

УДК: 37.015.3

В.Є. Михайличенко, М.В. Канівець
м. Харків, Україна

САМОКОНТРОЛЬ ЯК ВАЖЛИВА УМОВА САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТА

Постановка проблеми. Саморозвиток і самовдосконалення особистості, навчання і професійна діяльність, поведінка в суспільстві припускають неодмінне включення в них самоконтролю, який належить до обов'язкових ознак свідомості і самосвідомості людини. Він виступає як умова адекватного психічного відображення людиною свого внутрішнього світу й об'єктивної реальності, що оточує її.

Самоконтроль проявляється в усвідомленні й оцінці суб'єктом власних дій, психічних процесів і станів, управління ними. Це усвідомлена регуляція людиною своєї поведінки і діяльності для забезпечення відповідності їх результатів поставленим цілям, вимогам, нормам, правилам і т.д. Зміст компонентів самоконтролю міняється залежно від того, в якому контексті він проявляється. Відповідно до функціонального принципу, людина може контролювати не усі свої процеси і стани, а тільки ті, які пов'язані з виконанням певних функцій.

Концентрація свідомості на вибраній меті або проблемі проявляється шляхом залучення механізмів активного контролю. Інші функції в цей час контролюються в автоматичному режимі. Згідно зі структурним принципом властива людині різноманітність механізмів самоконтролю організована ієрархічно.

Аналіз попередніх досліджень і публікацій. Розвиток здібності студента до саморозвитку і самостійного контролювання своєї діяльності, вчинків є однією з основних задач сучасної вищої школи. Питання форм і методів навчання контролю і самоконтролю широко висвітлені в роботах А. Алексюка, В. Бочарнікової, В. Крутецького, В. Вергасова, О. Линди, В. Якуніна та ін. Учені С. Архангельський, Ю. Бабанський, М. Данілов, М. Махмутов та інші довели, що розвинений самоконтроль не лише покращує результати пізнавальної діяльності, але і сприяє підвищенню її активності.

За визначенням В.Крутецького, *самоконтроль – це свідомо оцінка і регулювання людиною власної діяльності і поведінки, своїх дій і вчинків, руху з точки зору їх відповідності попереднім намірам, поставленим цілям, правилам або вимогам суспільства* [2]. Він дає можливість людині не тільки керувати своєю діяльністю та поведінкою, але і коригувати їх, контролювати здійснення наміченого плану, утримуватись від небажаних дій.

Однак подальшого вивчення і розкриття потребує проблема впливу різних компонентів самоконтролю на процеси свідомої, цілеспрямованої навчальної діяльності та їх роль у процесі саморозвитку студентів.

Мета статті – розглянути проблеми розвитку самоконтролю студентів, як одного з важливих компонентів саморозвитку особистості, а також вплив різних якостей особистості на його формування.

Виклад основного матеріалу. Самоконтроль пронизує усі психічні явища, властиві людині (процеси, стани, властивості). Так, організована робота пам'яті має місце при обов'язковій участі в ній самоконтролю. За його допомогою забезпечується протікання таких анемічних процесів, як запам'ятовування і пригадування. Вивчення нейрофізіологічних механізмів уваги під керівництвом А. Лурії, підтвердило їх тісний взаємозв'язок із самоконтролем. Це дозволяє говорити про те, що складна форма довільної уваги є водночас і вищою формою самоконтролю людини, що проявляється в його можливості самостійно контролювати власну поведінку і свою діяльність.

Самоконтролю належить принципова роль у психомоториці людини. Правильна координація рухів здійснюється під контролем відповідних м'язових, тактильних і зорових вражень. Саморегуляція необхідної дії протікає при постійному зіставленні поточних

результатів із зразком його виконання, що зберігається в пам'яті. Самоконтроль органічним чином несвідомо пов'язаний із виконанням рухових навичок, неначе зливаючись в одне безперервне ціле з їх змістом.

В основі процесу спілкування лежить мовна діяльність людини. Відповідно до концепції функціональних систем академіка П. Анохіна мовному втіленню кожного слова передують формування в мозку «контрольного апарату», який стежить за правильністю його вимовляння. В складну організацію мовної діяльності залучені різні види механізмів самоконтролю: слуховий, зоровий, кінестетичний та ін.

