



УДК 378.015.3:159.923.3

DOI: [https://doi.org/10.33272/2522-9729-2021-3\(198\)-68-71](https://doi.org/10.33272/2522-9729-2021-3(198)-68-71)

Стрижак Юлія

ORCID iD <http://orcid.org/0000-0002-7289-7211>

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК ОСНОВА УСПІШНОГО ПРОФЕСІЙНОГО СТАНОВЛЕННЯ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

A У дослідженні схарактеризовано сутність розвитку саморегуляції як основи успішного професійного становлення студентів ЗВО, проаналізовано структуру, функції та компоненти саморегуляції. Спроба з'ясувати природу саморегуляції професійного становлення дала змогу встановити причину функціонування структурних елементів формування саморегуляції під час навчальної діяльності. Створювані освітні умови мають розвивати у студента вміння ставити перед собою певні освітні цілі, знаходити й обирати необхідні способи їх досягнення, приймати відповідальні рішення, послідовно їх реалізовувати, критично оцінювати результати й фіксувати їх в особистому досвіді. До властивостей, у яких виявляється самостійність, відносять здатність до самореалізації, самоконтролю, вміння регулювати свою поведінку та емоційні реакції, вміння зберігати власну точку зору на протилежну зовнішньому тиску.

Ключові слова: саморегуляція; професійне становлення; мотивація; рефлексія; самоконтроль

S *Stryzhak Yuliia. Self-regulation as the basis of successful professional development of higher educational establishment students.*

The article deals with the essence of self-regulation development as the basis of successful professional development of higher educational establishment students. It also analyzes the functions and components of self-regulation. An attempt to clarify the nature of self-regulation of professional development made it possible to establish the reason for the functioning of the structural elements of self-regulation development during educational activities.

One of the tasks of modern education is to meet the social requirements for preparing young people for a successful life in modern society. In connection with the restructuring of the world system in Ukraine, increasing the level of psychological and pedagogical support for professional training, the relevance of the study of the self-regulation of future professionals is growing significantly. Therefore, for specialists dealing with learning problems, pedagogical research devoted to the problems of self-regulation is becoming increasingly important.

Researchers' approaches towards self-regulation on physiological levels as well as in the field of education were analyzed.

On the theoretical grounds of the self-regulation problem, self-regulation was regarded as a complicated mechanism, which provides planning and realizing a person's actions following the aim determined.

The professional development of future professionals should be aimed not only at mastering modern knowledge of general and professional disciplines, education of highly educated, cultural, harmoniously developed personality but also to promote the ideas of health and lifelong learning, education for sustainable development, competence approach, democracy, creation of a single zone of European education and tolerance.

Key words: self-regulation; professional development; motivation; reflection; self-control

Стрижак Юлія Олегівна, аспірантка, Полтавський національний педагогічний університет імені В. Г. Короленка, Україна

Stryzhak Yuliia, Postgraduate student, Poltava V. G. Korolenko National Pedagogical University, Ukraine

E-mail: myenglishday@ukr.net

Постановка проблеми. Перебудова сучасних соціальних і культурних умов життєдіяльності суспільства, економічна невизначеність в Україні породжують різноманітні проблеми у галузі вищої освіти, пошук шляхів для розв'язання яких пов'язаний значною мірою з підготовкою майбутніх фахівців у закладах вищої освіти (ЗВО). Одним із завдань сучасної освіти є задоволення соціальних вимог до підготовки молоді до успішного життя в сучасному су-

спільстві. У зв'язку з перебудовою системи світи в Україні, підвищенням рівня психолого-педагогічного забезпечення професійної підготовки фахівців актуальність дослідження проблеми формування саморегуляції майбутніх фахівців суттєво зростає. Тому для спеціалістів, які займаються проблемами навчання, все актуальнішими стають педагогічні дослідження, в яких розглядаються проблеми саморегуляції діяльності.

