

УДК 159.922.73 – 053.4

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

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ У СТАРШОМУ ДОШКІЛЬНОМУ ВІЦІ

У статті розглядаються основні підходи в дослідженні саморегуляції поведінки в сучасній психологічній науці. Аналізується проблема саморегуляції поведінки у старших дошкільників.

Ключові слова: *саморегуляція поведінки, регулятивні процеси, механізм саморегуляції, етичні норми, соціальні норми.*

In the article shown main problem in a research of behavior's self regulation in modern psychological science. Analyse a problem of behavior's self regulation in preschool.

Key words: *behavior's self regulation, regulation processes, mechanism of self regulation, ethical norms, social norms.*

Актуальність. Проблема саморегуляції, керування людиною власною поведінкою є в психології однією з найважливіших як в плані теоретичного огляду, так і в плані експериментальних досліджень. Спочатку проблема регуляції була поставлена в рамках досліджень волі і означала можливість довільно змінювати свою поведінку. У більш пізніх дослідженнях аналізується регуляція діяльності, співвідношення регуляції діяльності і особистісної регуляції, розглядаються в єдиній системі

психологічні механізми регуляції поведінки і діяльності різних рівнів: від елементарних фіксованих установок до ціннісних орієнтацій особистості.

Мета статті. Провести теоретичний аналіз наукових досліджень проблеми саморегуляції поведінки у старших дошкільників, виділити головні наукові підходи до дослідження саморегуляції поведінки, розглянути віковий аспект проблеми саморегуляції.

С.В. Чернобровкіна виділяє три основні напрямки в дослідженні саморегуляції поведінки [12]:

1) вивчення особливостей регуляції діяльності; розробкою даного напрямку займаються такі дослідники як К.О. Абульханова-Славська, А.М. Волков, О.О. Конопкін, Ю.В. Мікадзе, В.І. Моросанова, Г.Н. Солнцева та ін.;

2) дослідження особистісної регуляції поведінки; у межах даного напрямку працюють В.А. Іванников, В.Г. Леонтєв, Д.О. Леонтєв, Є.С. Мазур, Ю.М. Міславский, І.І. Чеснокова, А.С. Шаров, В.О. Ядов та ін.;

3) дослідження соціальної, нормативної регуляції поведінки; даний напрямок досліджень очолюють М.І. Бобнєва, І.Ю. Истошин, В.П. Левкович, О.А. Родіонова, Є.В. Шорохова, С.Г. Якобсон та ін.

Проаналізуємо дані напрямки досліджень. Так, у працях О.О. Конопкіна представлений аналіз регуляції діяльності [5]. О.О. Конопкін виділив певну структуру процесу усвідомленого цілеспрямованого саморегулювання діяльності людини. Центральним елементом процесу регуляції за О.О. Конопкіним є мета, яку прийняв суб'єкт, ця мета й надає всьому процесові саморегуляції певну спрямованість.

К.О. Абульханова-Славська досліджувала проблему співвідношення регуляції діяльності й особистісної регуляції, дослідниця вивчала два рівні регуляції, які тісно пов'язані між собою: рівень особистісної регуляції

діяльності й рівень психічної регуляції (психічних процесів, властивостей і станів) [1]. К.О. Абульханова-Славська виділила принцип значущості, який є сутністю процесу особистісної регуляції. Саморегуляція неможлива без встановлення значущого – цілей, об'єктів, потреб особистості, її станів та можливостей.

На основі розглянутих напрямків досліджень можна зробити такий висновок: до складу регуляції діяльності входять такі процеси: особистісна регуляція та регуляція процесу здійснення діяльності, дані процеси тісно пов'язані. Центральним компонентом процесу саморегуляції є мета діяльності, яка систематизує та структурує її.

