

ДІАГНОСТИКА РІВНЯ САМОКОНТРОЛЮ СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

У статті узагальнюються результати дослідження рівня сформованості самоконтролю у старших підлітків.

Ключові слова: самоконтроль, старші підлітки, скаутські об'єднання.

Підвищення ефективності навчання та виховання особистості у сучасному високотехнологічному суспільстві, її прагнення до самовдосконалення впродовж життя не може проходити без формування здатності контролювати свою поведінку. Особливо важливим є формування самоконтролю у підлітковому віці під час якого стверджуються життєві цінності та ідеали. Крім того, саме підлітки зазвичай виступають об'єктом маніпуляцій у сферах бізнесу, політики, релігії тощо.

Ми з'ясували рівень сформованості самоконтролю старших підлітків, які належать до скаутських об'єднань та підлітків не скаутів. Експериментальною базою дослідження були Миколаївська обласна дитяча громадська організація «Миколаївська спілка скаутів» та Миколаївський технікум Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова. Рівні сформованості самоконтролю досліджувались у поза навчальній роботі, оскільки досі дослідники приділяли значно більше уваги формуванню самоконтролю у навчальній діяльності.

Ми користувались визначенням О.В. Скрипченко де «самоконтроль» окреслюється, як один із компонентів самосвідомості, здатність людини до самоаналізу і оцінки власного „Я”, особистісних рис та якостей, уміння враховувати їх у конкретних ситуаціях і таким чином контролювати свою діяльність [8,141].

Дослідження психологів Л. Божович [1], Л. Виготського [2], В. Кащенко [3], І. Кона [4],[5],[6], Х. Ремшміда [7] вказують на те що старший підлітковий вік є сприятливим для розуміння власних психічних якостей і рис, моральної самооцінки, самовиховання, самоствердження, самоконтролю. Прищеплення необхідності самовдосконалення і проєктування власної поведінки на засадах гуманістичних ідеалів у цьому віці є передумовою успішного становлення особистості. Для старшого

підліткового віку характерними є зростання потреби у спілкуванні, емоційному контакті з ровесниками. Як правило, найбільш інтенсивно підлітки спілкуються з ровесниками у поза навчальний час. Поза навчальна діяльність мала б створити найсприятливіші умови для виховання у старших підлітків потреби самовдосконалення. Досягненню цієї мети сприяє формування самоконтролю.

Формування самоконтролю старших підлітків може бути успішним за умови врахування психологічних особливостей вікового періоду. Серед них: негативна або несформована Я-концепція; низька витривалість до труднощів; підвищений егоцентризм; схильність до опору, протесту, неприйняття виховних авторитетів; незрілість моральних переконань; тяжіння до невідомого, ризикованого; здатність до ускладнення проблем; криза самоідентифікації; деперсоналізація та дереалізація у сприйнятті себе і навколишнього світу; амбівалентність та парадоксальність характеру; загострене тяжіння до дорослішання; тяжіння до незалежності та відриву від сім'ї; хвороблива реакція на пубертатні зміни; гіпертрофовані поведінкові реакції: емансипація, об'єднання у групи, хобі, сексуальні, дитячі (відмова від контактів, ігор, їжі, імітація, компенсація та гіперкомпенсація) тощо.

З метою виявлення ставлення підлітків до самоконтролю (чи є самовдосконалення, засобом якого є самоконтроль, потребою та чи беруть вони на себе відповідальність за своє майбутнє) нами було проведено дослідження. Ми використовували методи самоаналізу, контент-аналізу, анкетування (проводилось в анонімній формі), бесіди, спостереження, а також тест Кетелла (адаптований варіант фактору Q3 "високий самоконтроль-низький самоконтроль").

У дослідженні, яке тривало з вересня 2007 року по травень 2009 року взяли участь 200 респондентів – членів Миколаївської обласної дитячої громадської організації «Миколаївська спілка скаутів» (далі МОДГО «МСС») та студентів 1-2 курсу Миколаївського технікуму Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова (контрольна група).

Методика для виявлення самоаналізу передбачає фіксування підлітком суджень про те, яким він є, яким хоче бути, що йому потрібно зробити для досягнення поставленої мети та що він дійсно робить. Дана методика передбачає також з'ясування необхідності підлітків планувати свою діяльність.

