

УДК 159.922.73 – 053.4

*Усик Дмитро Борисович
кандидат психологічних наук,
доцент кафедри практичної психології
Сумського державного педагогічного
університету імені А.С.Макаренка м.Суми
dmitrijusik@yandex.ru*

**ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ У
СТАРШОМУ ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ (ОБГРУНТУВАННЯ
ЕМПІРИЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ)**

У статті розглядаються методологічні та методичні аспекти проблеми саморегуляції поведінки у старших дошкільників. На основі аналізу емпіричних досліджень виокремлено показники саморегуляції поведінки дошкільників.

В статье рассматриваются методологические и методические аспекты проблемы саморегуляции поведения у старших дошкольников. На основе анализа эмпирических исследований выделено показатели саморегуляции поведения дошкольников.

In the article were shown methodological and methodical aspects of the problem of behavior's self regulation in older preschoolers. Indicators of self-determined behavior of preschool children were determined on the base of empirical studies' analysis.

Ключові слова: *саморегуляція поведінки, компоненти психічної саморегуляції, тривожність, самооцінка, регулятивна функція.*

Ключевые слова: *саморегуляция поведения, компоненты психической саморегуляции, тревожность, самооценка, регулятивная функция.*

Key words: *behavior's self regulation, components of psychic self-regulation, anxiety, self-esteem, regulatory function.*

Актуальність. Проблема саморегуляції, керування людиною власною поведінкою є в психології однією з найважливіших як в плані теоретичного огляду, так і в плані експериментальних досліджень. Дослідження саморегуляції поведінки в дошкільному віці є однією з актуальних наукових проблем сучасної психологічної науки. Проаналізуємо наукові дослідження, присвячені вивченню проблеми саморегуляції та її компонентів у дошкільному віці.

Мета статті. Провести теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми саморегуляції поведінки у старших дошкільників, виділити головні емпіричні дослідження саморегуляції поведінки у дошкільників, розглянути методологічні аспекти дослідження саморегуляції поведінки у дошкільників.

О.М. Байєр досліджувала рівень сформованості компонентів психічної саморегуляції в дошкільників за модифікованим варіантом методики І.В. Дубровіної «Побудуй дім». Дослідниця отримала результати, які свідчать, що в дітей наявні всі компоненти функціональної структури психічної саморегуляції в різних видах довільної активності. Так, виявлено, що з віком у дошкільників зростає коефіцієнт сформованості компонентів психічної саморегуляції. Це дало змогу О.М. Байєр виокремити рівні сформованості компонентів психічної саморегуляції в дошкільників (високий, достатній, середній, низький рівні) [1].

У віковій психології існує два відносно незалежних напрямки дослідження проблеми довільності поведінки та саморегуляції. Так, перший напрямок продовжує надбання Л.С. Виготського. Представники даного напрямку вивчають, перш за все, оволодіння засобами організації власної поведінки, тобто розвиток довільної поведінки. О.Р. Лурія та О.В. Запорожець вивчали процес становлення регулюючої ролі мови,

Д.Б. Ельконін досліджував становлення дій, що опосередковані правилом чи зразком поведінки. Серед указаних досліджень окремо виділяються дослідження Д.Б. Ельконіна, З.М. Істоміної, З.В. Мануйленко, Л.С. Славиної та інших, які вивчали рольову гру як «школу довільної поведінки», де дії дитини опосередковуються ігровою роллю.

Представники другого напрямку досліджень розглядали питання про мотиваційну обумовленість поведінки дитини на різних етапах онтогенезу. Даний напрямок робіт опирається на концепцію діяльності О.М. Леонтьєва, згідно з якою вольова та довільна дія характеризується тим, що зміст мотиву та цілі у ній не співпадають, а тому виконання такої дії можливе лише за наявності відношення мотиву до мети, що і являється ознакою довільної поведінки. К.М. Гуревич, В.К. Котирло, С.Е. Кулачківська, Н.І. Непомняща, Я.З. Неверович та ін. досліджували зміст мотивів дитини, їх стійкість, формування ієрархії та супідрядності мотивів. Дану проблематику також досліджували Л.І. Божович, Н.Н. Власова, Л.І. Славіна, Т.В. Єндовицька та ін.

