

4. Давыдов В. В. Проблемы развивающего обучения. – М.: Педагогика, 1986.
5. Давыдов В. В., Маркова А. К. Концепция учебной деятельности школьников // Вопр. психологии. – 1981. – № 6.
6. Конопкин О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности. – М.: Наука, 1980.
7. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1977.
8. Ломов В.Ф., Сурков Б. Н. Антиципация в структуродеятельности. – М.: Наука, 1980.
9. Немов Р. С. Психология. – М.: Просвещение, 1995.
10. Общая психология / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефлбук, Ваклер, 1999.

The article studies theoretical and methodological approaches to the understanding of personality and its readiness for the activity. Psychological readiness is considered as the prediction of its own activity in accordance with set tasks of two approaches of theoretical analysis are made for psychological readiness: functional and personal. The first approach determines the readiness to the action as the condition of the mobilization of all physiological systems of person. The last one studies it as an integral and substantial component of personal development.

Key words: personality, theoretical analysis, psychological readiness, activity, motive power of personality.

Отримано: 03.12.2009

УДК 159

І.Ю. Наконечний

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНО ВІЯВЛЕНІ ТЕНДЕНЦІЇ ЩОДО РІВНЯ РОЗВИТКУ СТРУКТУРНИХ КОМПОНЕНТІВ АКТУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПРИ ЗАНЯТТЯХ ПАНКРАТІОНОМ

Проведено загальний аналіз компонентів розвитку саморегуляції поведінки підлітків на початковому етапі підготовки з панкратіону, охарактеризовано та проаналізовано мотиваційний, когнітивний аспекти, вольову саморегуляцію та стильову саморегуляцію поведінки.

Визначено рівневі показники кожного компонента: високий, середній та низький. Дані дослідження свідчать про детальний розгляд і необхідність застосування корегувальних програм та психологічних тренінгів.

Ключові слова: саморегуляція, компонент, когнітивний, мотивація, корекція, тренінг.

Сделан общий анализ компонентов развития саморегулирования поведения подростков на начальном этапе занятий с панкратионом, охарактеризованы и проанализированы мотивационные, когнитивные аспекты, волевое саморегулирование и стилевое саморегулирование поведения. Данные эксперимента свидетельствуют о необходимости применения специальных программ и психологических тренингов.

Ключевые слова: саморегулирование, компонент, когнитивный, мотивационный, коррекция, тренинг.

Постановка проблеми. Одним із важливих етапів становлення особистості в соціумі є підлітковий вік, який характеризується віковим переходом від 11-12 років до 15-16 років. Відбуваються суттєві зміни у фізичних, психологічних, фізіологічних процесах, виникають суб'єктивні враження: почуття самотності, кризові зіткнення з самим собою і сім'єю та прагнення швидше бути дорослою особистістю. В процесі розвитку підростаючої особистості збільшується рівень отриманої інформації, знань, умінь, навичок, здійснюється становлення моральності, культури та виховання. Під дією зовнішніх факторів у підлітків спостерігаються суттєві зміни особистісного зростання, засвоюються моральні норми людських взаємовідносин, з'являється соціальна відповідальність, виникає потреба у визнанні. Підліток опановує нові способи соціальної взаємодії, стикається з новизною взаємовідносин з однолітками та дорослими, ознайомлюється зі змістом морально-етичних норм, інтересів, пізнавальної, навчальної та спортивної діяльності.

Позитивним явищем для підлітків є заняття спортивною діяльністю і вплив тренера психолого-педагогічними методами на розвиток підростаючої особистості. Одним із таких видів спортивної діяльності є бойове мистецтво та вид спорту – панкратіон, який сприяє досягненню фізичної та духовної досконалості людини, виявленню резервних можливостей організму. Заняття панкратіоном формує певні моральні якості людини, стабілізує психіку людини, дає можливість поставити під контроль свої емоції, розвиває концентрацію та вольові якості, впливає на міжособистісні відносини.

У перехідному віці підліток має переступати через свої внутрішні переживання, стресові ситуації у спілкуванні з іншими,

соціальні проблеми та конфліктні ситуації. Цей період дуже важкий, нестабільний і більше залежить від реальностей оточуючої дійсності, ніж інші періоди життя та діяльності.