Мета статті: проаналізувати структуру, компоненти саморегуляції професійного становлення студентів ЗВО; визначити підходи, що сприятимуть розвитку саморегуляції професійного становлення майбутніх фахівців, як основу успішної навчальної діяльності у вищій школі.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Розробленям проблеми саморегуляції поведінки особистості займалися вчені, які досліджували: окремі її прояви в різних видах діяльності – О. Конопкін, Г. Нікіфоров, А. Осніцький, І. Трофімова та ін.; моральний розвиток особистості на різних вікових етапах – Л. Божович, І. Дубровіна, В. Мухіна, І. Кон, І. Чеснокова та ін.; моральну стійкість особистості – В. Чудновський; проблему саморегуляції в дослідженні рефлексії – І. Бех, В. Давидов, А. Зак, Б. Зейгарник, К. Поливанова та ін.; моральний вчинок як основу саморегуляції – М. Савчин, В. Татенко, В. Ядов, П. Якобсон та ін.; вольову регуляцію особистості – Л. Виготський, А. Висоцький, В. Іванніков, В. Калін, С. Рубінштейн, В. Селіванов та ін.

Викладення основного матеріалу. Саморегуляція – це вміння людини бачити кінцеву мету діяльності, самостійно знаходити оптимальні шляхи її досягнення і домагатися здійснення, здатність індивіда створити програму діяльності й на цій основі керувати своїми діями і станом. Результатом саморегуляції є виховання спрямованості, організованості, вміння володіти собою [1, с. 53; 2].

У процесі дослідження нами визначено наступні психолого-педагогічні умови, що сприяють формуванню вміння професійної самоорганізації майбутніх фахівців: забезпечення мотивації студентів до навчальної діяльності; оволодіння вміннями та навичками професійної саморегуляції; залучення студентів до активної творчої діяльності; створення творчої атмосфери, здорового морально-психологічного клімату в колективі; активне використання нових форм і методів навчання, що стимулюють творчі здібності особистості.

Саморегуляція є важливим аспектом у підготовці студентів до професійної діяльності. Тому знання закономірності саморегуляції, вміння керувати власним станом, а також оволодіння прийомами і способами регуляції є важливими компонентами процесу самовдосконалення студента. Знання, що забезпечують здійснення діяльності саморегуляції, складаються із чотирьох груп: методологічні, загальнотеоретичні, психолого-педагогічні та дидактико-технологічні. Серед умінь, які формуються на основі цих знань, виділено діагностично-прогностичні, самоаналітичні та саморегуляційні вміння. Основою для здійснення саморегуляції є дидактико-технологічні знання, до яких входять такі елементи: принципи саморегуляції діяльності (системність, активність, усвідомленість), основні компоненти управлінської діяльності: цілепокладання, цілездійснення, аналіз результатів; цикл управлінської діяльності та його основні компоненти: планування, організація, стимулювання, контроль, регулювання діяльності, аналіз результатів; психологічні механізми діяльності саморегуляції, структура системи саморегуляції та її основні компоненти; діагнос-

тування, виявлення причин недостатньої ефективності діяльності; моделювання умов діяльності, визначення умов її нормального функціонування; програмування засобів і дій; досягнення цілей діяльності; самоаналіз і самооцінка результатів діяльності; педагогічне мислення як основа діяльності саморегуляції.

Особливо важливим є розвиток професійної саморегуляції у період становлення особистості, формування ціннісних орієнтацій і моральних переконань, на основі яких вони починають свідомо скеровувати свою поведінку. Крім того, особистість у цей період найкраще сприймає програму розвитку навичок саморегуляції, у зв'язку з чим їх розвиток необхідно планувати вже на перших етапах навчання студента [8, с. 33].

Професійна саморегуляція студентів формується під впливом двох основних факторів – соціуму і свободи. Однак їх дію необхідно оптимізувати. Перш за все треба діагностувати рівень готовності студентів до професійної саморегуляції. Другий крок – допомогти студентам розвинути особистісні механізми професійної саморегуляції. Для цього доцільно коригувати їх навички та вміння професійної саморегуляції при підготовці до професійної діяльності.