Указані напрямки досліджень співіснують достатньо ізольовано один від одного. Однак, незважаючи на всі відмінності, дослідження демонструють, що процес становлення вольової поведінки має єдину спрямованість, яка полягає в подоланні спонукальної сили ситуативних впливів і в здатності керуватися внутрішніми, неситуативними регуляторами. Формування вольової та довільної діяльності йде шляхом стримування імпульсивних, ситуативних дій та підкорення їх власним, позаситуативним спонуканням та регуляторам. Тому більшість дослідників погоджуються, що розвиток волі та довільності можна уявити як шлях від ситуативної залежності дитини до її свободи від ситуації.

У вітчизняній психологічній літературі прийнято вважати, що спілкування з дорослим направляє та веде діяльність дитини. У ранньому онтогенезі нові форми дитячої діяльності виникають під час спілкування з

дорослою людиною (Л.С. Виготський, М.І. Лісіна та ін.). Дорослий не лише направляє діяльність дитини, він виступає як носій засобів людської діяльності – знаків, норм, правил тощо. Однак, функція дорослого в спілкуванні із дитиною полягає ще й у тому, що дорослий для дошкільника є носієм смислу діяльності. Проведені дослідження продемонстрували, що саме дорослий активує у дошкільника інтерес до певного виду діяльності, наділяє її змістом та емоційним ставленням до неї (Л.Н. Галігузова, А.Е. Лагутіна та ін.). Лише в спільній діяльності дошкільника та дорослого може бути досягнута єдність вольових та довільних процесів, дорослий в даному випадку виступає як носій норм та вимог до діяльності, способів діяльності, а також як джерело нових бажань та потреб дитини [9].

З.В. Мануйленко вивчала здатність дошкільників до довільної поведінки в грі та поза грою. Суть експерименту полягала в тому, що дитині пропонувалося зберігати непорушну позу протягом тривалого часу, що для дошкільника є важким завданням. Частині дошкільників у інструкції було вказано, що вони – вартові, і повинні простояти непорушно якомога довше, інші дошкільники отримали інструкцію: якомога довше стояти в позі «солдатики». Результати дослідження продемонстрували, що в ігровій ситуації дошкільники здатні виконувати нецікаве та важке для них завдання протягом більшого часу, ніж у ситуації прямого завдання [6].

О.О. Смірнова у своєму дослідженні саморегуляції в дошкільників виявила, що матеріал завдання суттєво впливає на спосіб, яким дитина вирішує завдання [8]. Для дітей 3–5 років мовленнєве опосередкування значно легше та швидше відбувається на матеріалі, що пов'язаний із соціальною дійсністю, у той час, коли суто предметний матеріал сприяє безпосереднім ситуативним діям. Дослідниця зазначає, що до кінця дошкільного віку старші дошкільники починають однаково успішно опосередковувати за допомогою мови свої дії як з предметним, так і з соціальним матеріалом. У індивідуальних діях дитини, де дорослий не бере

безпосередньої участі, присутня регулювальна та змістоутворювальна роль соціальних стосунків дитини. Діти раніше досягають довільності в поведінці, якщо вони діють з більш привабливим та зрозумілим матеріалом, аніж з предметним та незрозумілим. Аналогічні процеси, на думку О.О. Смірної, відбуваються в рольовій грі [9].

За словами О.М. Леонтьєва, правило гри стає засобом усвідомлення своєї поведінки, а тому і засобом оволодіння нею. Сам факт того, що виділяється правило, означає, що в дитини з'являються перші форми самоконтролю, а тому її поведінка стає більш контрольованою не лише під час гри, а й у повсякденних ситуаціях [4]. О.О. Смірнова вивчала, як ігри з правилами сприяють становленню довільної поведінки як у ігровій, так і у неігровій діяльності, у яких дорослий передає дитині не лише способи дії, а й емоційне ставлення до ігрового правила. Дослідниця отримала результати, які підтвердили гіпотезу дослідження, а саме продемонстрували, що в дітей, які входили до експериментальної групи, відбувся значний ріст довільності в поведінці [9].