Представники другого підходу досліджували особистісну регуляцію поведінки. На підставі моделі, представленої О.О. Конопкіним, іншим автором, Ю.А. Міславським, була побудована модель особистісної саморегуляції [7]. Ю.А. Міславський пов'язує процес саморегуляції з фіксацією в індивіді певних рис, які можуть проявлятися в різних ситуаціях. На думку дослідника, процес саморегуляції організовується завдяки цінностям, що мають змістовну спрямованість, він запускається внутрішнім протиріччям між ідеалом та образом «Я» – самооцінкою [7].

Дещо інший погляд на проблему особистісної регуляції представила І.І. Чеснокова [12]. Саморегуляція розглядається в контексті самосвідомості людини, автор вважає, що людина отримує знання про себе саме через процес саморегуляції. Дослідниця виділила два структурні компоненти саморегуляції: це значеннєвий компонент регуляції, що пов'язаний із керуванням поведінкою, а також компонент самоконтролю. Також автор вказала, що внутрішнім механізмом саморегуляції є самоконтроль.

Наступним дослідником, який працював у руслі вивчення регуляції поведінки особистості, є В.О. Ядов. Він розробив «диспозиційну концепцію регуляції соціальної поведінки», суть якої в наступному:

людина здійснює регуляцію власної поведінки за допомогою системи різних диспозиційних утворень. Дані утворення – це внутрішні психологічні механізми регуляції поведінки [14].

Отже, можна підсумувати, що представниками другого підходу (Ю.М. Міславським, І.І. Чесноковою, В.О. Ядовим) особистісна регуляція поведінки пов'язується із ціннісними орієнтаціями, рівнем домагань, самооцінкою, самосвідомістю тощо. У якості механізмів саморегуляції особистості виділяються самооцінка як усвідомлене протиріччя між образом «Я» та «Я» ідеальним; механізм самоконтролю; а також елементарні фіксовані установки, соціальні фіксовані установки, базові соціальні установки та ціннісні орієнтації особистості.

Третій напрямок досліджень саморегуляції представлений такими дослідниками, як М.І. Бобнєва, І.Ю. Истошин, В.П. Левкович, О.А. Родіонова, Є.В. Шорохова, С.Г. Якобсон та ін. У їх працях проводиться аналіз значення і функції нормативної регуляції поведінки, а саме соціальних норм.

М.І. Бобнєва та Є.В. Шорохова виділяють три соціально-психологічні рівні регуляції поведінки з погляду участі в них цінностей та норм [9]. Перший рівень – нормативний – характеризується тим, що в індивіда відсутні цінності як регулятори його активності. Поведінка такого індивіда залежить від таких факторів, як симпатії та антипатії, а також групові норми та наявність чи відсутність лідера.

Другий рівень – нормативно-ціннісний – характеризується тим, що в ньому групові норми поведінки поєднуються із особистісними цінностями. Індивід ухвалює рішення на основі порівняння ідеалу та групової норми.

Третій рівень – ціннісний – характеризується вирішальним значенням самого змісту спілкування, а не груповими нормами.

Дещо інший погляд на регуляцію поведінки представив С.Г. Якобсон: автор розглядав співвідношення зовнішньої, соціальної та

внутрішньої, особистісної регуляції [15]. Автор виділив дві форми нормативної регуляції поведінки: звичайно-традиційна та моральна регуляція. С.Г. Якобсон припускає, що різні види нормативної регуляції здійснюються на підставі різних психологічних механізмів. Так, звичайно-традиційна регуляція складається із нормативних вимог людей один до одного. Етична ж регуляція виникає, коли в ситуації етичного вибору індивід порівнює свою негативну поведінку та свій внутрішній позитивний образ. Таким чином, етична регуляція складається із системи цінностей особистості, що формується в процесі інтеріоризації зовнішніх соціальних норм.

