

вання культури здоров'язбереження як світоглядної орієнтації майбутніх фахівців соціономічного профілю і необхідна для підвищення ефективності цього процесу.

Таким чином, впровадження стандартів нового покоління в установах вищої освіти дає можливість зробити кожний освітній заклад центром культури здоров'я та здоров'язберігаючих технологій, а його випускників – фахівцями, компетентними не лише в галузі своєї спеціальності, але і в зміцненні та збереженні індивідуального й громадського здоров'я.

1. Конституція України, 28 червня 1996 р.
2. Амосов М. М. Роздуми про здоров'я. Київ : Здоров'я, 1989. 62 с.
3. Апанасенко Р. Л., Попова Л. А. Медична валеологія. Київ : Здоров'я, 2005.
4. Бойченко Т. Є Здоров'язберігаюча компетентність як ключова в освіті України. *Основи здоров'я і фізична культура*. 2008. № 11–12. С. 6–7.
5. Вацеба О. Особливості зародження і формування в Україні наукової думки в галузі фізичної культури. *Науковий 32 часопис Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Серія 5 : Педагогічні науки: реалії та перспективи*. Київ, 2009. Вип. 14. С. 49–54.
6. Волоненко Н. Б., Богатов О. І., Кулявець Ю. В. Ідеологія здоров'я в рамках викладання дисципліни “Безпека життєдіяльності”. URL: <http://www.kpi.kharkov.ua/archive/%D0%9D%D0%B0%D1%83> (дата звернення: 11.08.2012).
7. Горашук В. П. Формирование культуры здоровья школьников (теория и практика) : монографія, Луганск : Альма-матер, 2003. 376 с.
8. Зимняя И. А. Ключевые компетенции – новая парадигма результата образования. *Высшее образование сегодня*. № 5. 2003. С. 12.
9. Кривошеєва Г. Л. Система формування культури здоров'я студентів. *Рідна школа*. 2000. № 5. С. 66–67.
10. Сивохоп Я. М. Основні підходи щодо формування навичок здорового способу життя учнівської молоді. *Науковий вісник Ужгородського національного університету. Серія : “Педагогіка. Соціальна робота”*, 2010. № 18. С. 94–98.
11. Сорокіна Н. Г. Вплив державної молодіжної політики на формування ціннісних орієнтацій сучасної молоді. *Держава та регіони. Серія : Державне управління*. 2013. № 1. С. 183–187.
12. Шиян Б. М. Теорія і методика наукових педагогічних досліджень у фізичному вихованні та спорті : [навч. посіб.]. Тернопіль : Навчальна книга, Богдан, 2008. 276 с.

*The article describes the psychological characteristics of the attitude to students' own health, identifies the system of individual electoral connections of the individual with various phenomena surrounding reality, which contribute to or, conversely, threaten the health of people. Based on the psychological concept of “relationship”, they formulated the understanding of “attitude to health”. The analysis of the lifestyle dynamics of future social specialists was conducted.*

**Keywords:** health, healthy way of life, health-saving competencies, health-saving technologies.

УДК 159:364.2: [923.3]

Любомира Пілецька, Юлія Когут

doi: 10.15330//vpufrn.22.87-91

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ПІДЛІТКІВ

*У статті проаналізовано соціально-психологічні особливості саморегуляції підлітків. Визначено, що саморегуляція підлітків формується під впливом соціально-психологічних чинників, які здатні перетворитися в регульовальні способи поведінки, внаслідок чого з'являються різні психологічні новоутворення, підвищується або знижується рівень особистісної системи, змінюється режим її функціонування. Зроблена спроба пояснити регуляцію поведінки підлітків через побудову структурно-функціональної моделі, яка включає: самооцінку, рівень домагань, життєві цілі і цінності, локус контролю, мотивацію досягнення. Таким чином, процес саморегуляції відображається як цілісна, інформаційно відкрита система, котра постійно зазнає як зовнішнього, так і внутрішнього впливу.*