О.О. Смірнова висунула гіпотезу про те, що провідним фактором становлення довільності поведінки в дошкільному віці є позаситуативно-особистісне спілкування з дорослими, під час якого в дитини формується здатність усвідомлювати свої бажання та дії. Дану гіпотезу дослідниця перевірила шляхом проведення експерименту, у якому були задіяні діти віком 5–6 років: одна група складалася із дошкільників, які виховуються в дитячих будинках і мають дефіцит спілкування з дорослими, а інша – з дітей, які виховуються в сім'ї та ходять до дитячого садочку. Для дослідження довільності використовували методику «Не підглядай», для вивчення усвідомленості своїх бажань та дій проводилося дві бесіди з дорослими, під час цих бесід обговорювалися бажання та уподобання дитини та її минулі і майбутні дії [8; 9].

А.М. Прихожан досліджувала тривожність у дошкільників, а також її взаємозв'язок із самооцінкою. Вона провела дослідження, метою якого було виявити, чи є зв'язок між тривожністю та особистісними особливостями в дошкільників. Дослідниця застосувала такі методики: «Вибір золотого віку» Б. Заззо, «Драбинку» В.Г. Щур та набір картинок «Дитячий світ» із «Проективного інтерв'ю» В. Міхала. Автор зазначає, що методика «Вибір золотого віку» була модифікована для дослідження таким чином: спочатку діти обирали вік на «лінії життя», а потім вони малювали себе в минулому, теперішньому, найближчому та віддаленому майбутньому, і обирали найкращий вік уже серед малюнків [7].

Відомо, що сприятливими є такі результати, у яких дитина обирає власний вік у якості «золотого», що свідчить про високу самооцінку, прийняття себе, задоволення життям, уявлення про можливості саморозвитку. Дослідження показало, що тривожні діти обирають вік маленької дитини, і дуже рідко обирають вік старше свого реального. Тривожні діти або не малювали малюнок себе в найближчому майбутньому, або повторювали малюнок себе в теперішньому. А.М. Прихожан зазначає, що значна частина емоційно благополучних дітей, малюючи себе в реальному часі, малюванні ніби «Я-ідеальне», у той час, коли в тривожних дітей таких випадків майже не було. А.М. Прихожан робить висновок, що орієнтація на зміни, виправлення недоліків, здатність стати кращим знаходиться в зоні найближчого розвитку в не тривожних дітей. Це абсолютно не властиве тривожним дітям: тривожні дошкільники орієнтовані або на віддалене майбутнє, що не пов'язане із теперішнім, або на минуле [7].

За методикою «Драбинка» А.М. Прихожан отримала наступні результати. Більшість дітей, у яких виявлений високий рівень тривожності (68,7%), так само, як і не тривожні дошкільники (53,2%), поставили себе на найвищу сходинку, тобто оцінили себе як «найкращих». Відповідно 25% тривожних та 37,5% благополучних дошкільників віднесли себе до «гарних»,

поставивши себе на другу сходинку драбинки. На останню сходинку себе розмістили лише 6,3% тривожних дошкільників [7].

А.М. Прихожан зазначає, що ніхто із тривожних дітей, які поставили себе на найвищу сходинку, не зміг пояснити, чому він це зробив. У той час, коли емоційно благополучні діти аргументували це думкою дорослих. Оцінку себе як «хорошого» тривожні дошкільники пояснювали невиконанням деяких вимог дорослих, коли не тривожні діти пов'язували це із власними недоліками. Таким чином, дослідниця робить висновки, що понижена самооцінка тривожних дітей залежить від думки дорослих та їх вимог до дитини, у той час, коли самооцінка емоційно стабільних та благополучних дітей значно зростає внаслідок оцінювання їх дорослими [7].

