

УДК 159.9.075

ВЗАИМОСВЯЗЬ ПАРАМЕТРОВ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ВРЕМЕННОЙ ПЕРСПЕКТИВЫ СТУДЕНТОВ НА РАЗЛИЧНЫХ ЭТАПАХ ОБУЧЕНИЯ

Е. А. Медовикова

THE CORRELATION BETWEEN THE PARAMETERS OF CONSCIOUS SELF-REGULATION AND STUDENTS' TIME PERSPECTIVE AT DIFFERENT STAGES OF STUDYING

E. A. Medovikova

В статье рассматривается проблема становления содержательных характеристик осознанной саморегуляции и временной перспективы студентов в период юности на различных этапах обучения в вузе. В работе представлены результаты сравнительного анализа параметров временной перспективы и осознанной саморегуляции на различных ступенях юношеского возраста. Данное сравнение опирается на представления системного подхода, согласно которому временная перспектива рассматривается в тесной взаимосвязи с осознанной саморегуляцией деятельности. Осознанная саморегуляция в данном случае позволяет подчеркнуть важность процессов планирования, моделирования, прогнозирования и постановки целей в рамках формирования временной ориентации.

The paper presents the problem of substantial characteristics formation of conscious self-regulation and students' time perspective in the period of youth at various stages of studying at the University. The research presents the results of the comparative analysis of time perspective parameters and conscious self-regulation at different stages of adolescence. This comparison is based on the systematic approach, according to which time perspective is considered in close relations with a conscious self-regulation of activity. In this case conscious self-regulation serves to underline the importance of planning, modelling, forecasting and goal setting within the framework of the formation of temporal orientation.

Ключевые слова: временная перспектива, осознанная саморегуляция, планирование деятельности, цели жизни, студент.

Keywords: time perspective, conscious self-regulation, planning activities, purpose of life, student.

Для становления временной перспективы личности на различных этапах обучения в вузе в большей степени важны такие способности как прогнозирование, моделирование своего будущего, планирование, с определенной долей самостоятельности и гибкости по отношению к условиям окружающей среды. На основе развития данных способностей оптимизируется процесс формирования представлений о будущем, через анализ прошлого и принятия настоящего. В итоге, наибольшее значение для этого процесса имеет постановка четких целей, определяющих активность личности.

Классические исследования, касающиеся проблемы временной перспективы личности можно обозначить тремя основными подходами: мотивационным (Б. В. Зейгарник, К. Левин, Ж. Нюттен), причинно-целевым (Е. И. Головаха, А. А. Кроник), типологическим (К. А. Абульханова, Т. Н. Березина, В. И. Ковалев) [4].

Исследования, касающиеся проблемы осознанной саморегуляции, можно описать с точки зрения следующих подходов: структурно-интегративный подход (А. Б. Леонова), концепция психических состояний (А. О. Прохоров), системные представления о контроле поведения (Е. А. Сергиенко), системно-деятельностная концепция психической саморегуляции функциональных состояний (Л. Г. Дикая), иерархическая модель функций контроля и обратной связи (С. Carver, M. Scheier), социально-когнитивная парадигма (J. Matthews, D. H. Schunk, V. Zimmerman) [2].

Разнообразие обозначенных подходов актуализирует проблему развития различных форм временных отношений человека с миром, осознания и целостного отношения ко времени жизни, которые рассматрива-

ются как опосредованная его способность выступать субъектом своей активности и личностно организовывать время [3].

Цель нашего **исследования** состояла в изучении взаимосвязей содержательных характеристик осознанной саморегуляции и временной перспективы личности на различных этапах обучения в вузе.

В исследовании временной перспективы использовался **комплекс диагностических методов и методик**, в том числе:

1. Методика «САТ» в адаптации Ю. Е. Алешиной, Л. Я. Гозман, М. В. Загика и М. В. Кроз.
2. Опросник временной перспективы Ф. Зимбардо (ZTPI).
3. Методика «ММИ» Ж. Нюттена в адаптации Н. Н. Толстых.
4. Методика «Готовность к выбору профессии» (адаптация А. П. Чернявской).
5. Методика определения направленности личности А. А. Реана.
6. Методика «Смысло-жизненные ориентации» (адаптирована Д. А. Леонтьевым).
7. Методика «Личностный дифференциал» (адаптирована в НИИ им. В. М. Бехтерева).
8. Методика рассказа по типу эссе.
9. Опросник «Стиль саморегуляции студентов» В. И. Моросановой.

10. Тест-опросник «Исследование волевой саморегуляции» А. В. Зверькова и Е. В. Эйдмана.

