

УДК 378.032-057.875

**Тамара Герантія,**  
аспірант Полтавського національного  
педагогічного університету імені В. Г. Короленка

## **ЕФЕКТИВНЕ ПРОФЕСІЙНЕ СТВЕРДЖЕННЯ СТУДЕНТІВ ФІЛОЛОГІЧНОГО НАПРЯМКУ ЯК РЕЗУЛЬТАТ ВИХОВАННЯ ТА ВИКОРИСТАННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПРОФЕСІЙНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

*Автор надає важливості питанню формування педагогічних умов, сприятливих для виховання та використання саморегуляції професійної діяльності у студентів філологічного напрямку. Використовує методiku визначення рівня локуса контролю, та порівнює отримані результати з принципами процесу саморегуляції діяльності. Отримані результати сприятимуть самостановленню особистості, відповідальності за свої дії та результат, соціально-професійній зрілості кожного студента.*

**Ключові слова:** професійна саморегуляція, професійне самовизначення особистості, локус контролю.

*Автор указывает на важность вопроса о формировании педагогических условий, способствующих воспитанию и использованию саморегуляции профессиональной деятельности у студентов филологического направления. Использует методiku определения уровня локуса контроля, и сравнивает полученные результаты с принципами процесса саморегуляции деятельности. Полученные результаты будут способствовать самостановлению личности, ответственности за свои действия и результат, социально-профессиональной зрелости каждого студента.*

**Ключевые слова:** профессиональная саморегуляция, профессиональное самоопределение личности, локус контроля.

*The author points out the importance of forming the pedagogical terms, that will help in training and further usage of professional self-regulation among students of philological direction. The author uses a methodology for determining the level of locus of control, and compares the results with the principles of self-regulation activities. The received results will further the self-growth of a person, responsibility for own actions and the results, social and professional maturity of each student.*

**Key words:** professional self-regulation, professional self-identity, locus of control.

К. Д. Ушинський писав: «Природа країни і історія народу, відображаючись в душі людини, виражаються в слові. Людина зникала, але слово, нею створене, залишалося безсмертною і невичерпною скарбницею

мови; кожне слово, кожна його форма є результат думки і відчуттів людини, через які відображається в слові природа країни і історія народу». Особистість, в процесі всього життєвого шляху, розвивається разом з пізнаннями в мові. Вивчення мови, як рідної так і іноземної, є важливим чинником формування комунікативних якостей особистості. У сучасному освітньому процесі важливу роль відіграє вивчення іноземної мови, що допомагає студенту проявити себе як багатогранну особистість, комфортно відчувати себе в іншомовному середовищі. Вивчення нової мови – це спосіб до пізнання через мову нової культури, прагнення до досягнення нових цілей в навчанні і майбутній професії. Як писав Л. С. Виготський, для особистості характерна «не слабкість волі, а слабкість мети». З визначенням мети студента вивчити нову для себе мову і пов'язати свою майбутню діяльність з новими пізнаннями, з'являється упевнена мета в саморозвитку і самостановленні як професіонала у обраній сфері діяльності. Саме на прагнення студента до постановки та досягнення мети, покращення результатів та їх впровадження в своє майбутнє життя слід звертати особливу увагу під час навчання у ВНЗ. Тому ми приділяємо особливу увагу формуванню сприятливих педагогічних умов для розвитку та подальшого використання здібності до саморегуляції професійної діяльності серед студентської молоді, а саме серед студентів, які відкривають для себе нові знання у мовному просторі – студентів філологічних спеціальностей.

Теоретичне підґрунтя для статті становлять основні положення про регуляцію діяльності (К. О. Абульханова-Славська, О. О. Конопкін, Ю. М. Кулюткін, Е. Д. Телегіна, А. С. Шаров), регулятивний підхід до життєдіяльності людини (П. К. Анохін, О. О. Конопкін, С. Л. Рубінштейн, І. М. Сеченов).