Аналіз результатів методики «Дитячий світ» показав наявність певної конфліктності в переживаннях, пов'язаних зі ставленням до дитини дорослих. Під час проведення методики діти повинні були складати розповіді за картинками, що відображали різні соціальні ситуації. У результаті було виявлено, що розповіді тривожних дітей суттєво відрізняються від розповідей емоційно благополучних дошкільників. Відмінності були виявлені як у формальних характеристиках розповідей, так і в змістовних моментах. А.М. Прихожан робить висновок, що в дошкільному віці саме ситуація в сім'ї та стосунки із близькими дорослими провокують стан напруги та неспокою. У дошкільників тривожність є наслідком фрустрації потреби в надійності та захищеності, наявність тривожності розуміється як незадоволення саме цієї провідної потреби дошкільника [7].

Дослідженням страхів та тривожності в дошкільників займалася Ю.А. Кочетова [2]. Для вивчення специфіки дитячих страхів вона застосувала методики «Страхи в будиночках» та «Намалюй свій страх». За допомогою даних методик дослідниця виявила рівень страху в дошкільників, а також здійснила змістовний аналіз страхів. У результаті проведеного аналізу Ю.А. Кочетова виділила такі типи страхів: «архаїчні страхи»,

«просторові страхи», «соціальні страхи», «вітальні страхи», «шкільні страхи» та «магічні страхи». У результаті даного дослідження було визначено, що страхи в сучасних дітей старшого дошкільного віку значною мірою обумовлені існуючим соціокультурним середовищем. Таким чином, найбільш вираженими страхами виявилися «соціальні страхи» та «шкільні страхи», зберегли актуальність у дошкільників і «магічні страхи». Ю.А. Кочетова також досліджувала, як типи сімейного виховання впливають на виникнення страхів у дошкільників. Результати свідчать, що причиною страхів у дітей є такі типи сімейного виховання, для яких характерний низький рівень емоційної близькості, високий рівень тривожності в батьківсько-дитячих відносинах, неспроможність батьків розуміти причини емоційного стану дитини, відсутністю безмовного прийняття дитини та невмінням надати дитині емоційну підтримку [2].

Самооцінка дошкільників є стрижнем, центром особистості. Вона будується на основі того, як дитину оцінюють інші люди і як вона оцінює себе та інших людей. Успішна саморегуляція неможлива без розвиненої адекватної самооцінки. Для того, щоб у дитини була позитивна самооцінка, необхідно забезпечити гарні сімейні стосунки, атмосферу любові та прийняття, адже прояви любові до дитини дають їй впевненість у власній цінності. Важливим для формування самооцінки є стиль батьківського виховання, вважається, що саме демократичний стиль виховання забезпечує гарні стосунки між дитиною та батьками. Вважаючи на те, що в дитинстві дитина ідентифікує себе з батьками, важливо пам'ятати, що лише гарний приклад батьківської поведінки дасть дитині змогу сформувати сильну особистість з високою самооцінкою. Самооцінка впливає на діяльність людини, зокрема на пізнавальні процеси, здатність регулювати власною поведінкою. Ми вважаємо, що для повноцінного дослідження саморегуляції дошкільників необхідно дослідити й самооцінку також.

Л.І. Уманець вказує, що регулятивний фактор самооцінки найкраще розкривається в сюжетно-рольовій грі. Як зазначається в науковій літературі, самооцінка займає значне місце в регулюванні поведінки дошкільників, адже саме вона є певним «стрижнем» процесу саморегулювання на всіх його етапах. У процесі саморегулювання самооцінка змінюється, розвивається, коригується та диференціюється.

У своєму експерименті Л.І. Уманець припустила, що регулятивна функція самооцінки розвивається за умови підвищення рефлексивності, реалістичності самооцінки, збагачення її змісту за рахунок засвоєння моральних критеріїв виконання ігрових ролей [11].