**Ключові слова:** підлітковий вік, саморегуляція, самооцінка, локус контролю, “Я-концепція”.

**Постановка проблеми.** Підлітковий вік справедливо вважається одним із найскладніших періодів життя людини. Підлітки часто пробують себе в різних сферах і не можуть завершити розпочаті справи, емоційно реагують на звичні ситуації і взагалі

мають проблеми із саморегуляцією. Як наукова проблема саморегуляція підлітків вирізняється складністю, багатомірністю та неоднозначністю. Все це через те, що саморегуляція є провідним і важливим психічним процесом будь-якого виду життєдіяльності особистості, а особливо – у підлітковому віці. Адже на будь-якому віковому етапі процес входження індивіда в суспільство вимагає засвоєння ним соціальних норм, цінностей та досвіду, необхідних для успішної життєдіяльності. Саме тому у період дорослішання особливо складною виявляється саморегуляція поведінки підлітків. Адже вони вирізняються неадекватними психогенними реакціями, нескоординованими формами поведінки, дезадаптивними вчинками, що визначає необхідність вивчення феномена саморегуляції в перехідному віці. Слід зауважити, що в цей період спостерігається становлення естетичних смаків, ціннісних орієнтацій та моральних переконань, на основі яких починають регулювати свою поведінку.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема психологічних чинників саморегуляції поведінки людини досліджувалася і постійно актуалізується вченими різних напрямів психологічної науки. У працях І.Д. Бежа, М.Й. Боришевського, С.Д. Максименка, М.В. Савчина, О.Я. Чебикіна знаходять висвітлення питання активності людини як суб'єкта власної діяльності та поведінки. Предметом вивчення зарубіжних вчених (Д. Аткинсон, Д. Роттер, Х. Хекхаузен, Г. Шерінгтон) були мотиваційні установки: життєві цілі, прагнення до успіху, локус контролю, когнітивний дисонанс. Щодо вивчення особливостей саморегуляції поведінки зростаючої особистості, зокрема підлітків, можна виділити цілий ряд робіт сучасних українських вчених (Д.М. Чижми, В.І. Ілійчука, Т.В. Кириченко та ін.). Таким чином, саморегуляція є функціональною характеристикою особистості, процесом взаємозв'язку та взаємоузгодження різних завдань зі станом суб'єкта.

Загальноприйнятим є визначення саморегуляції як системи психічного самовпливу з метою свідомого управління особистістю своїми психічними станами у відповідності з вимогами ситуації та доцільністю. Саморегуляція може здійснюватися на неусвідомленому рівні за допомогою підтримки внутрішнього гомеостазу і пристосувальної поведінки (наприклад, ситуація небезпеки викликає стан напруги, тривоги, стресу, готовності діяти) та бути свідомим, довільним процесом на основі засвоєння спеціальних методів мобілізації внутрішнього потенціалу людини, котрий у звичайному житті є неактуалізованим. Соціально-психологічні чинники формування саморегуляції закріплюються у психологічній організації особистості як функціональні способи її перетворень, у результаті яких з'являються різні психологічні новоутворення, підвищується або знижується рівень особистісної системи, змінюється режим її функціонування. Щоб пояснити регуляцію поведінки було введено ряд понять: рівень домагань, життєві цілі, локус контролю, мотивація досягнення [5]. До структурно-функціональних складових системи саморегуляції особистості відносяться цінності, цілі, ідеали, образ "Я", рівень домагань та самооцінка [3; 4; 6].

В.І. Ілійчук розглядає саморегуляцію у взаємозв'язку з різними компонентами самосвідомості (такими як Я-концепція, самоставлення, спрямованість, мотивація, часова перспектива, ціннісні орієнтації, життєві цілі, ідеали) та їх регуляторними властивостями [4].

Цікавою є думка дослідниці Т.В. Кириченко. Вона виділяє такі механізми процесу саморегуляції в підлітковому віці: рівень домагань, ціннісні орієнтації, локус контролю, мотивація схвалення, потреби у досягненні успіху. При цьому, автор вважає, що всі виділені механізми перебувають у постійній взаємодії [5].