Зазначимо, що в період навчання у ВНЗ, студент, як особистість, визначає для себе професійний шлях, прагне до професійного становлення і самовираження, що включає використання здібності до саморегуляції. Спираючись на наукові праці з обраної проблеми, визначимо прагнення особистості студента до професійного самовизначення як потребу в усвідомленні, визначенні і розвитку своїх професійно-особистісних якостей і можливостей, що виявляється в особливостях регуляції професійної активності. Професійну саморегуляцію опишемо як системно-організований процес внутрішньої психічної активності людини по усвідомленню, побудові, підтримці і управлінню видами і формами діяльності особистості, що реалізує досягнення професійних цілей. Для здійснення цього процесу слід означити професійне самовизначення, що проявляється в зовнішній і внутрішній активності особистості студента, яке можна виявити за рівнем розвитку локуса контролю.

Саморегуляція діяльності впливає на ряд особистісних

---

характеристик людини, зокрема на професійне становлення. У процесі розвитку людини як суб'єкта праці, формуються і виявляються її здібності до побудови життєвих планів, які служать регуляторами поведінки. У нашому випадку звернемося до професійних планів, які, на думку Є. О. Клімова, у молоді можна розглядати як суб'єктивний регулятор професіоналізації. У процесі навчання у ВНЗ студенти прагнуть реалізувати ці плани, прагнуть до професійного самовизначення. Саме здатність до саморегуляції професійної діяльності сприяє більш природньому і результативному виконанню цього процесу. З використанням цієї здатності забезпечується управління процесом досягнення професійних цілей. Відбувається усвідомлене порівняння можливих результатів, їх коректування і прагнення до професійного зросту особистості та планування перспектив професійного шляху, з урахуванням особистісних здібностей, бажань, інтересів і схильностей. Метою даної статті є розвиток у студентів уявлень про свою майбутню професію за допомогою здатності до саморегуляції і визначення локуса контролю особистості. Поняття локусу контролю було визначено американським психологом Джуліаном Роттером. Говорячи про локус контролю особистості мають на увазі схильність людини бачити джерело керування своїм життям або в зовнішньому середовищі, або в собі. За Дж. Роттером, існує два типи локусу контролю: інтернальний і екстернальний. Інтернальний локус контролю визначається тоді, коли людина здебільшого приймає відповідальність за події, які відбуваються в її житті, на себе, пояснюючи їх своєю поведінкою, характером – інтернали. Екстернальний локус контролю свідчить про те, що людина схильна приписувати відповідальність за все, що відбувається, зовнішнім факторам: іншим людям, долі або випадковості, навколишньому середовищу – екстернали.

Ми провели тестову методику «Рівень суб'єктивного контролю» (РСК) (студенти відповідали на 44 питання за градацією 7-бальної шкали (від -3 до 3), потім підраховувалась сума балів за кожною шкалою (**Шкала 1. Інтернальність у сфері досягнень.** *Високі показники* за цією шкалою відповідають високому рівню суб'єктивного контролю над емоційно позитивними подіями та ситуаціями. Такі особистості вважають, що усіх гарних результатів, що були і є в їхньому житті, вони досягли самі і що вони здатні успішно переслідувати власні цілі і в майбутньому. *Низькі показники* свідчать про те, що особистість приписує власні успіхи та досягнення зовнішнім обставинам – везінню, щасливій долі або допомозі інших людей.

**Шкала 2. Інтернальність у сфері невдач.** *Високі показники* за цією шкалою свідчать про розвинуте почуття суб'єктивного контролю відносно негативних подій та ситуацій, що проявляється у схильності звинувачувати самого себе в різноманітних невдачах та неприємностях. *Низькі показники*

---

свідчать про те, що особистість схильна приписувати відповідальність за негативні події іншим людям або вважати їх наслідком невезіння.

**Шкала 3. Інтернальність у сфері сім'ї і стосунків з батьками.** *Високі показники* свідчать про те, що особистість вважає свої дії важливим фактором формування сімейних стосунків, почувається здатною суттєво впливати на сімейну ситуацію та визначати власний особистісний розвиток в умовах сімейного виховання. *Низькі показники* вказують на те, що особистість не схильна брати на себе відповідальність за сімейну атмосферу, за те, як складаються стосунки з батьками.