У психології вже давно відомі й описані особливості емоційної сфери залежно від того, наскільки вона знаходиться під контролем суб'єкта. Порушення або послаблення здатності до самоконтролю спричиняє появу емоційних проблем у людини. Інтенсивний розвиток емоційного реагування супроводжується наростанням дефіциту самоконтролю, аж до повної його втрати. Людина з легко збудливою емоційною сферою особливо схильна до здійснення імпульсивних вчинків, ухвалення необдуманих рішень і недостатньо обґрунтованих суджень. Тому позитивне ставлення до себе й інших людей, життєво необхідно для сприятливого розвитку людини.

Жодна істота не має в розпорядженні такого самоконтролю, як людина. Ми не лише маємо здатність мислити, але, що набагато важливіше, можемо контролювати свої думки і направляти їх за власним бажанням. Той факт, що ми маємо повний контроль над думками, має глибокий сенс. Мислення визначає наші стосунки і поведінку. Наслідки наших думок виражаються в нашій відповідальності, оскільки ми абсолютно вільні в їх виборі. Тому в процесі самоконтролю потрібний об'єктивний аналіз усіх уявних блоків.

Таким чином, самоконтроль є однією з найважливіших умов усвідомленої діяльності людини і одним із важливих компонентів процесів саморегулювання його життєдіяльності. Він грає велику роль у навчальному процесі.

Самоконтроль є складовою частиною всіх видів навчальної діяльності студентів і здійснюється на всіх етапах її виконання. Відмічаючи загальний позитивний вплив самоконтролю на процеси навчальної діяльності студентів, можна зробити висновок про те, що він сприяє підвищенню активності їх пам'яті і мислення, збуджує і підтримує увагу та зацікавленість до виконання завдання, дозволяє вчасно виявити помилки, надає можливість визначити рівень і якість отриманих знань, а у випадку необхідності, уточнити їх і доповнити. Він включає в себе почуттєві, розумові та рухові компоненти діяльності, які дозволяють студентам на основі поставленої мети, наміченого плану та засвоєного взірця слідкувати за своїми діями, результатами цих дій і свідомо регулювати їх.

Узагальнюючи дослідження вчених з цієї проблеми [3], можемо виділити три основні структурні елементи самоконтролю: самоперевірку – перевірку досягнутого результату; самооцінку – оцінювання особистістю самої себе, своїх можливостей; самоаналіз – аналіз власної поведінки, окремих вчинків, цілей, емоційних реакцій, переживань, і на кінець – якості своєї особистості, мотивів своєї поведінки. Це можна розглядати як рефлексивний компонент у структурі самоконтролю. Його функцією є самоуправління людиною своєю діяльністю і практичні дії з порівняння, самооцінки, коригування, удосконалення роботи. При цьому виробляються відповідні вміння і навички, відбувається розвиток мислення, уваги тощо.

Основою розвитку постійного самоконтролю і саморегуляції людини є самопізнання. У зв'язку з цим представляє інтерес здатність студентів до рефлексії, як механізму розвитку самоконтролю. Рефлексія – це роздуми особистості про саму себе, безпосередній самоконтроль поведінки людини в актуальній ситуації, осмислення її елементів, аналіз того, що відбувається, здатність суб'єкта до співвідношення своїх дій з ситуацією і їх координація відповідно до умов, що змінюються, і власного стану.

Як показали результати цього дослідження, здатність до рефлексії у студентів розвинена слабо: низький рівень рефлексії характерний для 23,5% студентів, середній – для 72,8%, а високий – усього лише для 3,7% студентів. Важливо зазначити, що рефлексія – це не просто

усвідомлення того, що є в людині, а одночасно і зміна самої людини, спроба вийти за межі того рівня розвитку особистості, який був досягнутий. Тільки за наявності рефлексії як внутрішнього стану самоосмислення і розуміння себе, може виховуватися і зміцнюватися самооцінка особистості, її впевненість у собі та самоповага.

Самооцінка – це оцінка людиною можливостей, якостей, місця серед інших людей, що впливає на рівень домагань людини, міру досяжності цілей, які вона ставить перед собою, адекватність поведінки [5]. У своїй практичній діяльності людина прагне досягти таких результатів, які відповідають самооцінці, сприяють її зміцненню. Вона є важливим регулятором поведінки і тим самим впливає на ефективність навчальної діяльності і подальший розвиток особистості. Позитивне оцінювання надає особистості додаткову внутрішню активність, формує віру в себе і свої можливості, сприяє досягненню бажаних результатів. Негативна самооцінка робить протилежний вплив, знижуючи впевненість у собі, що обмежує вибір способів її самореалізації.