Одним із завдань дослідження Л.І. Уманець було: вивчення особливостей прояву регулятивної функції самооцінки дітей середнього та старшого дошкільного віку в умовах сюжетно-рольової гри. Автор зазначає, що основою її дослідження було положення, сформульоване Д.Б. Ельконіним, а саме те, що роль є одиницею гри, а колектив однолітків – організуючий та оцінюючий елемент взятої дитиною ролі [11]. Особливості самооцінки в даному контексті оцінювалися за тим, яку роль дитина обирала, які домагання виражала щодо вибору ролей, особливо під впливом групи. Це склало динамічну характеристику самооцінки. Якщо в дитини був високий рівень домагань, то вона прагнула отримати головну роль, середній рівень домагань відзначався у дітей, які претендували на ролі помічників виконавців головних ролей, а діти з низьким рівнем домагань обирали ролі рядових персонажів.

Основним методом дослідження самооцінки в сюжетно-рольовій грі виступив аналіз динаміки домагань дошкільників у реальних іграх у порівнянні з уявними. Суть методики полягала в тому, що спочатку дітям пропонувалося уявити ігрову ситуацію та розказати, яку б роль їм хотілося зіграти. Після чого дітей запрошувалися до реальної гри із однолітками, і тепер їм потрібно було обрати роль для виконання в реальності, а не уявну

[10]. Метою дослідження було встановити, чи впливає очікувана оцінка ігрової групи на домагання дошкільників. Оцінка вираховувалася таким чином: по-перше, шляхом прямого прохання дитини вгадати, яку роль однолітки доручать їй зіграти, а також опосередковано, адже зміна домагань досліджуваних у реальній грі означала, що вони рефлексували можливу оцінку групи. Групова оцінка вираховувалась як середньоарифметичний показник оцінок, які отримала дитина від партнерів по грі [11]. На наступному етапі дослідження ставилася мета встановити зв'язок між характером ігрового спілкування дітей з особливостями їх самооцінки. Для цього проводилася творча гра «Подорож космонавтів на іншу планету», підготовкою до якої були спеціально організовані ігри-змагання.

У результаті проведеного дослідження виявили, що в уявних ігрових ситуаціях діти найчастіше обирали головні ролі. У реальних ситуаціях гри, у порівнянні з ігровими, дослідниця відзначила динаміку домагань дошкільників. Діти старшого дошкільного віку змінювали свої домагання під час приєднання до реальних ігор, одночасно в них відзначалось збільшення відсотку низьких очікуваних оцінок від одноліток. Характер оцінки, яку діти надавали своїм одноліткам, також змінився. Старші дошкільники, у порівнянні з дошкільниками середнього дошкільного віку, стали частіше обирати інших дітей на головні ролі в грі. Це вказувало на тенденцію зближення групової оцінки з самооцінкою дітей.

С.Є. Кулачківською було проведено дослідження спонукальної та гальмівної функції волі в дошкільників. Вона виявила, що в дошкільному віці функції волі залежать від мотивації поведінки, рівня сформованості регулятивних механізмів та сили й рухливості нервових процесів [3].

Дослідженням особливостей становлення уявлень про час займалася С.Д. Луцьківська [5]. Дослідниця зазначає, що для засвоєння понять часу дітям необхідно створити особливі умови. Для того, щоб у дітей сформувалися уявлення про час, необхідно ввести такі характеристики часу:

послідовність, протяжність, синхронність. Для досягнення даної мети С.Д. Луцьківською були розроблені методики, направлені на виявлення уявлень дітей про послідовність, синхронність та протяжність. Дослідниця здійснила апробацію даних методик та довела їх дієвість. Вона наголошувала на тому, що для становлення поняття часу діти повинні навчитися розуміти модель часових відносин. У процесі дослідження часових уявлень С.Д. Луцьківська користувалася методом бесід та методом групової роботи з усвідомлення синхронності. Бесіда проходила в вигляді діалогу ведучого (психолога) з дітьми, у процесі бесіди виявлявся рівень усвідомлення дітьми поняття «час», а в процесі групової роботи дослідниця виявляла, наскільки діти здатні розуміти основні характеристики часу [5].

