивной, аффективной и волевой составляющих самоконтроля.

Полученные данные указывают на актуальность разработки и внедрения в образовательный процесс новых технологий по формированию и развитию умений самоконтроля у обучающихся профессионально-технических и средних специальных учреждений образования. Понимание самоконтроля как способа произвольной саморегуляции позволяет рассмат-

ривать его в качестве личного ресурса будущих специалистов (обучающихся), применяемого для повышения эффективности учебной и профессиональной деятельности, самостоятельного управления поведением и деятельностью в соответствии с убеждениями, нравственными нормами и правилами, регулирования характера и специфики межличностных отношений.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Бокви́ков, А. М. Модус контроля как фактор стрессоустойчивости при компьютеризации профессиональной деятельности / А. М. Бокви́ков // Психол. журн. – 2000. – № 1. – С. 93–101.
2. Ники́форов, Г. С. Самоконтроль человека / Г. С. Ники́форов. – Издательство Ленинградского университета, 1989. – 192 с.
3. Николаенко, О. Н. Стратегия самоконтроля личности : автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / О. Н. Николаенко. – СПб., 2006. – 18 с.
4. Толочек, В. А. Современная психология труда : учеб. пособие / В. А. Толочек. – СПб. : Питер, 2005. – 479 с.
5. Хекхаузен, Г. Мотивация и деятельность : учеб. пособие / науч. ред. Д. А. Леонтьев, Б. М. Величковский. – 2-е изд. – СПб. : Питер; М. : Смысл, 2003. – 859 с.
6. Kuhl, J. Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle / J. Kuhl. – B. : Springer Verlag, 1983. – 354 p.
7. Сергиенко, Е. А. Контроль поведения как субъектная регуляция / Е. А. Сергиенко, Г. А. Виленская, Ю. В. Ковалева. – М. : Изд-во «Институт психологии РАН», 2010. – 352 с.
8. Сперанская, А. В. Связь мотивационно-ценностной сферы и самоконтроля личности в период юности и зрелости (на примере сотрудников исправительных учреждений) / А. В. Сперанская // Проблемы социальной работы: теория и практика : сб. ст. – Омск : Изд-во Ом. гос. ун-та, 2008. – С. 148–159.
9. Зверков, А. Г. Диагностика волевого самоконтроля (опросник ВСК) / А. Г. Зверков, Е. В. Эйрман // Практикум по психодиагностике. Психодиагностика мотивации и саморегуляции. – М. : Изд-во МГУ, 1990. – С. 99–102.
10. Райгородский, Д. Я. Практическая психодиагностика. Методики и тесты / Д. Я. Райгородский. – М. : БахрахМ, 2006. – 672 с.
11. Шапкин, С. А. Экспериментальное изучение волевых процессов / С. А. Шапкин. – М. : Смысл, 1997. – 144 с.

#### REFERENCES

1. Bokovikov, A. M. Modus kontrolya kak faktor stresso-ustoychivosti pri kompyuterizatsii professionalnoy deyatel'nosti / A. M. Bokovikov // Psikhol. zhurn. – 2000. – № 1. – S. 93–101.
2. Nikiforov, G. S. Samokontrol cheloveka / G. S. Nikiforov. – Izdatel'stvo Leningradskogo universiteta, 1989. – 192 s.
3. Nikolayenko, O. N. Strategiya samokontrolya lichnosti : avtoref. dis. ... kand. psikhol. nauk: 19.00.01 / O. N. Nikolayenko. – SPb., 2006. – 18 s.
4. Tolochek, V. A. Sovremennaya psikhologiya truda : ucheb. posobiye / V. A. Tolochek. – SPb. : Piter, 2005. – 479 s.
5. Khekkhauzen, G. Motivatsiya i deyatel'nost' : ucheb. posobiye / nauch. red. D. A. Leontyev, B. M. Velichkovskiy. – 2-ye izd. – SPb. : Piter; M. : Smysl, 2003. – 859 s.
6. Kuhl, J. Motivation, Konflikt und Handlungskontrolle / J. Kuhl. – B. : Springer Verlag, 1983. – 354 p.
7. Sergiyenko, Ye. A. Kontrol povedeniya kak subyektnaya regulyatsiya / Ye. A. Sergiyenko, G. A. Vilenskaya, Yu. V. Kovalyova. – M. : Izd-vo „Institut psikhologii RAN“, 2010. – 352 s.
8. Speranskaya, A. V. Svyaz motivatsionno-tsennostnoy sfery i samokontrolya lichnosti v period yunosti i zrelosti (na primere sotrudnikov ispravitelnykh uchrezhdeniy) / A. V. Speranskaya // Problemy sotsialnoy raboty: teoriya i praktika : sb. st. – Omsk : Izd-vo Om. gos. un-ta, 2008. – S. 148–159.
9. Zverkov, A. G. Diagnostika volevogo samokontrolya (oprosnik VSK) / A. G. Zverkov, Ye. V. Eydman // Praktikum po psikhodiagnostike. Psikhodiagnostika motivatsii i samoregulyatsii. – M. : Izd-vo MGU, 1990. – S. 99–102.
10. Raygorodskiy, D. Ya. Prakticheskaya psikhodiagnostika. Metodiki i testy / D. Ya. Raygorodskiy. – M. : Bakhrakh-M, 2006. – 672 s.
11. Shapkin, S. A. Eksperimentalnoye izucheniye volevykh protsessov / S. A. Shapkin. – M. : Smysl, 1997. – 144 s.