У формуванні самоконтролю навчальної діяльності суттєву спонукальну і регуляційну роль виконує самооцінка студента, яка має бути адекватною. За результатами цього дослідження неадекватно висока самооцінка характерна майже для половини студентів (41,7%), високий рівень адекватної самооцінки складає всього третину (36,8%), середній – 14,4%, низький – 7,1%. При цьому встановлено, що адекватність самооцінки залежить від рівня рефлексії, яка відіграє важливу роль в самопізнанні особистості.

Велику роль в оволодінні уміннями самоорганізації і самоконтролю навчальної діяльності грає ціла низка якостей, властивих студентам. Під уміннями самоконтролю навчальної діяльності ми розуміємо здатність суб'єкта навчання раціонально організувати та поетапно здійснювати свою навчальну діяльність, здійснювати самоконтроль і корекцію її процесу і результатів на всіх етапах здійснення з метою підвищення ефективності свого навчання й удосконалення процесу її організації. Уміле використання самоконтролю в навчальній діяльності передбачає, перш за все, дотримання основних дидактичних вимог до її організації, а саме:

- систематичність використання;
- поступовість ускладнення прийомів самоконтролю;
- різноманітність прийомів самоконтролю.

Велику роль у розвитку самоконтролю відіграє самоволодіння людини, яке є дуже важливою рисою характеру людини і допомагає їй управляти самим собою, власною поведінкою, зберігати здатність до виконання діяльності в найнесприятливіших умовах. Людина з розвиненим самоволодінням уміє за будь-яких, навіть надзвичайних обставин, підпорядкувати свої емоції голосу розуму, управляти своєю поведінкою і вчинками. Основний зміст цієї властивості складає робота двох психологічних компонентів: самоконтролю і корекції.

Говорячи про здатність управляти собою, вчені пов'язують самоконтроль переважно з волею людини. *Воля - це особлива форма активності особистості, особливий вид свідомої організації і саморегуляції діяльності.* Специфіка волі полягає у свідомому подоланні людиною труднощів і перешкод на шляху до поставленої мети. У результаті вольового зусилля вдається загальмувати дії одних і посилити дії інших мотивів. Вольова особистість не лише свідомо ставить цілі і діє, але і мобілізує свої зусилля, щоб добитися результату.

Психічна саморегуляція набуває вольового характеру, коли її звичний, нормальний хід з тих або інших причин ускладнений і тому досягнення кінцевої мети вимагає з боку студента додаткових зусиль, підвищення власної активності для подолання виниклої перешкоди. Таким чином, воля як психічний феномен, знаходить своє конкретне вираження через здійснення вольового зусилля.

Слабкість волі – одна з головних причин виникнення проблем особистості, що призводить до її внутрішнього розладу. Окрім того, існує і нездатність, невміння людини працювати над самою собою. Душевна рівновага, гарний настрій, внутрішня сила, твердий

характер, безстрашність і ін. – ось прикмети або симптоми, що вказують на зростання сили волі. Їх формування пов'язане з самоконтролем особистості.

Самоконтроль, включений у протікання вольового зусилля, запобігає марним, невиправданим енерговитратам під час виконання діяльності. Насиченість вольового зусилля актами самоконтролю може визначатися різними об'єктивними і суб'єктивними чинниками. Оптимальним співвідношенням між ними є таке, при якому розподіл енерговитрат на їх реалізацію вирішується на користь вольового зусилля. Надмірний самоконтроль невиправдано виснажуватиме їх загальну енергетичну основу, знижуючи ефективність вольового зусилля. І навпаки, чим раціональніше розподіляються акти самоконтролю, тим більше енергетичних можливостей можуть бути вивільнені на прояв вольового зусилля, тим інтенсивнішим воно може стати.

На базі НТУ «ХПІ» нами було проведено дослідження якостей особистості, сприяючих самоконтролю або, навпаки, що перешкоджають йому. У ньому взяли участь студенти технічних спеціальностей другого та третього років навчання, загальна кількість 120 осіб (див. табл. 1).