Формування у студентів умінь і навичок професійної саморегуляції здійснюється через: оволодіння основними категоріями теорії саморегуляції (структура, функції, компоненти); формування готовності до професійної саморегуляції (вміння здійснювати самоаналіз, формувати цілі та визначати найактуальніші з них), а також уміння самостійно визначати й підвищувати рівень власної професійної саморегуляції; розвиток механізмів професійної саморегуляції [5, с. 33].

Заслужують уваги виокремлені Г. Качаном і В. Чайкою компоненти професійної саморегуляції. Серед останніх вони виділяють: мотиваційний – відображає усвідомлені студентами моральні поняття, загальнокультурні та професійно-педагогічні цінності, спрямовані на оволодіння професією; рефлексивний – передбачає порівняння студентом свого досвіду з досвідом інших людей; емоційно-вольовий – полягає в умінні виявляти витримку, усвідомлювати власні почуття, регулювати свої стосунки та спілкуватися; діяльнісний – передбачає вміння здійснювати самоконтроль, самокорекцію поведінки, усвідомлювати мету власних дій [4, с. 240].

Професійна саморегуляція виконує низку функцій. Серед них можна виокремити ті, що є домінуючими. Так, аксіологічна функція полягає в контролюванні й оцінюванні особистістю власної поведінки щодо її відповідності моральним принципам міжлюдських взаємин, з погляду реалізації у вчинках провідної ідеї – ідеї людини як вищої цінності, що становить основний зміст життєдіяльності особистості, яка досягла високого рівня моральної досконалості. Функція планування та прогнозу передбачає моменти щодо реалізації потреб, мотивів, інтересів. Функція «самосуб'єктивного впливу», тобто впливу індивіда на власні психічні процеси й стани з метою їхньої оптимізації, відповідає за витримку та

емпатію. Корегувальна функція полягає у перебудові власної поведінки з метою подолання дисонансу між наявними й передбачувальними наслідками певних поведінкових актів і реальною моральною ситуацією. Селективна функція виявляється у наданні переваги (вибору) певним поведінковим завданням, засобам і способам їхнього розв'язання (у співвіднесеності з особистісно-значущими принципами, нормами й іншими ціннісними еталонами). Функція забезпечення процесів самотворення (творення індивідом себе як особистості), самовиховання, у чому саморегуляції належить вирішальна змістовно-інструментальна роль (тому процес самовиховання правомірно розглядати як специфічну, вищу форму саморегулювання особистості).

Незважаючи на різноманітність проявів, саморегуляція має чітку структуру, яка поєднує:

- те, що людина виступає як суб'єкт праці, включений до процесу навчальної або виробничої діяльності, в якому до дій і результатів праці пред'являються конкретні вимоги;
- програму виконавчих дій, узгоджену з умовами діяльності;
- неперервний контроль за ходом її реалізації;
- оцінку досягнутих результатів;
- рішення про необхідність корекції і характер корекційної діяльності [5, с. 34].

Професійна саморегуляція має всі властивості та характеристики загальнішого психологічного явища. Її особливістю є те, що особистісний і професійний розвиток нерозривно пов'язані та взаємообумовлені. З одного боку, професійний розвиток допомагає сформувати зрілу цілісну особистість. З іншого – психічні властивості, риси характеру та інші індивідуальні особливості конкретної людини, що визначають, як відбуватиметься процес її професіогенезу. Саморегуляція надає цілеспрямованості професійному зростанню, дозволяє сконцентрувати зусилля на досягненні поставлених цілей. Отже, особистість у процесі професіогенезу не стільки накопичує знання, скільки продуктивно опрацьовує їх, прилаштовує під власний стиль діяльності та міжособистісної взаємодії, розвиваючи професійні компетенції та вдосконалюючи особистісно-ділові якості. Тим більше, для цього є достатнє методологічне підґрунтя, визначене у працях зарубіжних і вітчизняних учених, які базуються на ідеях цілісності, єдності особистісного та професійного розвитку людини (Б. Ананьев, Г. Балл, Є. Климов, О. Молл, К. Платонов, В. Шадріков, А. Бандура, Е. Еріксон, А. Маслоу, К. Роджерс та ін.) [7, с. 88].