**Мета статті** – визначити соціально-психологічні особливості саморегуляції підлітків.

**Виклад основного матеріалу і результатів дослідження.** Психологічні механізми саморегуляції поведінки особистості підлітка є структурним утворенням самосвідомості, що інтегрує у собі здатність визначати ціннісні орієнтації, здібність досягати мети адекватно внутрішнім потенціалам, можливість самоконтролю, прагнення до успіху (самореалізації), потребу соціального самоствердження та визнання. Специфіка психологічних механізмів саморегуляції поведінки зростаючої особистості полягає в тому, що кожний психологічний механізм має автономний рівень розвитку і в той же час дане особистісне утворення лише в цілісності виступає регулятором поведінки підлітка.

На основі проведеного аналізу соціально-психологічних чинників саморегуляції поведінки підлітків, можна побудувати структурно-функціональну модель взаємозв'язку цих чинників між собою. Найважливішим регулятором, своєрідним фундаментом, з якого можна розпочати модель, ми вважаємо цінності. Адже саме цінності виступають тією основою, з якої починають формуватися ідеали, цілі та соціальні очікування.

Наступним важливим елементом ми назвемо самооцінку, яка знаходиться у взаємозв'язку з образом "Я". Самооцінка формується під впливом соціальних очікувань. Проявляється вплив ставлення оточуючих людей до конкретного індивіда. Якщо йде схвалення певної поведінки підлітка, то його самооцінка піднімається (зміцнюється у своїх позиціях), якщо, навпаки, осуд, тоді самооцінка знижується.

Також значний вплив на рівень самооцінки виконує рівень домагань. Коли вимоги підлітка до себе високі і він виконує поставлені перед собою завдання, відповідно самооцінка підсилюється. Те ж можна сказати про поставлені перед підлітком невиконані задачі, які підривають його самооцінку. Рівень домагань у свою чергу має прямий вплив на цілі, які підліток буде формувати перед собою в залежності від поставлених до себе вимог. Відповідне коригування рівня домагань впливає як на самооцінку підлітка, так і на його образ "Я", а також на потреби у досягненні успіху.

Багатьом підліткам властива потреба у досягненні успіху (робити щось краще за всіх), бути лідером серед однолітків. Саме від цього чинника підлітки можуть формувати перед собою цілі. На нашу думку, такі потреби мають вплив на самооцінку і взаємовплив з образом "Я". У свою чергу соціальні очікування однолітків, батьків, вчителів чи інших важливих для підлітка осіб корегують його потреби у досягненні успіху, впливають на образ "Я", самооцінку, локус контролю та на його цілі.

Таким чином можна описати кожен з соціально-психологічних чинників саморегуляції підлітків. Нами описані найбільш впливові, на нашу думку, взаємозв'язки і побудована структурно-функціональна модель чинників саморегуляції підлітків.

Ми вважаємо, що всі описані чинники взаємопов'язані між собою і їх коливання загалом і впливає на саморегуляцію поведінки людей, в тому числі підлітків. Завдяки регуляторним процесам людина спроможна ставити перед собою свідомі цілі, будувати концепцію їх досягнення, розвивати власні психічні особливості.

Коли розглядати внутрішньогрупову взаємодію підлітків та прояви саморегуляції у ній, можливо з'ясувати закономірності і механізми, що підпорядковують поведінку конкретного індивіда у реальній соціальній групі. Адже в залежності де і з ким перебуває в конкретний момент підліток, на його поведінку і здійснення саморегуляції будуть впливати конкретні чинники.