Таблиця 1

№ п/п	Характеристика якостей особистості	Наявність якостей у студентів (%)		
		в повній мірі	частково	ні
1	Самоволодіння	47%	52%	1%
2	Почуття обов'язку	58%	33%	9%
3	Воля	55%	40%	5%
4	Дисципліна	56%	40%	4%
5	Відповідальність	65%	32%	3%
6	Безладність	10%	37%	53%
7	Недбалість	10%	55%	35%
8	Необачність	5%	58%	37%
9	Панікерство	12%	50%	38%
10	Розбавтаність	2%	38%	60%

Таким чином, як властивість особистості, самоконтроль органічно пов'язаний із цілою низкою рис характеру, виявляючи в них слабкість або явну вираженість. Наприклад, за такими рисами особистості як безладність, недбалість, необачність, панікерство, розбавтаність та інші можна побачити дефіцит самоконтролю. Якщо ж ми характеризуємо людину як розсудливу, акуратну, витриману, надійну, цілеспрямовану, то тут за кожною її рисою наявне уміння контролювати свої дії і вчинки. Визначальними при цьому є такі риси характеру, як обов'язок, відповідальність і дисциплінованість.

Необхідно наполегливо навчати студентів не лише контролювати свої дії, але і програмувати їх відповідно до тих, які потрібно виконувати. Сюди належать самопереконавання або самонавіювання, самосхвалення або самозаохочення, самопокарання, самонаказ або самопримус. За змістом і наслідками вони можуть бути позитивними і негативними. Позитивне самопереконавання спрямоване на самовиховання, мобілізацію фізичних і інтелектуальних можливостей особистості. Негативне ж навпаки обумовлює небажані стани, паралізує активність і так далі. Судячи з результатів нашого дослідження ці способи самопрограмування використовуються студентами ще недостатньо, особливо самосхвалення і самозаохочення (див. табл. 2).

Привертає до себе увагу велика кількість студентів, невдоволених собою. Це означає, що багато студентів усвідомлюють у себе приховані можливості особистісного зростання, які ще недостатньо використовувалися. Тому потрібний психолого-педагогічний супровід з боку викладачів, який допоможе студентам не лише більш повно розпізнати свої можливості, але і реалізувати їх в процесі навчальної діяльності. І цьому значною мірою сприятиме формування умінь самоконтролю і якостей особистості, які роблять сприятливий вплив на цей процес.

Велике значення при цьому має виховання відповідальності за те, якою людиною ми стали. Наслідки наших думок повністю на нашій відповідальності, оскільки ми абсолютно вільні в їх виборі. Тому слід повністю відмовитися від відмовок, якими ми користуємося, щоб не ставити собі чітких цілей і не давати зобов'язань. Потрібний об'єктивний аналіз усіх уявних блоків, які ми використовуємо як пояснення причин наших невдач. Сповна перейняти на себе відповідальність за результати своєї діяльності непросто. Тому більшість перекладають на інших людей і обставини відповідальність за свої вчинки і дії.

Таблиця 2

Способи самопрограмування		Наявність у студентів (%)		
		в повній мірі	частково	ні
1	Самосхвалення	38%	45%	17%
2	Самозаохочення	25%	57%	18%
3	Самопримус	50%	45%	5%
4	Самопідбадьорювання	45%	47%	8%
5	Невдоволення собою	20%	62%	18%
6	Лихослів'я	2%	38%	60%

Відповідальність за себе – головна якість, яка властива зрілій, функціонуючій особистості, яка самоактуалізується. Такі люди відносять на свій рахунок заслуги і провину за те, що з ними відбувається. Невдахи приписують собі тільки успіх, а у своїх проблемах вони винять інших людей або нібито незалежні від них обставини. Людина з високим почуттям відповідальності намагається бути позитивною, оптимістичною, покладається на себе і здійснює самоконтроль. І навпаки, люди безвідповідальні є песимістами, які налаштовані на поразку, не мають цілей, боязливі, не впевнені в собі, до того ж невротичні і нестабільні.

Висновки і перспективи. Таким чином, з огляду на викладене приходимо до висновку, що підвищення рівня вмінь самоконтролю навчальної діяльності у студентів призведе до підвищення їх активності у навчальній діяльності, розвитку у них важливих особистісних якостей, тобто сприятиме розвитку та саморозвитку особистості. При цьому в основу освітнього процесу покладене усвідомлення кожним студентом мети вивчення навчального матеріалу, форм і методів своєї навчальної діяльності, умов контролю і самоконтролю успішності процесу навчання і звітності про його результати, помітно збільшується ступінь самостійності і відповідальності студентів за результати своєї навчальної праці.