Найпершою проблемою перехідного періоду багатьох підлітків є неврівноважена поведінка, непередбачений психічний стан, різкі зміни потреб та мотивів, нестабільність емоційних процесів. Упродовж всього перехідного періоду утворюється низка складних механізмів, що перетворюють сукупність зовнішньої детермінації в саморегуляцію, яка є найголовнішою складовою для досягнення запланованого результату.

Отже, регуляція поведінки підлітків виражається сукупністю зовнішніх та внутрішніх психологічних факторів, виявляється в здатності виявити мотиваційні, когнітивні, вольові, емоційні, моральні утворення, що загалом перетворюються в механізми поведінки.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Проведений аналіз теоретичних даних українських і зарубіжних психологів з проблеми саморегуляції поведінки підлітків, характеристика науково-методичної літератури з бойових мистецтв та спортивних єдиноборств показали, що саморегуляція поведінки є передумовою реалізації можливостей дітей підліткового віку.

Відомі дослідники (Г.С. Абрамова, А. Басс, А. Даркі, К. Вільямс, Б.Дж. Кретті, Т. Елерс, А.В. Зверков, Е.В. Ейдман, Ю. Ханін, А. Стамбулов, А.В. Шаболатас, Ю.В. Щербатих) визначали механізми і психологічні процеси, розробляли діагностики і методики вивчення мотиваційної, вольової, когнітивної, емоційної регуляції, різні методи й засоби, створювали опитувальники та тестові завдання для виявлення саморегуляції поведінки у різних напрямках діяльності [1].

У працях О.Ф. Бондаренка, Г.В. Ложкіна, С.І. Яковенка, Т.С. Яценко, Б.О. Федоришина, Н.В. Чепелевої, В.Т. Циби, говориться про важливу роль розуміння психологічної структури саморегуляції, а саме, проблематики факторів дестабілізації умов та форм опанованої поведінки [10]. Вчений Ю.А. Миславський, вивчаючи структуру саморегуляції особистості, також відокремлює цілісність системи саморегуляції особистості, яка безпосередньо забезпечує її функціонування. Він розглядає структуру системи в процесі саморегуляції, яка виступає в сукупності частин, пов'язаних загальною функцією [13].

Важливу позицію в структурі особистості займає мотиваційна сфера, яка використовується для рушійних сил поведінки. Закріплення форм поведінки, у яких підліток справляється з поставленим завданням, відбувається лише тоді, коли задача під-

порядковується певним мотивам, вважають дослідники (М.Т. Дригус 1994. , В.В. Бойко 1996., П.Н. Виноградов 1989) [2; 5].

Кожен підліток постійно прагне покращити свої результати, підвищити свій рівень, досягти запланованої цілі. Процес саморегуляції поведінки має надавати підлітку впевненості в своїх діях, наполегливості в своїй діяльності, вміння довести розпочату справу до кінця. Все це досягається за допомогою розробленої мотиваційної методики, запевняє Ю.М. Орлов [14]. В.Н. Лозовцева підтримує думку Ю.М. Орлова, але розділяє на загальні (набуття цінних якостей, розвиток себе, потреба в повазі), та специфічні (наслідування високим моральним якостям, прагматичні мотиви), для вивчення рівня мотивації підлітків на своїх друзів, товаришів [14; 11].

Що характерні мотивації саморегуляції поведінки, то тут важливим є положення про довільну мотивацію. Психологи різних країн світу, займаючись проблемою мотивації, підкреслюють, що в основі вольової діяльності завжди присутній мотив (А.П. Корнілов 1995, В.А. Іванников 1991, Л.І. Божович 1979) [8]. Дослідниця К.А.Маркова вважає, що специфікою мотиваційної сфери підлітка є усвідомлення, яке виявляється в умінні особистості перетворювати, співвідносити цілі, мету, мотиви, підпорядковувати свою поведінку та ставити перед собою перспективи щодо кращої поведінки [12].

Найбільш гнучкими і змінними компонентами вважаються когнітивні, але їх змінність обмежується знанням, мисленням, стратегіями і тактиками діями, індивідуальними схильностями особистості, рівнем майстерності та методичним арсеналом наставника, тренера [15].