Так, наприклад, коли підліток знаходиться в школі у своєму класі на уроці, то його саморегуляція буде здійснюватися, на нашу думку, через соціальні очікування вчителів, якщо підліток буде на перерві серед однолітків, то його поведінка буде відповідати, в першу чергу, соціальним очікуванням його шкільної групи, їх цінностям, цілям та ідеалам. у залежності від самоідентифікації свого образу "Я" на відповідність педагогічним, груповим соціальним очікуванням (ідеалам чи цілям) буде балансувати

самооцінка підлітка і коригуватися власна поведінка відповідно до неї (самооцінки). А також будуть зазнавати змін власні цілі, цінності та ідеали. Саме тому саморегуляція постає специфічною формою взаємодії людини з навколишнім світом, виявляючись у самодетермінації, контролі своєї поведінки, виробленні вольових якостей, свідомій постановці завдань, мобілізації психічних і фізичних потенціалів у досягненні поставлених цілей, виробленні стилю взаємодії з іншими.

Таким чином, процес саморегуляції відображається як цілісна, замкнута, інформаційно відкрита система, котра постійно зазнає як зовнішнього, так і внутрішнього впливу. Структурно повноцінний регуляторний процес неминучий в успішному досягненні суб'єктом поставленої мети.

Вважаємо, що завдяки запропонованій моделі функціональної структури психічної саморегуляції батьки, педагоги можуть здійснювати найбільш оптимальну й ефективну побудову процесу саморегуляції підлітків, використовувати її найрізноманітніші форми.

Подальше дослідження зазначеної проблеми може бути спрямоване на емпіричну перевірку структурних компонентів теоретичної моделі.

**Висновки.** Таким чином, нами обґрунтовані теоретичні аспекти поняття саморегуляції, які були розглянуті у психологічній науці багатьма вченими під різними кутами зору, описані та проаналізовані провідні соціально-психологічні чинники саморегуляції поведінки підлітків (цінності, цілі, ідеали, рівень домагань, локус контролю, образ Я та ін.) та визначені їх особливості формування у підлітковому віці; структуровано отримані дані та на їх основі побудовано структурно-функціональну модель чинників саморегуляції поведінки підлітків, запропоновано бачення підходу щодо впливу на саморегуляцію поведінки, що полягає у виявленні специфіки, динаміки, взаємозв'язків між провідними механізмами, застосуванні психолого-педагогічних методів, що впливають на процес становлення саморегуляції поведінки підлітків. Встановлено, що саморегуляція поведінки розглядається як єдність соціальних та психологічних (вольових, рефлексивних, мотиваційних) проявів свідомості й самосвідомості індивіда; сукупність установок, вчинків, дій, завдяки яким особистість здійснює власну поведінку, обираючи адекватні та морально виважені засоби її втілення в навколишньому світі. Проведений аналіз та запропонована структурно-функціональна модель чинників саморегуляції поведінки потребує подальшої емпіричної перевірки.

1. Бех І. Д. Вибрані наукові праці. Виховання особистості. Чернівці : Букрек, 2015. 640 с.
2. Боришевський М. Й. Дорога до себе. Від основ суб'єктності до вершин духовності. Київ : Академвидав, 2010. 158 с.
3. Галян І. М. Психологічний аналіз сутності саморегуляції як особистісної здатності. *Збірник наукових праць: філософія, соціологія, психологія*. Івано-Франківськ : Вид-во ДВНЗ "Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника", 2015. Вип. 20. Ч. 1. С. 154–161.
4. Глійчук В. І. Саморегуляція підлітків у подоланні конфліктної поведінки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / Прикарпатський ун-т ім. В. Стефаника. Івано-Франківськ, 1996. 192 с.
5. Кириченко Т. В. Механізми саморегуляції поведінки як психологічні умови формування особистості. *Гуманітарний вісник ДВНЗ "Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди"* : збірник наукових праць. Переяслав-Хмельницький, 2011. Вип. 21. С. 385–389.
6. Rotter J. B. Some problems and misconceptions related to the construct of internal versus external control of reinforcement. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*. 1975. Vol. 43. P. 56–67.