Саморегуляція не зводиться до вибору окремих вчинків, вона полягає й у формуванні себе як особистості. Для цього особистість має багаторівневу систему внутрішніх механізмів, або процесів, які відбуваються в її свідомості і забезпечують стійкий зв'язок між зовнішніми вимогами, вираженими в нормах професійної діяльності та поведінці. Професійна саморегуляція служить умінню стриманно ставитися до інших людей, терпимо сприймати їхні недоліки, слабкості, помилки.

Цілеспрямоване формування саморегуляції молоді ви-

магає знання її сутності, умов і закономірностей навчання. Саморегуляцію розуміють як вищий рівень розумової активності людини і як її вміння вільно керувати особистим фізичним станом, діяльністю, поведінкою та взаємодією з іншими людьми; ефективно використовувати свої психофізичні особливості. Саморегуляція навчальної діяльності – це специфічна регуляція, що здійснюється студентом як суб'єктом діяльності. Її призначення полягає в тому, щоб привести до відповідності можливостей з вимогами навчальної діяльності, тобто студент повинен усвідомити свої завдання як суб'єкт навчальної діяльності, цілеспрямовано побудувати процес самонавчання.

Саморегуляція в початковій діяльності має структуру, подібну до саморегуляції інших видів діяльності. Вона складається з таких компонентів, як усвідомлені цілі діяльності, модель значущих умов, програма дій, виконання запланованого та його рефлексія, оцінка результатів і корекція. Згідно з цими компонентами студент усвідомлює і приймає мету навчальної діяльності та вимоги; обмірковує послідовність дій, оцінює умови досягнення мети, створює суб'єктивну модель навчальної діяльності; на основі моделі складає програму дій, обирає засоби і способи її здійснення, здійснює самоконтроль на основі поетапної рефлексії виконаних дій; зіставляє самооцінку й оцінку вчителя, робить висновки про необхідність корекції; виконує роботу над помилками і визначає нові цілі. Результатом цих дій є суб'єктивна модель навчальної діяльності, на основі якої складається програма дій, засобів і способів її здійснення. У процесі навчальної діяльності кожний із рефлексивних ланцюгів виконує роль цілепокладання та цілереалізації. Саме усвідомлення своїх цілей дає змогу майбутньому фахівцеві залишатися суб'єктом навчальної діяльності, тобто самому приймати рішення щодо необхідності внесення змін у здійснювані дії, черговості розв'язування завдань.

Технологія формування саморегуляції навчальної діяльності опрацьовує методи, засоби і формування процесу, спираючись на принципи саморегуляції, що корелюють із принципами дидактики.

Формування саморегуляції здійснюється під час освітнього процесу, який складається з таких структурних елементів:

- а) постановка, освідомлення і прийняття пізнавального завдання;
- б) сприймання навчального матеріалу;
- в) осмислення, розуміння навчального матеріалу та засвоєння основної його інформації, формування наукових понять, узагальнення й систематизації знань;
- г) закріплення й удосконалення знань, їх запам'ятовування, формування навичок і вмінь;
- г) застосування знань і вмінь на практиці;
- д) зворотний зв'язок і перевірка засвоєння, аналіз і самоаналіз досягнень учнів [2, с. 7].

Формування саморегуляції навчальної діяльності розпочинається з розвитку самоконтролю, що підкоряється певним закономірностям.

Іншим важливим компонентом саморегуляції навчальної діяльності є рефлексія (вміння суб'єкта мисленнєво визначати, аналізувати і співвідносити з предметною ситуацією власні способи діяльності). Вона включає в себе співставлення умов і мети діяльності, з'ясування наявних у досвіді суб'єкта засобів і способів перетворення об'єкта, визначення їхньої повноти для досягнення мети, мисленнєве вироблення поетапного планування, врахування і оброблення отриманої інформації, що свідчить про рівень адекватності кожного етапу розв'язання задачі відповідно до мети.

Саморегуляція діяльності розглядається у декількох аспектах:

1. Соціальний аспект саморегуляції – здатність індивіда знайти своє місце в суспільстві, згідно зі своїми здібностями, можливостями і вподобаннями.