11. Опросник «Саморегуляция» А. К. Осницкого. Общую выборку в исследовании составили студенты 1 – 3 курсов КузГТУ в возрасте от 17 до 21 года в количестве 150 человек из них 51 чел. – муж. пола, и 99 – жен. пола. Выборка была разделена на

3 группы: студенты 1 курса в количестве 50 человек (группа № 1), студенты 2 курса в количестве 50 человек (группа № 2), студенты 3 курса в количестве 50 человек (группа № 3).

Изложение и обсуждение результатов исследования

Рассмотрим более подробно выявленные взаимосвязи в группе студентов 1 курса, на основе которых можно составить представление о личности первокурсников и особенностях развития изучаемых параметров. Результаты исследования представлены в таблице 1.

Уровень волевой саморегуляции личности на начальном этапе обучения в вузе (1 курс) опосредован развитием таких качеств, как самоуважение, автономность действий и поступков, способность к целостному восприятию мира и людей. Развитие волевой саморегуляции обусловлено формированием ценностей самоактуализирующейся личности, развитой мотивацией к достижению успеха, положительным эмоциональным отношением к профессиональному выбору, осознанным планированием текущей деятельности, при этом планы носят реалистичный, детализованный, устойчивый характер и цели деятельности выдвигаются самостоятельно.

Осуществляя учебно-профессиональную деятельность, респонденты показывают высокую долю автономности при выборе будущей специальности, что в дальнейшем находит свое отражение в положительном эмоциональном отношении к выбору профессии

и нацеленностью на высокие результаты в рамках этой деятельности.

Развитость регуляторной автономии в данном возрасте определяется степенью независимости ценностей и поведения субъектов образовательного процесса от воздействия извне ($r = 0,30$).

Респонденты 1 курса способны выделять значимые условия для достижения поставленных целей и продумывать способы их достижения.

Высокая степень осознанности значимых условий для достижения поставленных целей определяется позитивным восприятием прошлых событий и их анализом ($r = 0,28$), сфокусированной временной перспективой на настоящее и устойчивой ориентацией на будущее, которое носит абстрактный характер ($r = 0,43$), высокой степенью независимости ценностей и поведения от воздействия извне, осмысленностью, направленностью на выполнение поставленных целей, свободой в принятии решений и воплощении их в жизнь, автономностью поведения в отношении принятия важных решений ($r = 0,29$), предусмотрительностью в рамках осуществления собственного выбора ($r = 0,32$).

Студенты в большей степени говорят об осознанном планировании текущей деятельности, выражают потребность в планировании действий и поступков во взаимосвязи с готовностью строить планы на будущее более реалистичного характера [11].

Таблица 1

Корреляционные взаимосвязи параметров осознанной саморегуляции и временной перспективы студентов 1 курса

	Негативное прошлое	Фаталистическое настоящее	Будущее	Сила	Поддержка(П)	Ценностные ориентации (SAV)	Самоуважение (Sr)	Представления о природе чел. (Nc)	Синергии (Sy)	Цели жизни	Локус контроля - жизнь	Автономность (A)	Принятие решения (P)	Планирование (П)	Эмоциональное отношение (Э)	Мотивация по методике Репиа	Настойчивость (Н)	Самообладание (С)	Планирование (Пл)	Моделирование (М)	Программирование (Пр)
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21
Общая шкала (B)						0,28	0,30		0,30			0,29							0,32	0,35	0,36
Настойчивость (Н)												0,31			0,34	0,46			0,40	0,37	0,47
Самообладание (С)																0,43				0,28	
Планирование (Пл)			0,43									0,30				0,31	0,40				
Моделирование (М)	-0,32	-0,43			0,28					0,30	0,35	0,48	0,41		0,28		0,37	0,28			
Программирование (Пр)								-0,31									0,47				

Саморегуляция поведения и деятельности респондентов 2 курса определяется общей осмысленностью жизненного пути личности, целей на будущее, общей насыщенностью жизни, удовлетворенностью выбранной профессией, а также способностью детализировать намеченные цели.

Сила намерений респондентов определяется выраженной творческой направленностью личности ($r = 0,37$), осмысленностью жизненной перспективы ($r = 0,33$), четко поставленными жизненными целями ($r = 0,38$), эмоционально насыщенной жизнью, удовлетворенностью выбором профессии ($r = 0,29$), а также осознанным программированием своих действий ($r = 0,31$).

Произвольный контроль в процессе обучения определяется способностью ставить перед собой четкие цели и взаимосвязан с положительным выбором профессии, что подтверждается эффективностью выполнения деятельности в рамках образовательного процесса ($r = 0,29$).