Проаналізувавши роботи ми не побачили суттєвої різниці у відповідях скаутів та не скаутів. Більшість підлітків відповідаючи на питання на питання «який я?» характеризували свою зовнішність («красивий»,

«хочу бути високим»), але були і відповіді, в яких описувався внутрішній стан («доброзичливий» «егоїстичний», «нестриманий», «злий, часто агресивний», «не можу сконцентруватись на роботі»).

Не всі підлітки пишуть про свої негативні якості, серед скаутів та не скаутів цей відсоток майже однаковий. 10% скаутів та 13% не скаутів ідеалізують себе та не бачать потреби змінюватись (я такий який є, я - ідеальний). Можемо припустити, що це загальна тенденція максималізму, яка характеризує підлітковий вік, або захисна функція, що діє за принципом «якщо себе не полюбиш – тебе ніхто не полюбить». Небагато підлітків з обох груп ставляться критично до своїх вчинків.

Серед цілей, які ставлять підлітки («яким я хочу бути?») поряд з відповідями, що стосуються самовдосконалення («робота над собою аби позбавитись сором'язливості», «боротьба з комплексами», «почати думати про інших», «стати більш сконцентрованою(ним)», «подолати самолюбство») однаковою мірою в обох групах зустрічаються відповіді, зорієнтовані на матеріальні блага («стати багатим», «мати великий дім»).

Під час планування роботи по досягненню мети підлітки в обох групах аналізують, в основному, своє Я та стосунки з іншими. У самооцінці своїх реальних вчинків 10% у скаутів та 35% не скаутів вказали, що вони нічого не роблять для поставленої мети. У скаутській групі домінували відповіді які стосуються аналізу своєї діяльності та її корекції, серед не скаутів були переважно абстрактні відповіді, наприклад: «розвиваюся розумово та фізично», «змінююся за допомогою людської моралі».

Аналіз результатів анкетного опитування підлітків показав, що підлітки мають проблеми із визначенням засобів для досягнення мети, а також не є активними навіть тоді, коли ці засоби знайдено.

Для вивчення самооцінки вчинків підлітків ми використали метод контент-аналізу. Аналізувались твори на тему: «Як я контролюю себе в різних життєвих ситуаціях». Нами було проаналізовано роботи 80 старших підлітків, що належать до скаутської організації МОДГО «Миколаївська спілка скаутів» та 80 підлітків-студентів Миколаївського технікуму Одеського національного університету ім. І.І. Мечникова.

За результатами проведеного контент-аналізу можемо стверджувати, що більшість старших підлітків ототожнюють поняття «самоконтроль» з контролем емоцій та вмінням не конфліктувати, силою волі, опором тиску зовнішніх обставин (60%), з наполегливістю та самовладанням (20%), із впевненістю та ініціативністю (15%), контролем волі, самоорганізацією та тривожністю (5%).

Необхідність самоконтролю розуміє значна частина підлітків, але зу-

стрічаються поодинокі судження типу «якщо контролювати себе усюди, то жити стане нецікаво», «контролювати себе потрібно не завжди».

Нижче приводимо діаграму, у якій узагальнено результати перевірки фактору Q3 за тестом Кетелла „високий самоконтроль – низький самоконтроль”:

Як бачимо, серед скаутів та не скаутів домінували групи, що мають середній рівень самоконтролю (59% та 54% відповідно); 27% скаутів та 38% не скаутів мають розвинутий самоконтроль, здатні добре виконувати соціальні вимоги. Ці підлітки добре контролюють свої емоції та поведінку, досягають передбаченого результату. Їм властива цілеспрямованість, високий рівень внутрішнього контролю. Низький рівень самоконтролю мають 14% скаутів та 8% не скаутів, яким властива недисциплінованість, внутрішня конфліктність уявлень про себе, невиконання соціальних вимог.

Друга частина дослідження полягала в самооцінці результативності вчинків старшими підлітками у складній ситуації вибору. Тут можна було спостерігати як переважна частина підлітків виявляла нездатність доводити розпочату справу до кінця. Причини цього вбачаються в тому, що «стало не цікаво», «змінилась мета», «з'явилися інші спокусливі пропозиції» тощо. Лише дуже незначна частина підлітків (5%) змогли вказати способи, якими вони користуються для досягнення поставленої мети. Виявлено, що на формування самоконтролю впливає зацікавленість у діяльності, вмотивованість, бажання бути кращим, ставлення з любов'ю до справи, бажання покращити результат, що можна спостерігати як у скаутській групі, так і у не скаутів, які займаються у спортивних секціях. За результатами спостереження більше проблем у підлітків (як в скаутській так і в не скаутській групі) виникає при самоконтролі емоційного стану.