*The article analyzes socio-psychological peculiarities of adolescent self-regulation. It is determined that self-regulation of adolescents is formed under the influence of socio-psychological factors that can transform into regulatory behaviors, resulting in different psychological neoplasms, increases or decreases the level of the personal system, changes the mode of its functioning. An attempt is made to explain the regulation of*

---

---

*adolescent behavior through the construction of a structural and functional model, which includes: self-esteem, level of aspirations, life goals and values, locus of control, motivation for achievement. Thus, the process of self-regulation is displayed as a holistic, informationally open system that constantly experiences both external and internal influence.*

**Keywords:** *adolescence age, self-regulation, self-evaluation, locus of control, "I-concept".*

УДК 159: 364.2: [923.3]

Любомира Пілецька, Марія Петричук

doi: 10.15330//vpu.fpn.22.91-96

## СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДЕВІАНТНОЇ ПОВЕДІНКИ ПІДЛІТКІВ

*У статті проаналізовано соціально-психологічні особливості девіантної поведінки підлітків. Визначено, що на фоні кризових явищ суспільства, спостерігається загострення форм прояву підліткових девіацій. Емпірично з'ясовано особливості прояву девіантної поведінки підлітків. Найбільш характерними серед яких є наступні: підвищена тривожність, висока фрустрованість, відсутність моральної саморегуляції, негативні взаємини з батьками. Емпіричний зріз довів необхідність впровадження психокорекційної програми соціально-психологічного супроводу підлітків як протидії психологічному насилью, деструктивним формам поведінки в підлітковому середовищі.*

**Ключові слова:** *підліткова криза, фрустрованість, девіантна поведінка, делінквентна поведінка.*

**Постановка проблеми.** Підлітковий вік за своєю природою і психофізіологічними характеристиками є одним із найскладніших періодів у житті людини. Перебіг кризових реакцій підлітків ускладнюється різноманітними відхиленнями в особистісному і поведінковому розвитку. Одним із таких негативних явищ є поява девіантної поведінки. Девіантність підлітків належить до найважливіших показників, що характеризують економічне, соціальне й етичне благополуччя суспільства. Така ситуація обумовлена соціально-економічною кризою, безробіттям і міграцією, регіональними конфліктами, зростанням кількості соціально-неблагополучних сімей, кризою духовних цінностей, падінням етичного рівня населення. До чинників, що впливають на підвищення девіантності школярів, відносять перевантаження дітей навчальними заняттями, авторитарний стиль взаємин педагога і учнів, гіподинамію та ін. Важливою соціально-психологічною особливістю є те, що підліток шукає свій тип взаємовідносин, тому важливу роль в його житті починають відігравати взаємостосунки з ровесниками. Відсутність таких стосунків переживається дуже болісно. Тому через нерозуміння, страх бути відторгненим, самоствердження у девіантних референтних групах, проживання власного життя у віртуальному світі, обмеженість у дружбі і спілкуванні з однолітками і дорослими, підліток часто переживає почуття самотності. Саме розгляд девіантної поведінки підлітків через призму самотності є важливим для психологічної науки і практики.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема девіантної поведінки підлітків стала предметом зацікавлень багатьох науковців за останні десятиліття. Узагальнюючи напрацювання дослідників, можна виокремити основні наукові підходи до досліджуваного явища. По-перше, проблеми девіантної поведінки розглядаються в межах багатьох наук: соціології, психіатрії, психології, педагогіки, філософії, кожна з яких має визначені методологічні підходи до її вивчення, власну термінологію, розуміння механізмів її виникнення. У зв'язку з цим, поняття "девіантна поведінка" то непомірно розширюється, охоплюючи всі форми порушень поведінки у здорових і психічно хворих людей, то звужується до соціально-психологічного, характерологічного розладів поведінки тільки у здорових осіб. У сучасній психології існують різні підходи до визначення цього поняття. Так, А.Є. Лічко розглядає два основні поняття: 1) делінквентна поведінка – ланцюг дрібних вчинків, правопорушень, тобто тих, що не підпа-