Отже, розглянувши вищевказані концепції регуляції, ми можемо зробити наступні висновки. По-перше, варто зазначити, що всі автори розглядають регуляцію поведінки як складний системний процес, що підпорядкований певним цілям. По-друге, підкреслюється роль суб'єкта в процесі регуляції. По-третє, системоутворювальною ознакою визначають мету діяльності та ціннісні орієнтації особистості. По-четверте, автори виділяють такі структурні компоненти регуляції, як суб'єктивний, об'єктивний, поведінковий. По-п'яте, зазначається, що функціонування регулятивного процесу відбувається завдяки внутрішнім психологічним механізмам, а саме контролю та оцінки дій під час їх здійснення (О.О. Конопкін); механізму особистісного смислу (К.О. Абульханова-Славська, О.О. Конопкін, Д.О. Леонт'єв, В.А. Іванніков), самооцінки й самоконтролю (Ю.М. Міславський, І.І. Чеснокова), суперечності між позитивним образом себе та негативним образом своєї власної поведінки (С.Г. Якобсон), внутрішнім психологічним установкам різних рівнів (В.О. Ядов).

Розглядаючи віковий аспект розвитку саморегуляції поведінки, можна прослідкувати, як саме в поведінці з'являються довільні рухи та дії. Так, В.К. Котирло, О.В. Запорожець, Л.І. Божович та ін. дослідники

зазначають, що в дітей на першому році життя починається формування довільних рухів: дитина вчиться володінню власним тілом та цілеспрямованим діям. На другому році життя дитина починає керуватися не лише реальною ситуацією, а й уявною; це відбувається завдяки розвитку уяви та здатності уявляти предмети, що відсутні. У віці 2–3 років поведінка дитини, в основному, регулюється завдяки дії зовнішніх стимулів. Однак у цей період йде активний розвиток мовлення, і тому саме мова починає регулювати поведінкою дитини: починається формування внутрішнього плану дій, розвивається мислення, що сприяє створенню задуму гри та розумінню правил гри. Подальший розвиток дитини та ускладнення її психічних функцій сприяють тому, що у дошкільників починають формуватися пізнавальні та суспільні мотиви поведінки, які приходять на зміну ігровим мотивам. Мотиви обов'язку з'являються вже в 3–4-річних дітей, вони розвиваються та посилюються під час навчання в школі та далі розвиваються в дорослому житті. Порушення правил поведінки іншими людьми діти починають помічати уже в 3 роки, а контролювати власні дії діти починають в 4 роки. Також у цьому періоді починає формуватися самооцінка, яка значною мірою впливає на регуляцію поведінки дитини.

У наукових психологічних джерелах зазначається, що специфіка волі й довільної поведінки залежить від усвідомленості поведінки. Дане твердження доведено дослідженнями вчених, таких як О.В. Запорожець, М.І. Лісіна та ін., які продемонстрували, що мимовільні рухи людини стають довільними лише після того, як стануть усвідомлюваними (або відчуваними) [3].

Д.Б. Ельконін приділяв значну увагу вивченню особливостей розвитку дітей у період дошкільного дитинства. Старший дошкільний вік є періодом формування особистості дитини, переходом від імпульсивної поведінки до довільної. Д.Б. Ельконін вважав, що становлення довільної

поведінки пов'язане із засвоєнням дитиною певних правил та норм поведінки, особливо успішно це відбувається за наявності зразка для наслідування [13].

О.М. Леонт'єв вважав, що оволодіння власною поведінкою, формування саморегуляції поведінки є умовами перетворення індивіда на особистість [6].

Думку про те, що саморегуляція виникає під час взаємодії дитини із дорослим, висловлювало багато дослідників (І.В. Дубровіна, Н.М. Дятленко, О.Л. Кононко, Т.О. Піроженко, О.О. Смірнова та ін.

Дослідження, проведені під керівництвом І.В. Дубровіної та О.О. Смірної, довели важливість спілкування дитини з дорослими у формуванні саморегуляції поведінки. Дослідниці визначили, що вихованці дитячих будинків характеризуються відсутністю довільності поведінки, нездатністю керувати власною поведінкою.