Дослідниця вказує на те, що в дошкільників існує певна система функцій волі в поведінці, вона виділяє чотири групи: діти з вираженою спонукальною функцією волі; діти з вираженою гальмівною функцією волі; діти з добре розвиненими обома функціями та діти, у яких обидві функції волі недорозвинені [3]. С.Є Кулачківська зазначає, що досягнувши шестирічного віку у більшості дітей розвиваються вміння регулювати власну поведінку за допомогою вольових зусиль.

Висновки. На основі теоретичного аналізу ми встановили, що показниками саморегуляції поведінки є:

- довільність поведінки, яка проявляється в здатності діяти за правилом та мірою самостійності вчинків;
- особливості самооцінки, міра адекватності та диференційованості які обумовлюють якість саморегуляції;
- довільність пізнавальних процесів, яка в дошкільному віці проявляється в здатності до реалізації мнемічної мети;
- орієнтація в часі як основа темпорального компоненту саморегуляції.

Провівши теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми саморегуляції поведінки у старших дошкільників, ми поставили наступні завдання в констатуючому дослідженні:

1. Аналіз специфіки взаємозв'язку між тривожністю та показниками саморегуляції поведінки старших дошкільників.
2. Вивчення характеру розподілу показників саморегуляції серед старших дошкільників.
3. Дослідження статевих відмінностей у саморегуляції дошкільників.
4. Дослідження особливостей саморегуляції дошкільників за різними профілями.

Проведення констатуючого дослідження саморегуляції буде розглянуто в наступних статтях.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Байер Ольга Миколаївна. Розвиток саморегуляції старших дошкільників у взаємодії з однолітками і дорослими: дис. канд. психол. наук: 19.00.07/ Байер Ольга Миколаївна. – К., 2008. – 180 с.
2. Кочетова Ю.А. Страхы современных дошкольников и их связь с особенностями детско-родительских отношений/ Ю.А. Кочетова// Психологическая наука и образование . – 2012 . – № 3 . – С. 77 – 87.
3. Кулачковская С.Е. Развитие волевых действий у детей дошкольного возраста : автореф. дис. на получения научной степени канд. психол. наук: спец. 19.00.07. «педагогическая психология»/ С.Е. Кулачковская. – К., 1973. – 150 с.
4. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики/ А.Н. Леонтьев. – М.: МГУ, 1981. – 584 с.

5. Луцковская С.Д. Психологические условия становления представлений о времени у младшего школьника: дисс. канд. психол. наук : 19.00.07/С.Д. Луцковская. – Москва, 2000. – 132 с.
6. Мануйленко З.В. Развитие произвольного поведения у детей дошкольного возраста/ З.В. Мануйленко.// Известия АПН РСФСР. – 1948. – вып. 14. – с. 91 – 123.
7. Прихожан А.М. Тревожность у детей и подростков: Психологическая природа и возрастная динамика/ А.М. Прихожан. – М.-Воронеж, 2000. – 304 с.
8. Смирнова Е.О. Развитие воли и произвольности в раннем и дошкольном возрастах/ Е.О. Смирнова. – М.: Издательство «Институт практической психологии», 1998. – 256 с.
9. Смирнова Е.О. Условия и предпосылки формирования произвольного поведения в раннем дошкольном детстве: автореф. на получения научной степени дис. доктора психол. наук: 19.00.07 «педагогическая и возрастная психология»/ Е.О. Смирнова. – М., 1992. – 33 с.
10. Страхов И. В. Воспитание внимания у школьников/ И.В. Страхов. – М.: ГУПИ МП РСФСР, 1958. – 128 с.
11. Уманец Л.И. Роль самооценки в игровых отношениях дошкольников/ Л.И. Уманец// Вопросы психологии. – 1987. – № 4. – С. 61 – 67.