На данном этапе обучения респонденты способны детализировать внешние и внутренние условия своей жизни и деятельности, что отражается в осмысленной оценке пройденного отрезка жизни, в данном случае большое значение имеет эмоциональный компонент, в том числе общая насыщенность временного локуса жизненными событиями.

Если говорить о гендерных различиях, которые впервые появляются в рамках формирования осознанной саморегуляции и временной перспективы личности ко 2 курсу, то можно сделать ряд допущений. Адекватность оценки результатов своей деятельности выше у

девушек, при этом данный показатель связан с адекватным планированием будущего, осмысленностью и насыщенностью жизненных событий, постановкой четких жизненных целей и свободой принятия важных решений.

Регуляторная гибкость, которую можно охарактеризовать с точки зрения осмысленности пройденного жизненного пути, четкой постановки жизненных целей, информированности о мире профессий у респондентов 2 курса снижается, что связано с негативным восприятием ряда произошедших событий (негативное прошлое). Студенты 2 курса отличаются высокой степенью автономности в процессе принятия решений. Данный показатель основан на позитивном восприятии будущего, планировании и достижении будущих целей, представлении о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями.

Таким образом, уровень сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции произвольной активности респондентов 2 курса характеризуется построением детализированных целей на будущее, развитием волевых сторон личности, осмысленностью жизни в целом, удовлетворенностью процессом жизни, достаточной свободой выбора в принятии решений, настойчивостью в достижении поставленных целей.

На 3 курсе выявлены следующие взаимосвязи параметров осознанной саморегуляции и временной перспективы личности, которые отражены в таблице 3.

Таблица 3

Корреляционные взаимосвязи параметров осознанной саморегуляции и временной перспективы студентов 3 курса

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19
	Пол	Негативное прошлое	Позитивное прошлое	Будущее	Активность	Компетентность во времени (Тс)	Ценностные ориентации (SAV)	Гибкость поведения (Ех)	Самоуважение (Sv)	Представления о природе чел. (Nc)	Синергии (Sy)	Осмысленность жизни	Цели жизни	Процесс жизни	Результат жизни	Локус контроля – жизнь	Информированность (И)	Планирование (П)	Эмоциональное отношение (Э)
Общая шкала (В)				0,32									0,34					0,30	
Настойчивость (Н)				0,31	-0,31								0,35					0,34	
Самообладание (С)					-0,29			-0,32											
Планирование (П)								-0,34											
Моделирование (М)															0,31	0,29			

3. Коноз Е. М., Моросанова В. И. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. 2000. № 2. С. 118.
4. Конопкин О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности // Вопросы психологии. 2008. № 3. С. 22 – 34.
5. Леонтьев Д. А., Шелобанова Е. В. Профессиональное самоопределение как построение образов возможного будущего // Вопросы психологии. 2001. № 1. С. 57 – 66.
6. Медовикова Е. А., Морозова И. С. Параметры временной перспективы во взаимосвязи с личностными особенностями студентов на различных этапах обучения // Мир науки, культуры, образования. 2015. № 1(50). С. 186 – 188.
7. Медовикова Е. А., Морозова И. С. Содержательные характеристики временной перспективы личности студентов вуза // Современные исследования социальных проблем (электронный научный журнал). 2014. № 12(44). С. 58 – 67.
8. Морозова И. С. Личность и саморегуляция деятельности: учебное пособие. Кемерово, 2000. 80 с.
9. Сырцова А. Возрастная динамика временной перспективы личности: дис. ... канд. психол. наук. М., 2008. 317 с.
10. Яницкий М. С., Серый А. В. Диагностика ценностно-смысловой сферы личности: учебное пособие. Новокузнецк: МАОУ ДПО ИПК, 2010. 102 с.

Информация об авторе:

Медовикова Евгения Александровна – аспирант по направлению «Педагогическая психология» КемГУ, преподаватель Кузбасского государственного технического университета им. Т. Ф. Горбачева филиал в г. Прокопьевске, e-medovikova@yandex.ru.

Eugenia A. Medovikova – postgraduate student at Kemerovo State University, lecturer at Prokopyevsk branch of Kuzbass State Technical University named after T. F. Gorbachev.

(Научный руководитель: Морозова Ирина Станиславовна – доктор психологических наук, профессор, заведующая кафедрой общей психологии и психологии развития КемГУ, чл.-корр. САН ВШ, ishmorozova@yandex.ru.

Irina S. Morozova – Doctor of Psychology, Professor, Head of the Department of General Psychology and Psychology of Development, Kemerovo State University).

Статья поступила в редколлегию 27.04.2015 г.