Упродовж життя підліток піддається різним впливам у формуванні його особистості. Одним із найголовніших впливів, на думку науковців (В.М. Мясичева, Є.М. Шиянова, І.Б. Котової) є мікросоціум. А взаємозв'язок між спілкуванням підлітків і формуванням самосвідомості, самооцінки, запозичує насамперед у ставленні до себе та інших людей, цю думку А.В. Захарова підтримують І.В. Дубровіна, Ф. Дольто та М.І. Лісіна [6]. Л.А. Запорожець відзначає в своїх дослідженнях, що умовою об'єктивного ставлення до самого себе і оточуючих є створення особливого спілкування підлітка з батьками, педагогами, друзями, при цьому характеризуючи емоційно-позитивне ставлення, повагу до особистості, що розвивається [7].

Психологічна саморегуляція поведінки взаємопов'язана з емоційною стійкістю особистості та вольовою регуляцією.

Розвиваючи волю, емоція стає більш загальною і в більшості випадках є основою поведінкою. Тому емоція у вольових перетвореннях, має мати силові здібності, які б реально забезпечили процес саморегуляції суб'єкта на основі свідомих намірів. Науковці А.В. Зверков, Е.В. Ейдман і О.Я. Чебикін займалися дослідженням вольової саморегуляції і діагностики емоційної зрілості особистості для визначення та підвищення рівня саморегуляції [18].

Поведінка особистості виступає як її здатність добровільно, за внутрішніми спонуканнями керувати власними діями і вчинками у відповідності з прийнятими в суспільстві моральними нормами, а здатність підлітка до прийняття самостійних рішень і неможливість їх вирішити без допомоги рідних та дорослих, вимагають переходу до більш якісного підходу взаємовідношень підлітка з середовищем, вважає В.О. Шатенко [16]. Аспектам морально-поведінкової спрямованості та спостереженням за поведінковими реакціями були присвячені роботи вчених Е.Н. Годунова, Б.І. Март'янова та В.І. Моросанової.

Вчена С.Г. Якобсон підкреслює, що передумовою моральної саморегуляції поведінки підлітків є адекватне розуміння і оцінка морального вибору. Для того, щоб особистість стала суб'єктом саморегуляції, їй необхідно звернути вагу на власну поведінку, ставлення до норм моралі. Отже, моральний вибір як процес саморегуляції взаємозв'язаний з свідомістю допоможе по-новому бачити співвідношення моральної поведінки і моральної свідомості. Відповідно, в результаті об'єднання свідомості та моральної поведінки отримаємо моральне усвідомлення самого себе [19].

Метою нашого дослідження є виявлення тенденцій, вивчення та встановлення особливостей саморегуляції поведінки підлітків при заняттях панкратіоном.

Завдання і методи дослідження

1. Охарактеризувати вплив мотиваційної сфери підлітка на саморегуляцію поведінки.
2. Проаналізувати когнітивний рівень підлітків у процесі саморегуляції поведінки.
3. Визначити емоційно-вольовий та морально-поведінковий стани підлітка.

Враховуючи підлітковий вік, використовувались методи спостереження, опитування, фізичне і психологічне тестування, тренінги. Здійснювалися бесіди, настанови, аналізи психічної регуляції, відео перегляди занять та поєдинків з визначними спортсменами.

Результати дослідження та їх обговорення.

В період підліткового віку відбуваються інтенсивні і кардинальні зміни в організмі підлітка на шляху до біологічної зрілості та статевого дозрівання, спостерігається інтенсивне формування особистості, енергійне зростання фізичних, моральних, інтелектуальних сил і можливостей. Підлітки, які приходять займатися панкратіоном, ставлять перед собою завдання зайняти певну позицію в соціумі, досягти результативності в спорті. Набуває розвитку особливий стан соціальної зрілості, коли у вчинках реалізуються результати саморегуляції, зростає рівень рефлексії, стабілізуються оцінка та в цілому підвищується рівень самосвідомості в суспільстві. Але рівень розвитку саморегуляції у підлітків не буде зростати без кореляції поведінки зі складною системою цілей, мотивів, настанов, внутрішніх смислів, свідомих та неусвідомлених прагнень і потягів.