**Шкала 4. Інтернальність у навчальній діяльності і стосунках з викладачами.** *Високий показник* свідчить про те, що особистість почувається здатною контролювати ситуацію власної успішності у навчанні та спілкуванні з викладачами. *Низький показник* характеризує особистостей, які схильні перекладати відповідальність за результати власної навчальної діяльності та спілкування з викладачами на зовнішні обставини та самих викладачів.

**Шкала 5. Інтернальність у сфері спілкування.** *Високий показник* свідчить про те, що особистість почувається спроможною контролювати власні неформальні стосунки з оточуючими, викликати до себе повагу та симпатію, заводити друзів. *Низький показник* свідчить про те, що особистість не вважає себе здатною активно формувати власне коло спілкування, вважає свої стосунки результатом дій з боку оточуючих.

**Шкала 6. Інтернальність у галузі здоров'я і хвороб.** *Високий показник* свідчить про схильність брати на себе відповідальність за стан власного здоров'я та захворювання, власні здорові та шкідливі звички і спосіб життя. *Низький показник* свідчить про нездатність до свідомого контролю стану власного здоров'я, власної поведінки відносно здоров'я, неохочість брати на себе відповідальність за хвороби та одужання.

**Шкала 7. Інтернальність у сексуальній сфері.** *Високий показник* свідчить про проявлення особистістю відповідальності за початок статевого життя, його перебіг та наслідки. *Низький показник* свідчить про схильність приписувати відповідальність за особливості власних сексуальних стосунків випадковим обставинам, тиску оточуючих, умовам сімейного виховання або іншим зовнішнім чинникам.

**Шкала 8. Інтернальність у сфері внутрішнього світу.** *Високий показник* свідчить про схильність до свідомого контролю за власними емоційними переживаннями, змістом внутрішнього світу та духовного розвитку. *Низький показник* свідчить про нездатність особистості до контролю ситуацій у внутрішньому світі, невміння керувати власними емоціями та приписування відповідальності за зміст та узгодженість власних душевних та духовних переживань зовнішнім факторам та впливам інших людей.

---

**Шкала 9. Інтернальність у галузі життєвої перспективи (майбутнього).** *Високий показник* свідчить про відповідальне ставлення до формування бажаного майбутнього, постановки і досягнення життєвих цілей. *Низький показник* свідчить про власну неспроможність визначати ситуацію власного майбутнього, приписування відповідальності за планування і досягнення запланованого зовнішнім обставинам.

**Шкала 10. Інтернальність у сфері власних захоплень і розваг (дозвілля).** *Високий показник* свідчить про активну позицію відносно проведення дозвілля, здатність до самостійного та відповідального планування власного дозвілля, цікавого проведення вільного часу. *Низький показник* свідчить про несхильність до свідомого контролю способів проведення дозвілля та відповідального вибору захоплень та розваг.

**Шкала загальної інтернальності.** *Високий показник* за цією шкалою свідчить про високий рівень суб'єктивного контролю над ситуаціями. Особистість з високим показником вважає, що більшість важливих подій в її житті було результатом її власних дій, що вона спроможна до управління своїм життям, відчуває власну відповідальність за події і за те, як складається життя в цілому. *Низький показник* за цією шкалою свідчить про низький рівень суб'єктивного контролю. Особистість з низьким показником не виявляє зв'язку між власними діями і значимими подіями свого життя, не вважає себе здатною контролювати їх розвиток і вважає, що результати діяльності отримано завдяки випадку або дій з боку інших людей), потім для порівняння результатів ми перевели отримані бали у стени (стандартні оцінки), що дало змогу зробити висновки щодо екстернальності (коли набрані бали були менші за 5,5 стени) та інтернальності (коли набрані бали були більше 5,5 стени)). Опитування проводилось серед студентів філологічного факультету Східноукраїнського національного університету імені Володимира Даля, спеціальність «Переклад», IV курс навчання. Загальна кількість опитаних 72 студента (53 дівчини та 19 хлопців).

