

УДК 159.9

**ТІТОВА Тетяна Євгенівна**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*

**КРАСИЛЬНА Катерина Олександрівна**

*студентка психолого-педагогічного факультету  
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*

## **ОСОБЛИВОСТІ ЦІННІСНО-СМИСЛОВОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ**

*Стаття присвячена проблемі саморегуляції як складного інтегративного феномену. Визначається необхідність розглядати особливості процесу саморегуляції у взаємозв'язку із ціннісно-смісловою сферою особистості. Описуються результати дослідження особливостей ціннісно-сміислової саморегуляції у підлітковому віці.*

**Ключові слова:** саморегуляція, свідомо особистісна саморегуляція, ціннісно-сміслова сфера особистості, цінності.

**Постановка проблеми.** Саморегуляція є однією з найважливіших детермінант гармонійного розвитку особистості та значущим фактором продуктивності діяльності. Особистісна саморегуляція є складним утворенням та має індивідуальне забарвлення, що обумовлює необхідність її детального вивчення. На думку М.Є. Серебрякової та В.І. Моросанової, особливості свідомої саморегуляції поведінки людини багато в чому визначаються її провідними смисловими утвореннями, а саме цінностями та смислами.

Особливого значення ця проблема набуває у підлітковому віці, оскільки саме в цей період відбуваються критичні зміни, які забезпечують зміщення регуляторних центрів із зовнішніх у внутрішні (Д.О. Леонт'єв, О.Р. Калітеєвська, Є.М. Осін, Н.Л. Шевякова). Вивчення індивідуальних особливостей смислової саморегуляції підлітків необхідне з метою формування їх суб'єктної позиції у навчанні, впровадження індивідуального підходу у навчанні, підвищення ступеня адаптації та профілактики девіантної поведінки.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема саморегуляції особистості вивчалась багатьма науковцями (О.Є. Бочарова, О.О. Конопкін, О.М. Коноз, Ю.О. Миславський, В.І. Моросанова, О.К. Осницький, Л.В. Папшева та ін.). Останнім часом у працях провідних психологів активно розробляється теорія свідомої саморегуляції особистості, вивчаються її компоненти, функції та зв'язки з різними особистісними утвореннями. В.І. Моросановою та

її послідовниками (О.О. Аронова, І.В. Плахотнікова, С.Р. Сагієв та ін.) досліджуються індивідуальні стильові особливості саморегуляції, а також їхній зв'язок із різними особистісними підструктурами й ефективністю діяльності. Визначенню особливостей саморегуляції підлітків присвячені роботи Р.Р. Гасанової, Осницького О.К., В.І. Моросанової, Л.В. Папшевої та ін.

Вивченню смислової сфери особистості присвячені праці Б.С. Братуся, Д.О. Леонтьєва, А.В. Сірого, В.Е. Чудновського, А.С. Шарова, М.С. Яницького та ін. Досліджуються особливості смислової сфери особистості на різних етапах онтогенезу, зокрема й у підлітковому віці (Н.І. Азізова, О.В. Закревська, Д.О. Леонтьєв, Е.А. Пірмагомедова, В.Е. Чудновський та ін.). Висвітлюються особливості смислової сфери підлітків з девіантною поведінкою (Б.С. Братусь, Д.О. Леонтьєв, М.Є. Серебрякова та ін.). Однак недостатньо вивченим залишається питання про взаємозв'язок особистісної саморегуляції та смислової сфери особистості.

Основна мета статті полягає у визначенні особливостей ціннісно-смилових аспектів саморегуляції у підлітковому віці.

**Виклад основного матеріалу.** Свідома саморегуляція є багаторівневим процесом ініціації, побудови психічної активності та керування нею для досягнення свідомо визначених та суб'єктивно прийнятих цілей [6]. Саморегуляція виявляється в типових та найбільш суттєвих для людини стильових особливостях самоорганізації та управління зовнішньою і внутрішньою активністю [5].

Смислова сфера особистості, до складу якої входять, зокрема, цінності та смисли, визначається як «особливим чином організована сукупність смислових утворень (структур) та зв'язків між ними, що забезпечують смислову регуляцію цілісної життєдіяльності суб'єкта в усіх її аспектах» [2, с.128]. Цінності виступають головним елементом смислової сфери та найчастіше визначаються як специфічні утворення свідомості, представлені у вигляді ідеалів, узагальнених уявлень про бажані блага та прийнятні способи їх отримання, ідеальних критеріїв оцінювання та орієнтації людини чи суспільства [1].