2. Психологічний аспект саморегуляції розкриває механізми формування саморегуляції через взаємодію свідомості і підсвідомості, рефлексії, мислення.

3. Педагогічний аспект саморегуляції – створення таких методик і дидактичних умов, які сприяли б формуванню як окремих компонентів саморегуляції, так і їх системи [3, с. 253].

Особливе місце в структурі саморегуляції навчальної діяльності відводять діям контролю й оцінки. Їхні специфічні функції спрямовані на саму діяльність, що фіксують ставлення студента до себе як до суб'єкта діяльності. Поступовий перехід зовнішнього контролю у внутрішній, становлення адекватної оцінки є передумовами формування вищого рівня саморегуляції навчальної діяльності. Адже, завдяки самоконтролю, замінюючи склад операційних дій, виявляє їхній взаємозв'язок з тими чи іншими особливостями умови задачі і властивостями отриманого результату [6, с. 35]. Водночас, оцінювання дозволяє визначити певний спосіб розв'язання даної навчальної задачі, зіставити отриманий результат із запланованим образом результату.

Отже, оцінка передбачає визначення і співставлення отриманого результату з поставленою метою, дозволяє з'ясувати чи правильно розв'язана навчальна задача, чи треба переходити до виконання корегуючих дій, чи необхідно вибудовувати нові варіанти розв'язання для досягнення поставленої мети.

Висновки з даного дослідження. Підводячи підсумок, варто зазначити, що згадані якості (творчість, активність, воля) та рефлексивні вміння (самоконтроль, самооцінка) є відносно незалежними змістовими критеріями підготовки студентів до професійної саморегуляції, що взаємопов'язані багатозначними відношеннями, що знаходять свій вияв у такому інтегральному формалізованому та єдиному критерії, як підготовка студента до професійної саморегуляції.

Професійне становлення майбутніх фахівців повинне мати на меті не тільки засвоєння студентами сучасних знань із загальнопрофесійних і фахових дисциплін, виховання високоосвіченої, культурної, гармонійно розвинутої особистості, а й пропагувати ідеї здоров'язбережувального та ціложиттєвого навчання, освіти в інтересах сталого роз-

витку, компетентнісного підходу, демократії, створення єдиної зони європейської освіти, толерантності.

Перспективи подальших розвідок полягають у виявленні психолого-педагогічних умов, розробленні методичного забезпечення для формування професійної компетентності у педагогічній діяльності.

Список використаних джерел

1. Гриньова М. В. Саморегуляція : навч.-метод. посіб. Полтава : ТОВ «АСМІ», 2012. 294 с.
2. Гриньова М. В. Наукова школа «Саморегуляція як основа успішної професійної діяльності». *Імідж сучасного педагога*. 2017. № 4/2 (173). С. 5–10.
3. Гриньова М. В., Кононець Н. В. Саморегуляція як основа ресурсно-орієнтованого навчання студентів у вищій школі. *Ресурсно-орієнтоване навчання в «3D»: доступність, діалог, динаміка* : матеріали II Всеукр. наук.-практ. Інтернет-конф. / уклад.: Н. В. Кононець, В. О. Балюк. Полтава : КУЕП ПДАА, 2018. URL: <https://rbl3d.forumotion.me/t194-topic> Детальніше тут: <https://grinyovamv.webnode.com.ua/tovari/>
4. Гринців М. Саморегуляція як компонент професійної підготовки майбутнього фахівця. *Актуальні питання гуманітарних наук*. 2013. Вип. 4. С. 238–245. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/apgnd_2013_4_31.
5. Калюжна Т. Г. Сучасні вимоги до професійної підготовки майбутнього вчителя. *Наукові записки [Ніжинського державного університету ім. Миколи Гоголя]*. Серія: *Психолого-педагогічні науки*. 2013. № 4. С. 32–37. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Nzsp_2013_4_7.
6. Мадзігон В. М., Волощук І. С. Технології дослідження освітніх проблем : посіб. Київ : Ін-т обдарованої дитини НАПН України, 2018. 370 с.
7. Савченко С. В. Трансформація глобального інформаційного суспільства в «суспільство знань» як фактор формування інтелектуального капіталу нації. *Гуманітарний вісник Запорізької державної інженерної академії* : зб. наук. пр. Запоріжжя, 2017. Вип. 70. С. 84–93.
8. Титова Н. М. Модель психолого-педагогічної підготовки педагогів професійного навчання. *Освітній дискурс. Гуманітарні науки* : зб. наук. пр. Київ : Пляс, 2018. Вип. 7 (8). С. 31–40.