Однак окрім спілкування із дорослими, для повноцінного розвитку саморегуляції поведінки важливим є і спілкування із однолітками. Як зазначав Д.Б. Ельконін, для забезпечення прагнення до самостійності дитини та її емансипації від дорослого, потрібно включати дошкільників у систему соціальної взаємодії із однолітками [13]. Дослідженням взаємодії та спілкування дітей дошкільного віку з однолітками займалося багато авторів у різних контекстах (Т.В. Антонова, Л.А. Артемова, Р.І. Дерев'янко, О.В. Запорожець, Р.А. Іванова, В.К. Котирло, А.Д. Кошелева, С.Є. Кулачківська, Г.П. Лаврентьева, С.О. Ладивір, Т.А. Маркова, Я.З. Неверович, В.Г. Нечаєва, Т.О. Піроженко, Т.А. Репіна, А.А. Рояк, Л.П. Стрелкова, Р.К. Терещук, Т.М. Титаренко, К.Й. Щербакова, та ін.).

Варто зазначити, що для спілкування дитини з однолітками характерна розкутість та свобода, адже однолітки є рівними партнерами у взаємодії, на відміну від спілкування дошкільника та дорослого. У

спілкуванні з однолітками дитина має змогу порівняти себе з іншими дітьми, пізнавати себе та інших у взаємодії, таке спілкування дає змогу оцінити себе.

Важливою складовою саморегуляції особистості є вміння орієнтуватися в часовому просторі. Те, наскільки добре людина володіє власним часом, розпоряджається ним, впливає на її ефективність, на продуктивність праці. Правильне сприйняття часу та орієнтація в ньому дають можливість успішно регулювати власною діяльністю.

У психологічній літературі зустрічається термін «темпоральність», зокрема С.І. Бабатіна вказує, що даний термін характеризує психічну властивість особистості, яка визначає ставлення людини до часу, здатність людини до моделювання когнітивної, емоційно-вольової та поведінкової складових, а також має регулятивний характер [2].

Сприйняття людиною часу, здатність орієнтуватися в часі формуються та розвиваються в онтогенезі. У ранньому дитинстві сприйняття часу особливе: дитина живе сьогоденням, для неї не існує майбутнього й минулого. Розуміння подій, що відбулися в минулому або відбудуться в майбутньому, формується поступово, протягом усього дитинства. Це відбувається шляхом засвоєння дитиною соціокультурних норм, ціннісних установок батьків, через розвиток мотивації. Таким чином, формується часова перспектива людини, яка виконує значний спонукальний вплив на розвиток особистості [2].

Уявлення про час відрізняються на різних етапах онтогенетичного розвитку людини. Розглянемо, як вони змінюються в період від новонародженості й до старшого дошкільного віку.

Новонароджений малюк орієнтується в часі за допомогою біоритмів, життя дитини керується ззовні, дорослі встановлюють певний ритм, у якому малюк перебуває (це годування, сон, періоди бадьорості тощо). Такий режим триває недовго, приблизно два-три місяці. Л.Ф. Обухова [8]

вказує, що приблизно в кінці другого року життя дитина проявляє інтерес до таких понять часу, як сьогодні, завтра та вчора. Дитина вчиться розрізняти дані поняття, вибудовуючи власну часову лінію, і через деякий час (приблизно в трьохрічному віці) вже здатна орієнтуватися в часовій ієрархії. Схожі результати демонструють дослідження З.О. Кіреєвої [4], у яких вказується, що діти раннього віку не здатні розрізняти часову послідовність та не розуміють значення слів вчора, сьогодні та завтра. Т.Д. Ріхтерман також вказує на те, що в трирічному віці діти здатні засвоїти лише конкретні короткі часові відрізки, які пов'язані з певною діяльністю.

Подальше дорослішання веде за собою й зміну в розумінні часових проміжків. У дитини третього року життя, за О.П. Сергєєнковою, присутня орієнтація в просторі (поняття вперед, назад, вгору, вниз), а також формуються часові орієнтири. Діти такого віку часто помиляються, оцінюючи часові чи просторові поняття; це відбувається тому, що вони зосереджують свою увагу не на причинно-наслідкових стосунках, а на окремих враженнях [11].