Результатом наступної частини дослідження є аналіз роботи скаутської та не скаутської груп під час підготовки та проведення походу вихідного дня (оцінка вчинків підлітків здійснювалась за спеціальною методикою під час включеного спостереження).

Скаутська група	Не скаутська група
Беруть активну участь у плануванні маршруту походу	Не проявляють ініціативи у плануванні маршруту походу
Самостійно розподіляють обов'язки в групі	Чекають наказу щодо розподілу обов'язків в групі
Самостійно займаються організацією походу	Не займаються організацією походу, покладаючи весь вибір на керівника

Під час складних ситуацій намагаються самостійно їх вирішувати	Під час виникнення складних ситуацій сподіваються на рішення керівника
Досягли поставленої мети	Зійшли з маршруту
Під час аналізу походу адекватно висловлювались щодо своєї участі	Неорганізовано поставились до аналізу походу

Співставлення аналізу результатів анкетування, тестування, виконання ситуаційних завдань з даними, що були отримані за допомогою бесід та спостережень за вчинками підлітків дало можливість виділити п'ять рівнів сформованості самоконтролю підлітків, які представлено у таблиці нижче. Критерії оцінки – *співставлення своїх вчинків з ідеалом, самоаналіз, довільна увага та самокорекція своїх вчинків.*

Табл. Якісні показники рівнів сформованості самоконтролю у старших підлітків

Рівні	Показники
Високий	<i>Завжди порівнює свої вчинки з ідеальними (відсутні явні відмінності між вчинком що планувався та вчинком що відбувся);</i>
	<i>Завжди спостерігає за своїми вчинками, використовує самонаказ, дотримується умов договору з самим собою; В більшості випадків самоаналізує себе, свої вчинки, самокорегує програму дій, самокритичний, чітко визначає поведінку, що потрібно скорегувати;</i>
Вище середнього	<i>Майже завжди порівнює свої вчинки з ідеальними (хоча іноді з'являються відмінності між вчинком що планувався та вчинком що відбувся); спостерігає за своїми вчинками, використовує самонаказ, дотримується умов договору з самим собою; аналізує себе, свої вчинки, самокорегує програму дій, самокритичний, чітко визначає поведінку, що потрібно скорегувати;</i>
Середній	<i>Не регулярно порівнює свої вчинки з ідеальними (є відмінності між вчинком що планувався та вчинком що відбувся); спостерігає за своїми вчинками, використовує самонаказ, дотримується умов договору з самим собою; самокорегує програму дій, самокритичний, аналізує себе, свої вчинки адекватно, не завжди чітко визначає поведінку, яку потрібно скорегувати;</i>

Нижче середнього	<i>Рідко</i> порівнює свої вчинки з ідеальними (є відмінності між вчинком що планувався та вчинком що відбувся); спостерігає за своїми вчинками, використовує самонаказ, дотримується умов договору з самим собою; самокорегує програму дій, самокритичний, аналізує себе, свої вчинки адекватно, не завжди чітко визначає поведінку, яку потрібно скорегувати;
Низький	<i>Майже ніколи</i> не порівнює свої вчинки з ідеальними (домінують відмінності між вчинком що планувався та вчинком що відбувся); не спостерігає за своїми вчинками, не дотримується самонаказу, не дотримує умов договору з самим собою; не корегує програму дій; не самокритичний; не вміє аналізувати свої вчинки; не визначає поведінку, що потрібно скорегувати