Деякі науковці розглядають цінності та смисли як компоненти у структурі саморегуляції. Так, зокрема, А.С. Шаров до структури саморегуляції включає такі підсистеми, як ціннісно-смилова сфера особистості, активність та рефлексія, що тісно пов'язані між собою та виявляють цілісність особистості у регуляції поведінки [8]. За Ю.О. Миславським, процеси саморегуляції визначаються соціальною ситуацією, механізми саморегуляції є універсальними, а до структурно-функціональних складових системи саморегуляції

особистості відносяться цінності, цілі, ідеали, образ *Я*, рівень домагань та самооцінка [4].

В.І. Моросанова розглядає саморегуляцію довільної активності у взаємозв'язку із різними компонентами самосвідомості (такими як *Я*-концепція, самоставлення, спрямованість, мотивація, часова перспектива, ціннісні орієнтації, життєві цілі, ідеали) та їх регуляторними властивостями [6].

На думку С. Д. Максименка, процес саморегуляції передбачає перебудову смислових утворень, які, будучи усвідомленими, породжуються в процесі смислового зв'язування, коли «встановлюється внутрішній зв'язок з ціннісною сферою особистості, і нейтральний до цього зміст перетворюється в емоційно заряджений смисл. Результатом цієї роботи буде виникнення нових інтенцій та гармонізація внутрішнього світу особистості» [3, с.48]. Така смислова, ціннісна саморегуляція є найвищим рівнем розвитку особистісної саморегуляції та може здійснюватись лише цілісною та інтегрованою особистістю [3].

Підлітковий вік є періодом інтенсивного прояву різнорівневого потенціалу психічного розвитку, накопиченого у попередні періоди життя, та характеризується появою таких новоутворень, як: формування *Я*-концепції, розвиток самосвідомості, формування особистісних позицій, ціннісних орієнтацій, життєвих цілей та планів, формування самоконтролю та саморегуляції [7]. Розвиток особистості підлітка багато в чому залежить від того, вплив яких систем (відкритих, основними принципами яких виступають саморегуляція та самоорганізація, або закритих, жорстко детермінованих) переважає у його досвіді. У зв'язку з цим, успішність розвитку особистості підлітка залежить від наявності відкритої взаємодії, яка визначає оптимальне налаштування контурів зовнішнього та внутрішнього регулювання [7].

Виходячи з цього, нами було проведене дослідження рівня саморегуляції та особливостей ціннісно-смислової сфери особистості підлітків. Дослідження проводилось у групі підлітків 11-12 років (30 осіб) та 14-15 років (30 осіб). Як діагностичний інструментарій використовувався комплекс психодіагностичних методик: методика «ССП-98» (за В.І. Моросановою, О.М. Коноз), методика «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (за С.С. Бубноюю) та методика «Визначення життєвих цінностей особистості» (Must-тест) (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). За допомогою методики «ССП-98» визначався рівень свідомої саморегуляції особистості. Методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (за С.С. Бубноюю) та «Must-тест» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим) дозволили визначити особливості

ціннісно-смиислової сфери підлітків, що тісно пов'язана із саморегуляцією цілеспрямованої активності.

Аналіз результатів дослідження, отриманих за допомогою методики «ССП-98» (за В.І. Моросановою), дозволяє говорити про переважаючий високий загальний рівень саморегуляції підлітків (див. табл. 1).

Таблиця 1

**Загальний рівень саморегуляції молодших та старших підлітків (n=60)**

Показник загального рівня саморегуляції	Молодші підлітки (n=30)	Старші підлітки (n=30)
Високий	53%	63%
Середній	47%	37%
Низький	0%	0%

Результати дослідження свідчать, що, в цілому, більшість респондентів (58%) має високий загальний рівень саморегуляції. Для зазначеного контингенту характерною є досить висока здатність до самостійної постановки цілей та прогнозування результатів. Вони достатньо чітко орієнтуються у значущих компонентах власної поведінки та діяльності, легко складають програму діяльності та можуть варіювати її у залежності від ситуації. 42% досліджуваних підлітків мають середні показники загального рівня саморегуляції, що свідчить про їх посередньо розвинену здатність визначати пріоритетні цілі та завдання діяльності, недостатню чіткість та реалістичність життєвих планів, посередньо розвинену здатність до оцінювання результатів власної поведінки та діяльності.