У дошкільному віці продовжується розвиток особистості, у дітей розвивається пам'ять, мислення, вони поступово засвоюють поняття про зв'язки предметів та явищ (частини й цілого, простору та часу тощо). Діти гірше розуміють та засвоюють категорії часу, аніж простору. Це частково залежить від того, що з простором дитина може фізично взаємодіяти, а з часом – ні. Для того, щоб дитина змогла сформувати власні уявлення про час, вона повинна засвоїти основні параметри часу – секунда, хвилина, година. Незважаючи на те, що молодші дошкільники живуть переважно теперішнім часом, у них поступово починають формуватися поняття про час, вони вчаться орієнтуватися в ньому і в часовій перспективі.

Т.Д. Ріхтерман вказує на те, що з дошкільниками потрібно проводити регулярну роботу з ознайомлення із поняттям часу та його категоріями,

адже якщо цього не робити, то в дітей сформуються уривчасті і неточні поняття про час. Важливо не пропустити момент, коли в дітей виникає пізнавальний інтерес до часу (в основному це відбувається в старшому дошкільному віці), і проводити роз'яснювальну роботу в ігровій формі. У старшому дошкільному віці діти цікавляться приладами для вимірювання часу, тривалістю того чи іншого явища тощо [10]. Значну роль у виникненні такого інтересу відіграє те, що в старшому дошкільному віці починає проступати новий вид провідної діяльності – навчальна діяльність, яка поступово змінюватиме сюжетно-рольову гру.

Таким чином, можна зробити висновок, що дослідження проблеми саморегуляції поведінки у старшому дошкільному віці є важливою проблемою психології. Серед існуючих досліджень виділяється три напрямки, а саме вивчення особливостей регуляції діяльності (О.О. Конопкін, К.О. Абульханова-Славська, А.М. Волков, Ю.В. Мікадзе, Г.Н. Солнцева та ін.), дослідження особистісної регуляції поведінки (В.Г. Леонтьєв, Д.О. Леонтьєв, В.А. Іванников, Є.С. Мазур, Ю.М. Міславский, І.І. Чеснокова, А.С. Шаров, В.О. Ядов та ін.) та дослідження соціальної, нормативної регуляції поведінки (М.І. Бобнєва, І.Ю. Истошин, В.П. Левкович, О.А. Родіонова, Є.В. Шорохова, С.Г. Якобсон та ін.).

Саморегуляція в дошкільному віці проявляється в довільній уяві, розвитку внутрішнього плану дій, мислення, мовлення, появі пізнавальних та суспільних мотивів поведінки, виникненні й розвитку самооцінки. Важливою складовою саморегуляції особистості є уміння орієнтуватися в часі. Уявлення про час починають формуватися з раннього віку, вони ґрунтуються на власному досвіді дитини, опосередковуються середовищем, у якому зростає дитина, та культурою, і є тривалими в часі.

Висновки: Дослідження саморегуляції поведінки залишається важливою проблемою в сучасній психологічній науці. Аналіз існуючих досліджень показав, що існуючі дослідження проблеми саморегуляції

поведінки можна умовно поділити на три напрямки: вивчення особливостей регуляції діяльності (К.О. Абульханова-Славська, А.М. Волков, О.О. Конопкін, Ю.В. Мікадзе, Г.Н. Солнцева та ін.), дослідження особистісної регуляції поведінки (В.А. Іванников, В.Г. Леонтьєв, Д.О. Леонтьєв, Є.С. Мазур, Ю.М. Міславський, І.І. Чеснокова, А.С. Шаров, В.О. Ядов та ін.) та дослідження соціальної, нормативної регуляції поведінки (М.І. Бобнєва, І.Ю. Истошин, В.П. Левкович, О.А. Родіонова, Є.В. Шорохова, С.Г. Якобсон та ін.).