Література:

1. Бабанский Ю. К. Оптимизация процесса обучения (общедидактический аспект) / Ю. К. Бабанский. – М. : Педагогика, 1994. – 560 с.
2. Крутецкий В. А. Психология : учебник / В.А. Крутецкий. - М. : Просвещение. – 1980 – 352 с.
3. Лында А. С. Методика формирования самоконтроля у учащихся в процессе учебных занятий / А.С. Лында. – М. : Знание, 1973. – 138 с.
4. Матвієнко Ю.С. Самоконтроль як складова розвитку особистості студента / Ю. С. Матвієнко // Вісник НТУ «Київський політехнічний інститут». - К., 2007. - №3. - Ч.1.
5. Полонский В. М. Словарь по образованию и педагогике / В. М. Полонский. – М. : Высшая школа, 2004. – 512 с.

В статье рассмотрены проблемы развития самоконтроля студентов, как одного из важнейших компонентов саморазвития личности. Приведены результаты проведенного эксперимента, посвященного исследованию уровня сформированности самоконтроля у студентов-инженеров. Отмечено влияние определенных качеств личности на его формирование.

Ключевые слова: саморазвитие, самоконтроль, самооценка, рефлексия, воля, самопрограммирование.

У статті розглянуто проблеми розвитку самоконтролю студентів, як одного з найважливіших компонентів саморозвитку особистості. Представлено результати проведеного експерименту, присвяченого

дослідженню рівня сформованості самоконтролю у студентів-інженерів. Визначено вплив визначених якостей особистості на його формування.

Ключові слова: саморозвиток, самоконтроль, самооцінка, рефлексія, воля, самопрограмування.

Student's self-control is considered as an essential component of personal self-development. Problems of its development are noted. We present the result of the experiment that is devoted to the study of the level of formation of self-control among students-engineers. The influence of certain personality traits to its formation was marked and substantiated.

Keywords: self-development, self-control, self-esteem, reflection, will, self-programming.

УДК 371. 123: 371. 3: 51

Л.О. Мільто
м. Київ, Україна

ПЕДАГОГІЧНА МАЙСТЕРНІСТЬ І ТЕХНОЛОГІЯ ЯК ЧИННИКИ ЕФЕКТИВНОГО РОЗВ'ЯЗАННЯ КОМУНІКАТИВНИХ ЗАДАЧ

Сучасні вимоги до професійної підготовки майбутніх учителів становлять перед вищими закладами освіти нові завдання, одним із яких є формування комунікативної компетентності педагога, що припускає володіння уміннями та навичками професійного спілкування для забезпечення ефективного розв'язання педагогічних комунікативних задач. Успішне вирішення педагогічних задач можливе лише у тому випадку, якщо вчитель знає специфіку педагогічного спілкування, професійно володіє мовою і нормами мовної поведінки, що забезпечують результативність ефективність діяльності педагога та розвиток його педагогічної майстерності.

Педагогічну діяльність вчителя можна уявити у вигляді множини різноманітних педагогічних задач різного рівня: стандартних і нестандартних, стратегічних, тактичних, оперативних та ін. Предметом педагогічної задачі можуть виступати знання учнів, їх особистісні якості і відношення – всі характеристики, які можна якісно змінити. Щоб ефективно розв'язувати комунікативні задачі, вчитель повинен бути професійно компетентним.

Педагогічна компетентність – це специфічні здібності, необхідні для ефективного виконання конкретної професійної дії педагога в конкретній предметній сфері, яка охоплює фахові знання, предметні навички, способи мислення, розуміння відповідальності за свої дії, а також здатність до адекватної оцінки ситуації, її змісту, цілей, завдань і норм з точки зору власних і загально значимих цінностей.

Практика показує, що не лише молоді вчителі, але й більш досвідчені зустрічаються з професійними труднощами у процесі розв'язання комунікативних задач. Саме тому в процесі педагогічної підготовки студентам потрібно дати не лише базові уявлення про теорію і технологію розв'язання комунікативних задач, а сприяти формуванню педагогічної компетентності майбутнього вчителя.

Аналіз публікацій і досліджень, в яких започатковано розв'язання даної проблеми показує, що вирішення комунікативних задач – одна з найважливіших проблем педагогіки, яка в силу своєї значущості й актуальності привертає постійну увагу педагогів і психологів. Проблеми, присвячені педагогічній майстерності і теорії та технології педагогічної комунікації знайшли відображення у працях А. Добровіча, О. Дубасенюк, Ю. Кулюткіна, В. Кан-Калика, І. Зязюна, О. Леонтьєва, Г. Сухобської, Л. Спіріна та інших.

У навчально-виховному процесі учитель вирішує величезну кількість педагогічних задач, тому не випадково, що професійна діяльність педагога розглядається як один із видів практичного мистецтва, який знаходить своє відображення в тому як педагог вирішує комунікативні задачі.