Оцінюючи результати дослідження окремо по групах, бачимо, що показник загального рівня саморегуляції вищий у старших підлітків порівняно із молодшими. Низького рівня саморегуляції під час дослідження не виявлено. Зазначене свідчить про те, що в цілому, як у молодших, так і у старших підлітків, саморегуляція є достатньо розвиненою.

Наступним кроком нашого дослідження стало визначення ціннісно-смислових аспектів саморегуляції. Визначення структури ціннісних орієнтацій молодших та старших підлітків здійснювалося нами за допомогою методики «Діагностика реальної структури ціннісних орієнтацій особистості» (за С.С. Бубновою), результати (див. табл. 2).

Як видно з таблиці, пріоритетними в структурі ціннісних орієнтацій молодших підлітків є «Допомога та милосердя до інших» (обирають 12,1% досліджуваних) «Визнання і повага людей та вплив на оточуючих» (обирають 11,8% досліджуваних), «Високий

матеріальний добробут» (обирають 10,2% досліджуваних). Зазначене вказує на достатньо виражену альтруїстичну спрямованість підлітків, що виражається в прагненні допомагати іншим. Разом з тим, вони прагнуть визнання та поваги оточуючих та орієнтовані на накопичення матеріальних благ та владу.

Таблиця 2

**Особливості реальної структури ціннісних орієнтацій молодших та старших підлітків (n=60)**

Список цінностей	Молодші підлітки		Старші підлітки	
	К-ть виборів	%	К-ть виборів	%
1. Приємне проведення часу, відпочинок	96	8,9	119	12,6
2. Високий матеріальний добробут	109	10,2	81	8,6
3. Пошук і насолода прекрасним	70	6,5	52	5,5
4. Допомога та милосердя до інших людей	130	12,1	96	10,2
5. Любов	106	9,9	89	9,4
6. Пізнання нового у світі, природі, людині	85	7,9	79	8,4
7. Високий соціальний статус і управління людьми	89	8,3	86	9,1
8. Визнання і повага людей та вплив на оточуючих	126	11,8	107	11,3
9. Соціальна активність для досягнення позитивних змін у суспільстві	67	6,3	72	7,6
10. Спілкування	84	7,8	67	7,1
11. Здоров'я	108	10	94	9,9

Для старших підлітків перші місця у структурі ціннісних орієнтацій посідають: «Приємне проведення часу, відпочинок» (обирають 12,6% досліджуваних) «Визнання і повага людей та вплив на оточуючих» (обирають 11,3% досліджуваних) та «Допомога та милосердя до інших» (обирають 10,2% досліджуваних). Зазначене вказує на наявність гедоністичної спрямованості підлітків, їх прагнення до поваги оточуючих та бажання впливати на них за допомогою влади чи авторитету. Також більшість учнів орієнтовані на допомогу іншим, цінують здоров'я.

Найнижчий статус у структурі ціннісних орієнтацій як молодших, так і старших підлітків посідають «Пошук і насолода прекрасним», «Соціальна активність» та «Спілкування».

У цілому можна сказати, що реальна структура ціннісних орієнтацій як молодших, так і старших підлітків є недостатньо узгодженою, оскільки пріоритетні позиції займають протилежні за змістом ціннісні орієнтації.

Загалом, як свідчать отримані дані, у молодших і старших підлітків структура ціннісних орієнтацій є схожою. Особливо подібність виявляється за такими цінностями, як визнання і повага людей та вплив на оточуючих, здоров'я, спілкування, любов, пізнання нового у світі, природі, людині.

Особливості життєвих цілей-цінностей підлітків визначались нами за допомогою методики «Визначення життєвих цінностей особистості» (Must-тест) (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). Результати дослідження свідчать про те, що найбільший відсоток виборів у групі молодших підлітків мають такі життєві цінності, як «Міжособистісні контакти і спілкування» (34,0%), «Почуття задоволення» (22,9%), «Особистісне зростання» (18,4%), що вказує на їх високо розвинену потребу відчувати себе частиною будь-якої групи, мати своє коло спілкування, прагнути фізичного комфорту та саморозвитку. Цікавим є той факт, що за результатами методики С.С. Бубнової більшість підлітків ставить цінність «Спілкування» на останній позиції у ціннісній ієрархії. Зазначене, на нашу думку, зайвий раз вказує на неузгодженість ціннісної структури підлітків.