Дослідження вікового аспекту розвитку саморегуляції поведінки показало, що формування довільних рухів як ознаки саморегуляції починається вже на першому році життя, з дорослішанням дитини саморегуляція проявляється в довільній уяві, розвитку внутрішнього плану дій, мислення, мовлення, появі пізнавальних та суспільних мотивів поведінки, виникненні і розвитку самооцінки.

Важливою складовою саморегуляції особистості є вміння орієнтуватися в часі. Те, наскільки добре людина володіє власним часом, розпоряджається ним, впливає на її ефективність, на продуктивність праці. Правильне сприйняття часу та орієнтація у ньому дають можливість успішно регулювати власною діяльністю.

Соціальна ситуація розвитку дитини старшого дошкільного віку характеризується тим, що дитина вперше виходить за межі свого звичного світу, сім'ї і починає взаємодіяти з іншими дорослими людьми. Дорослий виступає для дошкільника носієм суспільних функцій у системі суспільних стосунків. У сучасних історичних умовах дитина не може прямо взаємодіяти зі світом, вона змушена робити це опосередковано, використовуючи для цього сюжетно-рольову гру.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К.А. Личностные механизмы регуляции деятельности/ К. А. Абульханова-Славская// Проблемы психологии

личности. – М.: Наука, 1982. – С. 92 – 102.

2. Бабатіна С.І. Особливості темпоральності як індивідуальної властивості особистості студента: автореф. дис. на здобуття наук. ступеня канд. психол. наук : спец. 19.00.07 «педагогічна та вікова психологія» / С.І. Бабатіна. – Харків, 2012. – 20 с.

3. Запорожец А.В. Проблемы дошкольной игры и руководство ею в воспитательных целях/ А.В. Запорожец// Игра и ее роль в развитии ребенка-дошкольника. – М., 1978. – 268 с.

4. Киреева З.А. Развитие сознания, детерминированное временем: монография/ З.А. Киреева. – Одесса, 2010. – 380 с.

5. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности/ О.А. Конопкин. – М.: Наука, 1980. – 255 с.

6. Леонтьев Д.А. Личность. Человек в мире и мир в человеке/ Д.А. Леонтьев// Вопросы психологии. – 1989. – № 3. – С. 11 – 20.

7. Миславский Ю.Н. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте/ Ю.Н. Миславский. – М.: Педагогика, 1991. – 151 с.

8. Обухова Л.Ф. Детская (возрастная) психология: учебник/ Л.Ф. Обухова. – М.: Рос. пед. агентство, 1996. – 374 с.

9. Психологические механизмы регуляции социального поведения/ [Отв. ред. М.И. Бобнева, Е.В. Шорохова]. – М.: Наука, 1979. – 368 с.

10. Рихтерман, Т. Д. Формирование представлений о времени у детей дошкольного возраста/ Т. Д. Рихтерман. – 2-е изд., дораб. – М. : Просвещение, 1991. – 48 с.

11. Сергєєнкова О.П. Вікова психологія: навч. посіб./ О. П. Сергєєнкова, О.А. Столярчук, О.П. Коханова, О.В. Пасєка. – К. : ЦУЛ, 2012. – 384 с.

12. Чернобровкина С.В. Саморегуляция поведения у дошкольников и ее формирование в сюжетно-ролевой игре: дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / С.В. Чернобровкина. – Омск, 2001. – 214 с.

13. Эльконин Д.Б. Психология развития : учеб. пособие для вузов/ Д.Б. Эльконин. – М. : Академия, 2001. – 141 с.

14. Ядов В.А. Диспозиционная концепция личности/ В.А. Ядов// Социальная психология. – Л., 1979. – С. 106 – 121.

15. Якобсон С.Г. Становление психологических механизмов этической регуляции поведения/ С.Г. Якобсон// Психология формирования и развития личности. – М.: Наука, 1981. – 367 с.