Отримані були наступні результати:

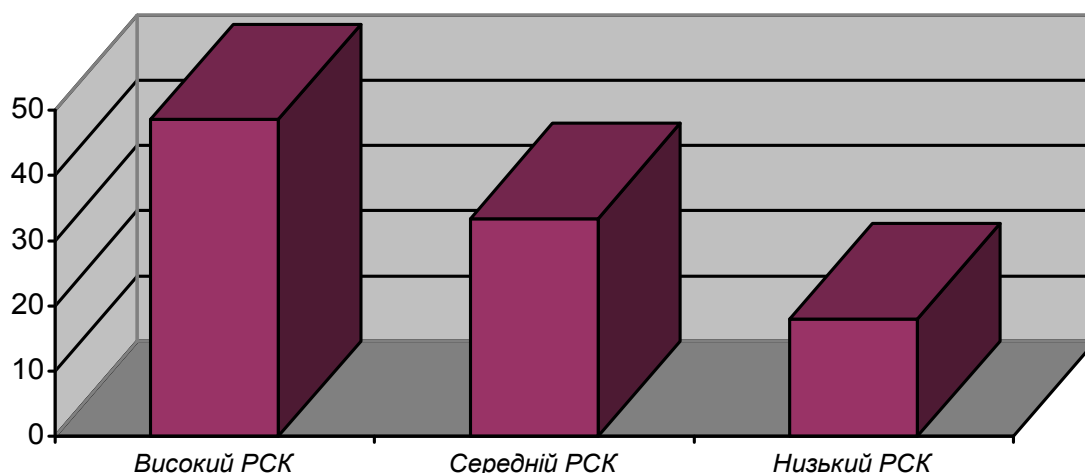
За отриманими результатами нам вдалось виділити три рівні суб'єктивного контролю в опитаних студентів, які відображено у таблиці 1:

– високий рівень суб'єктивного контролю виявлено у 35 опитаних студентів (48,6 %) (інтернали);

– середній рівень суб'єктивного контролю відмітили у 24 опитаних (33,4 %);

– низький рівень – у 13 опитаних у групі студентів (18 %) (екстернали).

## Результати методики РСК (у %)



Опитану групу можна охарактеризувати за узагальненими результатами відповідей: за шкалою загальної інтернальності: у більшості визначено високий рівень, показник у нормі; за шкалою інтернальності в сфері досягнень: виявлено середній рівень показників; за шкалою інтернальності в сфері невдач виявлено високі показники, що характеризує більшість опитаних як особистостей з високим рівнем суб'єктивного контролю, що свідчить про їх відповідальність за результати діяльності навіть у негативних ситуаціях; за шкалою інтернальності в сфері сім'ї і стосунків з батьками виявлено високі показники, що свідчить про відчуття власної відповідальності за події, які відбуваються у сфері сімейних стосунків та взаємин з батьками; за шкалою інтернальності в навчальній діяльності і стосунках з викладачами виявлено середні показники, що може свідчити про ще не достатньо сформований рівень розвитку відповідальності за власні учбові та професійні успіхи або невдачі, у цьому випадку необхідно використовувати здатність до саморегуляції як у навчальному процесі так і в професійній активній діяльності; за шкалою інтернальності у сфері спілкування виявлено високі показники, що свідчить про те, що особистість здатна підтримувати на належному рівні як формальні, так і неформальні відносини з оточуючими, викликати до себе повагу та симпатію; за шкалою інтернальності у галузі здоров'я і хвороб виявлено низькі показники, що свідчить про те, що особистість вважає хворобу випадковістю, та сподівається що одужання можливе лише за допомогою оточуючих, насамперед – лікарів; за шкалою інтернальності в сексуальній сфері виявлено високі показники, що свідчить про високу власну відповідальність за початок статевого життя; за шкалою інтернальності у сфері внутрішнього світу виявлено середні показники, що свідчить про вміння керувати власними емоційними станами, проте і про

вплив зовнішніх факторів та оточуючих; за шкалою інтернальності в галузі життєвої перспективи та майбутнього виявлено високі показники, що свідчить про чітко сформоване уявлення про майбутнє життя, професійну діяльність; за шкалою інтернальності у сфері власних захоплень і розваг виявлено середні показники, що свідчить про активну позицію з приводу проведення вільного часу, проте і про прислухання до точки зору оточуючих, друзів.