Найнижчі позиції в ієрархії життєвих цінностей молодших підлітків посідають «Прихильність і любов» (2,9%), «Матеріальний успіх» (2,4%), «Автономність» (0,9%), «Свобода, відкритість і демократія в суспільстві» (0,4%), «Привабливість» (0,4%), «Популярність» (0,2%), «Багате духовно-релігійне життя» (0,2%). Взагалі відсутні вибори за такими життєвими цінностями, як «Служіння людям» та «Влада і вплив». Зазначене також суперечить даним, отриманим за допомогою попередньої методики, де допомога іншим, вплив на інших та матеріальний добробут займали чільні позиції.

Дані, отримані у групі старших підлітків, свідчать, що найбільший відсоток виборів мають такі життєві цінності, як «Міжособистісні контакти і спілкування» (23,8%), «Почуття задоволення» (23,6%), «Особистісне зростання» (19,6%). Отже, можна припустити, що більшість респондентів мають високу потребу відчувати себе частиною будь-якої групи, мати близьких друзів. Більшість прагне до фізичного комфорту, до задоволення біологічних потреб та прагне до саморозвитку.

Низький статус у групі старших підлітків мають такі цінності, як «Прихильність і любов» (2,2%), «Свобода, відкритість і демократія в суспільстві» (1,3%), «Привабливість» (1,3%), «Служіння людям» (0,7%), «Популярність» (0,4%). Вибори відсутні за життєвими цінностями «Влада і вплив» та «Багате духовно-релігійне життя».

Порівнюючи дані двох методик, можна говорити про наявність суперечностей у виборах старших підлітків, зокрема за цінностями «Спілкування», «Допомога іншим» та «Вплив і влада», що свідчить про недостатню узгодженість їх ціннісної структури та недостатню сформованість ціннісно-сислової сфери.

Проаналізуємо результати дослідження, отримані за допомогою усіх зазначених методик. Пріоритетними цінностями молодших підлітків із високим загальним рівнем саморегуляції є «Допомога та милосердя до інших людей», «Любов» (за С.С. Бубновою) та «Міжособистісне спілкування» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). Найменш вагомими цінностями для цієї групи респондентів є «Пізнання нового у світі, природі, людині», «Високий соціальний статус і управління людьми», «Спілкування», «Здоров'я» (за С.С. Бубновою) та «Автономність», «Прихильність і любов», «Матеріальний успіх», «Привабливість» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим).

Пріоритетними цінностями для молодших підлітків із середнім загальним рівнем саморегуляції є «Допомога та милосердя до інших людей», «Визнання і повага людей та вплив на оточуючих» (за С.С. Бубновою) та «Почуття задоволення», «Міжособистісне спілкування» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). Найменш вагомими є цінності «Високий матеріальний добробут», «Пошук і насолода прекрасним», «Любов», «Високий соціальний статус і управління людьми» (за С.С. Бубновою) та «Багатство духовної культури», «Матеріальний успіх» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим).

Зазначене свідчить про неузгодженість ціннісної структури, що проявляється у виборі однакових цінностей і як пріоритетних, і як найменш вагомих, а також у наявності протилежних, конкуруючих цінностей з-поміж пріоритетів молодших підлітків. Вищевказане спостерігається як у респондентів з високим, так і у респондентів з середнім загальним рівнем саморегуляції.

Для старших підлітків із високим загальним рівнем саморегуляції пріоритетними є цінності «Приємне проведення часу, відпочинок», «Допомога та милосердя до інших» (за С.С. Бубновою) та «Почуття задоволення», «Міжособистісне спілкування», «Особистісне зростання» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). Найменш вагомими цінностями для них є «Любов», «Здоров'я» (за С.С. Бубновою) та «Багатство духовної культури», «Свобода, відкритість і демократія в суспільстві» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим).

Для старших підлітків із середнім загальним рівнем саморегуляції пріоритетним виступають цінності «Приємне проведення часу, відпочинок», «Визнання і повага людей, вплив на оточуючих» (за С.С. Бубновою) та «Почуття задоволення», «Особистісне зростання» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим). Найменш вагомим старші підлітки із середнім загальним рівнем саморегуляції вважають «Пізнання нового у світі, природі, людині», «Соціальну активність», «Здоров'я» (за С.С. Бубновою) та «Привабливість», «Безпека і захищеність», «Здоров'я» (за П.Н. Івановим, Є.Ф. Колобовим).