References

1. Grynova, M. (2012). *Samorehuliatisia [Self-regulation]*. Poltava: ASMI [in Ukrainian].
2. Grinyova, M. V. (2017). Naukova shkola «Samorehuliatisia yak osnova uspishnoi profesinoini diialnosti» [Scientific school "Self-regulation as the basis of successful professional activity"]. *Imidzh suchasnoho pedahoha [Image of a modern teacher]*, 4/2 (173), 5-10 [in Ukrainian].
3. Grinyova, M. V., & Kononets, N. V. (2018). Samorehuliatisia yak osnova resursno-orientovanoho navchannia studentiv u vyshchii shkoli [Self-regulation as a basis of resource-oriented learning of students in higher school]. In NV Kononets, VO Balyuk (Comps.), *Resursno-orientovane navchannia v «3D»: dostupnist, dialoh, dynamika [Resource-oriented learning in "3D": accessibility, dialogue, dynamics]*: materials of the II All-Ukrainian scientific-practical. Internet conferences. Poltava: KUEP PDAA. Retrieved from <https://rbl3d.forumotion.me/t194-topic>. More details here: <https://grinyovamv.webnode.com.ua/tovari/> [in Ukrainian].
4. Hryntsiiv, M. (2013). Samorehuliatisia yak komponent profesinoini pidhotovky maibutnoho fakhivtsia [Self-regulation as a component of professional training of future specialists]. *Aktualni pytannia humanitarnykh nauk [Actual issues of humanities]*, 4, 238-245 [in Ukrainian].
5. Kalyuzhna, T. G. (2013). Suchasni vymohy do profesinoini pidhotovky maibutnoho vchytelia [Modern requirements for professional training of future teachers]. *Naukovi zapysky [Nizhynskoho derzhavnogo universytetu im. Mykoly Hoholia]*. Seriya: *Psycholoho-pedahohichni nauky [Scientific notes [Nizhyn State University. Nikolai Gogol]. Seriy: Psychological and pedagogical sciences]*, 4, 32-37 [in Ukrainian].
6. Madzigon, V. M., & Voloshchuk, I. S. (2018). *Tekhnologii doslidzhennia osvitnikh problem [Technologies of research of educational problems]: the manual*. Kyiv: Institute of Gifted Children of the National Academy of Pedagogical Sciences of Ukraine [in Ukrainian].
7. Savchenko, S. V. (2017). Transformatsiia hlobalnoho informatsiinoho suspilstva v «suspilstvo znan» yak faktor formuvannia intelektualnoho kapitalu natsii [Transformation of the global information society into a "knowledge society" as a factor in the formation of the nation's intellectual capital]. In *Humanitarnyi visnyk Zaporizkoi derzhavnoi inzhenernoi akademii [Humanitarian Bulletin of the Zaporozhye State Engineering Academy]*: a collection of scientific papers (Is. 70, pp. 84-93). Zaporozhye: Zaporozhye State Engineering Academy [in Ukrainian].
8. Titova, N. M. (2018). Model psykholoho-pedahohichnoi pidhotovky pedahohiv profesinoho navchannia [Model of psychological and pedagogical training of teachers of professional training]. In *Osvitnii dyskurs. Humanitarni nauky [Educational discourse. Humanities]*: a collection of scientific papers (Is. 7 (8), pp. 31-40.). Kyiv [in Ukrainian].

Дата надходження до редакції
авторського оригіналу: 12.05.2021