У процесі проведення тестової методики ми порівняли дані відповідей опитаних з основними принципами процесу саморегуляції, обґрунтованими В. І. Моросановою:

– *Планування* виявляється в індивідуальних особливостях цілепокладання з боку усвідомленості і автономності процесу визначення цілей, їх дієвості, реалістичності, стійкості.

– *Моделювання* виражається в розвиненості уявлень про систему зовнішньо і внутрішньо значущих для досягнення мети умов, ступінь їх усвідомленості, деталізованості і адекватності.

– *Програмування* – це усвідомлена побудова суб'єктом способів і послідовності своїх дій для досягнення прийнятих цілей. Розвиненість програмування свідчить про сформовану потребу продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей, про стійкість продуманих програм дій.

– *Оцінювання результатів* – це адекватність, автономність оцінки людиною себе і результатів власної діяльності і поведінки, стійкість суб'єктивних критеріїв оцінки успішності досягнення результатів.

Виявлений рівень локусу контролю може свідчити про розвиток принципів процесу саморегуляції діяльності та подальше приділення уваги до їх розвитку. Визначимо, що у інтерналів більш розвинені процеси планування і програмування, їм притаманна об'єктивна оцінка себе та інших людей, упевненість у собі, висока стійкість до негативних впливів, а у екстерналів – моделювання і оцінювання результатів. Інтернали характеризуються розвиненим високим рівнем саморегуляції, спроможні контролювати негативні емоції, зберігаючи упевненість у власних можливостях, та подальшу успішну і ефективну діяльність. Екстернали характеризуються за низьким рівнем саморегуляції, невпевненістю в своїх можливостях, мають занижену самооцінку, залежність від обставин або випадку, зовнішніх оцінок. Інтернали виявляють у своїй діяльності наступні якості: наполегливість, цілеспрямованість, активність, розвинений самоконтроль, впевненість у собі, схильність до самостійного підходу до виконання поставленого завдання, вони більш спокійні і доброзичливі, більш популярні. Для екстерналів характерно те, що названі якості у них майже не проявляються, їх діяльність пов'язана з опорою на вказівки з боку оточуючих, з орієнтацією на поради, підказки. Екстерналів характеризують підвищена тривожність, стурбованість, менша терпимість

---

до інших і підвищена агресивність, конформність, менша популярність.

Після проведеної методики ми повідомили студентів, що на наступному занятті їм потрібно буде підготувати презентацію або виступ стосовно своєї майбутньої професії викладача-філолога. Було запропоновано декілька варіантів для здійснення поставленого завдання, проте кожен обирав самостійно та усвідомлено. Більшість студентів креативно та впевнено підійшли до виконання завдання, було представлено самостійні, цікаві презентації та виступи. На нашу думку сукупність проведеного опитування та творче самовираження студентів за допомогою саморегуляції професійної діяльності, дало змогу виявити та ствердити кінцеву професійну мету кожного студента. Вкажемо, що застосування саморегуляції у професійному визначенні студента та формування сприятливих педагогічних умов для цього процесу сприяє прагненню до професійного самоствердження, розвитку професійних уподобань, конкурентоспроможному мисленню, рефлексивним навичкам, підвищенню самооцінки та впевненості у собі. Визначення спрямованості локусу контролю у виконанні діяльності, самостійності або залежності людини в досягненні мети, робить регулюючий вплив на стан особистості, виокремлюючи особистісні стратегії поведінки та дії з вирішення поставлених задач по відношенню до кризових, сімейних та виробничих ситуацій, відіграючи не останню роль у формуванні міжособистісних стосунків у студентській групі, з викладачами та в подальшому у професійній сфері.

### **СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ**

1. Маркова А. К. Психология труда учителя / А. К. Маркова. – М. : Просвещение, 1993. – 80 с.
2. Зимняя И. А. Психология обучения неродному языку / И. А. Зимняя. – М. : Русс. яз., 1989. – 219 с.
3. Моросанова В. И. Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов / В. И. Моросанова, Р. Р. Сагиев // Вопросы психологии. – 1994. – № 5. – С. 134–140.