Надмірна активність особистості зумовлює динамічні потреби та мотиви до саморегуляції власної поведінки. Закріплення форм поведінки, в яких підліток виконує певну задачу, відбувається лише тоді, коли задача підпорядковується певним мотивам.

Аналізуючи мотиваційний аспект саморегуляції поведінки, доцільно виділити поняття про довільну мотивацію, яка може здійснюватись як вольова поведінка, долаючи внутрішні дискомфорти та перешкоди. Поставлена перед собою мета та кінцевий результат задуманого завжди починається з мотиву.

Крім мотивації поведінки, важливу роль відіграють моральні якості особистості. Результатом засвоєння підлітком відповідних форм поведінки виявляються моральні якості, які за своєю складністю є системою для даної якості мотивації та способів поведінки. Вольова саморегуляція зумовлюється потребою у здійсненні цілеспрямованої діяльності, прагненням оволодіти вольовими вміннями та повірити в свої сили.

Поведінка підлітків контролюється і може піддаватись саморегуляції, якщо є бажання отримати схвалення людей, з якими підліток рахується та поважає, щоб самоствердитись та бути визнаним. Внаслідок самоствердження підлітків у деяких випадках є порушення загальноприйнятих правил поведінки та скоєння негативних вчинків. Поведінка людини є системою дій і вчинків, які мають моральне значення й підлягають моральній оцінці незалежно від того, з яких причин їх зроблено.

За основу дослідження взято 4 методики для визначення особливостей саморегуляції поведінки підлітків: “Мотивація до успіху” Т. Елерса, “Діагностика когнітивного аспекту” – власна методика, “Дослідження вольової саморегуляції” А.В.Зверкова та

Е.В.Ейдмана, “Стильові особливості саморегуляції поведінки”
 В.І. Моросанової. Дослідження здійснювалося з двома групами по 50 хлопців підліткового віку 12-13, 14-15 років, учасниками секції панкратіону на етапі початкової підготовки. Після проведення тестувань та опитувань отримані результати досліджених компонентів саморегуляції зазначено у гістограмах.

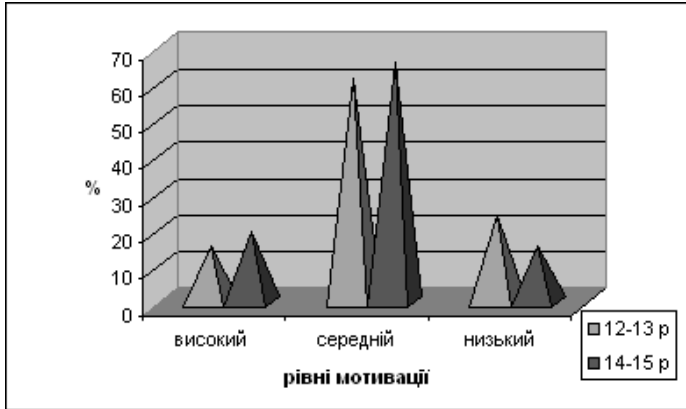


Рис. 1. Гістограма показників мотивації

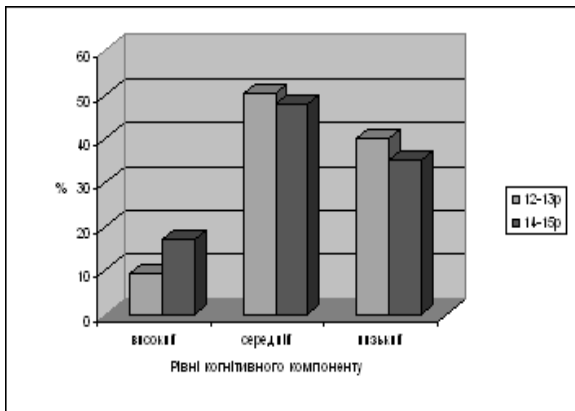


Рис. 2. Гістограма показників когнітивного компонента

За результатами отриманих даних, зображених у гістограмах, ми можемо констатувати, що окремо проведена діагностика саморегуляції для підлітків 12-13 і 14-15 років дала можливість виявити відмінності та визначити рівні показників кожного

компонента. Слід відзначити, що більша кількість підлітків схильна до середнього рівня мотиваційного, когнітивного компонента, вольової та стильової саморегуляції поведінки. Але відзначається значний коефіцієнт показників з низьким рівнем саморегуляції поведінки.