Результати дослідження у групі старших підлітків вказують на більшу узгодженість їх ціннісної структури у порівнянні з молодшими підлітками. Однак, зазначимо, що зважаючи на існування у ієрархії протилежних цінностей, яким надається статус пріоритетних, можна припускати недостатню сформованість ціннісної структури старших підлітків.

Узагальнюючи отримані дані, можна сказати, що при достатньо високому рівні розвитку саморегуляції ціннісно-смилова сфера підлітків залишається недостатньо сформованою. Зазначене може свідчити про те, що саморегуляція здійснюється підлітками здебільшого на основі певних зовнішніх або ситуативних чинників. Натомість саморегуляція, заснована на внутрішніх позаситуативних чинниках (ціннісно-смилова сфера особистості), є ще недостатньо сформованою.

**Висновки з дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Дослідження ціннісно-смилової саморегуляції підлітків вказує на її недостатню сформованість. Це проявляється у неузгодженості ціннісної структури підлітків, недостатньому усвідомленні декларованих цінностей як внутрішніх підстав для регуляції поведінки, що, в свою чергу, позбавляє їх реальної регулюючої сили. Зазначене свідчить про необхідність застосування розвивальних впливів, що і є перспективою наших подальших досліджень у цьому напрямку.

#### *Список використаних джерел*

1. Здравомыслов А.Г. Потребности. Интересы. Ценности / А.Г. Здравомыслов. – М. : Политиздат, 1986. – 223с.
2. Леонтьев Д.А. Психология смысла. Природа, структура и динамика смысловой реальности / Д.А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 486 с.
3. Максименко С.Д. Генезис существования личности / С.Д. Максименко. – К. : КММ, 2006. – 240 с.
4. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте / Ю.А. Миславский. – М. : Педагогика, 1991. – 152с.
5. Моросанова В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека / В.И. Моросанова //



Вестник московского университета. – Сер. 14. – Психология. – 2010. – № 1. – С.36-45.

6. Моросанова В.И. Личностные и когнитивные аспекты саморегуляции деятельности человека / В.И. Моросанова, И.В. Плахотникова, Е.А. Аронова и др. ; [под ред. В.И. Моросановой]. – М. : Психологический ин-т РАО, 2006. – 320с.

7. Пирмагомедова Э.А. Основные направления и особенности развития ценностной сферы личности в подростковом возрасте / Э.А. Пирмагомедова, Н.И. Азизова, Р.К. Пирмагомедова // Вестник Челябинского государственного пед. ун-та. – 2016. – №1. – С.55-60.

8. Привина М.Д. Динамика развития саморегуляции поведения у мальчиков-воспитанников социальных приютов / М.Д. Привина // Психологическая наука и образование. – 2008. – №1. – С.5-12.

*Т.Е. Титова, К.А. Красыльна*

### **ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНО-СМЫСЛОВОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОДРОСТКОВ**

*Статья посвящена проблеме саморегуляции как сложного интегративного феномена. Определяется необходимость рассматривать особенности процесса саморегуляции во взаимосвязи с ценностно-смысловой сферой личности. Описываются результаты исследования особенностей ценностно-смысловой саморегуляции в подростковом возрасте.*

**Ключевые слова:** саморегуляция, осознанная личностная саморегуляция, ценностно-смысловая сфера личности, ценности.

*T. Titova, K. Krasyl'na*

### **THE PECULIARITIES OF TEENAGERS' VALUE-MEANING SELF-REGULATION**

*Aware self-regulation as a multilevel process manifests itself in the typical style of managing of intrinsic and extrinsic activity. Meaning sphere of personality includes values and provides meaning regulation of subject's life-span activity. Value-meaning regulation is a highest level of personal self-regulation which could be provide only by integrated personality.*

*The study of self-regulation in the group of teenagers of 11-12 years old (30 persons) and of 14-15 years old (30 persons) showed that the majority of respondents (58%) had a high general level as well as 42% of them had an average level of self-regulation. Low indices of self-regulation were not revealed in the samples. The results of the study of values showed the discoordination of teens' value structure. Thus, one can suppose their that self-regulation mainly corresponds to certain external and situative factors.*

**Keywords:** self-regulation, aware personal self-regulation, value-meaning sphere of personality, values.

Надійшла до редакції 27.12.2016 р.