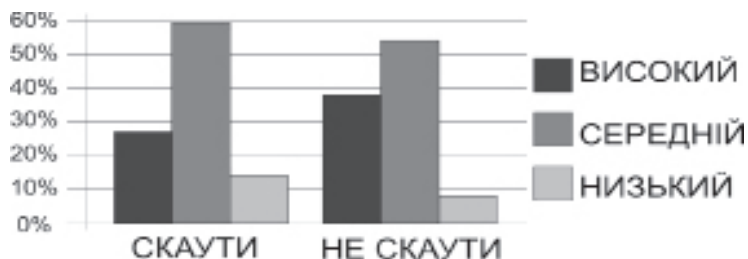
Попередній аналіз даних свідчить, що у скаутській групі домінує самоконтроль вище за середній рівень. На нашу думку це пов'язано з тим, що підлітки знаходяться у середовищі, де прислухаються до їхньої думки, де їх судження та вчинки реально впливають на діяльність та її результати. У них виникає потреба в самоконтролі. Система виховання у Скаутингу орієнтована на те, щоб особистість постійно була включена у процес самовиховання. Усі форми і методи виховання, які використовуються у Скаутингу спонукають особистість до руху, розвитку. Постановка мети, підбір засобів для її досягнення, конкретні дії по виконанню запланованого, аналіз та оцінка результатів – ці етапи зазвичай присутні у вській буденній діяльності скаута. Здатність до самоконтролю стає для скаута необхідністю.

На сучасному етапі учбові заклади не можуть остаточно виконувати виховну функцію, повністю задовольнити потреби підлітків у самопізнанні у зв'язку концентрацією уваги на навчальному процесі через ускладнення навчальних програм. У такій ситуації підлітки та молодь залишаються за межами достатньої суспільної уваги. Альтернативою у цьому можуть стати дитячі об'єднання, зокрема скаутського типу.

Попередні дані свідчать про брак виховних технологій, які сприяють формуванню самоконтролю у не скаутському середовищі та на необхідність створення належних умов виховання, щоб спрямувати підлітка до самопізнання.

Отже, за нашими спостереженнями, членство у скаутських організаціях через більшу можливість самореалізації, сприяє самовдосконален-

ню, самоформуванню, засобом якого є самоконтроль. Ми уточнюємо це тим, що у організаціях скаутського типу реалізується більша кількість можливостей формування самоконтролю: добровільне членство у організації, вільне спілкування членів організації, доброзичливий психологічний клімат, більше ситуацій досягнення успіху, що стимулюють подальшу роботу над собою, рівноправність, самоврядування. Важливими видами діяльності є екологічна, волонтерська діяльність, що допомагає



виявити у скаутів такі риси як відповідальність, стриманість, чуйність, благородство, милосердя, доброта.

Дослідження процесу формування самоконтролю скерує нас до вивчення організаційно-педагогічних умов та напрямків оптимізації процесу формування самоконтролю старших підлітків у скаутських об'єднаннях та створення адаптованої системи для впровадження у навчальні заклади.

ЛІТЕРАТУРА

1. Божович Л.И. Проблемы формирования личности: Под редакцией Д.И. Фельдштейна / Вступительная статья Д.И. Фельдштейна. 2-е изд. М.: Издательство "Институт практической психологии", Воронеж: НПО "МОДЭК", 1997. – 352 с.
2. Выготский Л.С. Педагогическая психология / Под ред. В.В. Давыдова. – М.: Педагогика-Пресс, 1999. – 536 с.
3. Кашенко В.П. Педагогическая коррекция. Исправление недостатков характера у детей и подростков. Книга для учителя. – М.: Просвещение, 1994.
4. Кон И.С. Психология старшеклассника. Пособие для учителя. – М.: Просвещение, 1980.
5. Кон И.С. В поисках себя. – М.: Политиздат, 1984. – 335 с.
6. Кон И.С., Психология юношеского возраста. М.: Просвещение, 1979.
7. Ремшмидт Х. Подростковый и юношеский возраст: Проблемы становления личности. – М.: Мир, 1994. – 320 с.

-
-
8. Скрипченко О.В. Лисянська Т.М. Скрипченко Л.О. Довідник з педагогіки та психології. Навчальний посібник для викладачів, аспірантів та студентів педагогічних навчальних закладів. Навчальний посібник розрахований і для шкільних психологів та вчителів. – К, 2001. – С. 141.

ГАВРИЛОВА О.В.

**ДИАГНОСТИКА УРОВНЯ САМОКОНТРОЛЯ СТАРШИХ
ПОДРОСТКОВ**

В статье обобщаются результаты исследования уровня сформированности самоконтроля у старших подростков.

Ключевые слова: самоконтроль, старшие подростки, скаутские объединения.

GAVRILOVA O.V.

LEVEL OF DIAGNOSTICS OF SELF-CONTROL

The article generalizes the results of the study of the level of development of self-control among senior teenagers.

Key words: Self-control, senior teenagers, scouts associations.