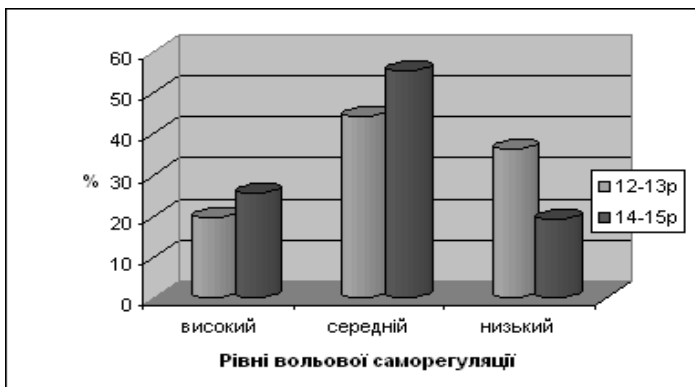


Рис. 3. Гістограма показників вольової саморегуляції

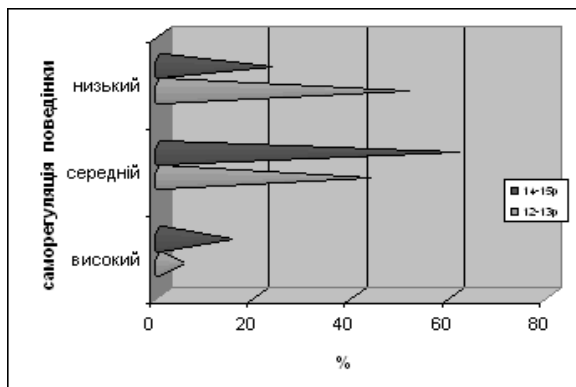


Рис. 4. Гістограма показників стильової саморегуляції поведінки

Для вікової групи підлітків 12-13 років показники мотивації до успіху визначені таким чином: високий – 15,2%, середній – 61,3%, низький – 23,5%. Когнітивний компонент, у загальному, характеризується великою кількістю підлітків з низькими показниками – 40,2%, відповідно середні – 50,4% і високі 9,4%. Показники вольової саморегуляції також виражені слабким загальним коефіцієнтом: високий – 19,6%, середній – 44,2% та

низький 36,2%. Найнижчі показники – 51,4% – спостерігаються на рис. 4 (Гістограма показників стильової саморегуляції), що свідчить про низький рівень даного компонента саморегуляції.

Аналіз результатів другої групи підлітків – 14-15 років показав, що отримані дані мотивації успіху та когнітивного компонента значно не відрізняються від попередньої групи, а показники вольової саморегуляції дещо відмінні та характеризуються кращим рівнем: високий – 25,5%, середній – 55,3%, низький – 19,2%. Компонент стильової саморегуляції поведінки ілюструє різнобічний характер двох груп, але показники старших за віком підлітків кращі, хоча в загальному рівень саморегуляції у багатьох підлітків незадовільний. Згідно з даними гістограм (Рис. 4), рівні показників 14-15 років такі: високий – 15%, середній – 61,7%, низький – 23,3%.

Отже, отримані дані компонентів саморегуляції дозволяють констатувати той факт, що підлітки 12-13 та 14-15 років на заняттях початкової підготовки з панкратіону володіють низьким рівнем саморегуляції поведінки і потребують покращення за допомогою корегувальних програм та психологічних тренінгів. Завдяки підвищенню рівня саморегуляції підлітки постійно будуть прагнути покращити свої спортивні результати, навчання в школі та відносини з однолітками. Процес саморегуляції поведінки надасть можливість бути наполегливим, впевненим у своїх діях, словах і вчинках.

Висновок. Особливості саморегуляції поведінки підлітків на початковому етапі підготовки з панкратіону полягають у різних взаємодоповнюючих компонентах, які безпосередньо важливі для навчально-тренувального і змагального процесу та підвищення рівня саморегуляції.

Доцільно підвести підсумки проведеного дослідження.

1. Експериментально виявлено тенденції розвитку структурних компонентів саморегуляції.
2. Охарактеризовано вплив мотиваційної сфери як одного з компонентів саморегуляції поведінки підлітків.
3. Проаналізовано когнітивний рівень процесу саморегуляції поведінки підлітків.
4. Визначено емоційно-вольовий та морально-поведінковий стани підлітків.;
5. З'ясувано, що поведінку підлітків, які займаються панкратіоном, потрібно корегувати за допомогою психологічних тренінгів.

Подальші дослідження передбачають детальний аналіз окремо кожного компонента саморегуляції поведінки підлітків та

характеристику процесу вивчення особливостей розвитку саморегуляції поведінки підлітків при заняттях панкратіоном.

Список використаних джерел

1. Абрамова Г.С. Нравственный аспект мотивации учебной деятельности подростков // *Вопр. психол.* – 1985. – № 6. – С. 23-28.
2. Алексеева М.І., Дригус М.Т. Дослідження мотиваційної сфери особистості підлітка. – К., 1994. – 126 с.
3. Бондаренко А.Ф. Социальная психотерапия личности (психоаналитический подход). – К.: КГПИИЯ, 1991. – 187 с.
4. Буянов М. И. Основы психотерапии детей и подростков. – К.: Вища школа. – 1991. – 191 с.
5. Виноградов П.Н. Возрастная динамика познавательной самостоятельности у подростков // *Личность и сознание.* – Л., 1989. – С. 45-58.
6. Дольто Ф. На стороне подростка / Пер. с франц. – СПб: Петербург – XXI век, 1997. – 280 с.
7. Запорожец В. Н., Макарова Т. В. Психологические особенности девочек-подростков с отклоняющимся поведением // *Дети – Молодежь – Общество.* – Челябинск. – 1997. – С. 101-103.
8. Иванников В. А. Психологические механизмы волевой регуляции. – М.: УРАО, 1998. – С. 16-23.
9. Ильин Е.П. Мотивы человека: теория и методы изучения. – К.: Вища школа, 1998. – С. 267-269.
10. Ложкин Г.В., Чепелева Н.В., Пovyякель Н.И. Личностный рост психолога в системе профессиональной подготовки // *Актуальные проблемы деятельности практических психологов (в свете идей Л.С.Выготского): Матер. Междунар. науч.-практ. конф.* – Минск, 1999. – Ч. 1. – С. 24-27.
11. Лозоцева В.Н. Развитие образа самого себя на рубеже младшего школьного и подросткового возрастов // *Психологические условия и механизмы воспитания подростков: Сб. науч. тр. /Под ред. Д.И.Фельдштейна.* – М., 1988. – С. 33-39.
12. Маркова А.К. Формирование мотивации учения в школьном возрасте. – М., 1983. – 96 с.
13. Миславский Ю.І. Саморегуляція і активність особистості в юнацькому віці. – М.: Педагогіка, 1991. – 251 с.

14. Орлов А.В. Психология личности и сущности человека: парадигмы, проекции, практики. – М.: Логос, 1995. – 214 с.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии – СПб, 2000. – С. 120-123.
16. Татенко В.А. Психология в субъектном измерении: Монография. – К.: Просвіта, 1996. – 404 с.
17. Тихомирова И.В. Стилевые и продуктивные характеристики способностей: типологический подход // Вопросы психологии. – 1988. – №3. – С.106-114.
18. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности: Науч.-метод. пособие. – Одесса: Астро Принт, 1999. – 158 с.
19. Якобсон С.Г. Психологические проблемы этического развития детей. – М.: Педагогика, 1984. – 144 с.

The global analysis of components of development of self-regulation of conduct of teenagers is conducted on the initial stage preparations from pankrationu, described and analysed motivational, kognitivniy aspects, volitional self-regulation and stylish self-regulation of conduct. The indexes of levels of every component are certain: high, middle and low. These researches testify to the detailed consideration and necessity of application of the koregual'nikh programs and psychological trainings.

Key words: self-regulation, component, kognitivniy, motivation, correction, training.

Отримано: 17.12.2009

УДК 159.922.27:355.1

С.Б. Олексієнко

Психологічні особливості комунікативної підготовки співробітника правоохоронних органів до професійної діяльності

У статті автор акцентує увагу на проблемі професійного розвитку співробітників правоохоронних органів України. Автор розглядає можливості використання окремих технік нейролінгвістичного програмування в контексті оптимізації особистісного розвитку