

1. Волков В.Е. Практика в образовании. Что такое практикоориентированное обучение? Как практически организовать/осуществить такое обучение? / В.Е Волков. / [Электронный ресурс] //Режим доступа: edu.tltsu.ru/sites/ sites_content/ site125/ html/
2. Курбатов В.И. Социальное проектирование: [учеб. пособ.] / В.И.Курбатов, О.В.Курбатова. – Ростов н/Д: «Феникс», 2001. – 416 с.
3. Педагогіка вищої школи: Навч. посібник /З.Н.Курлянд, Р.І.Хмельюк, А.В.Семенова та ін..- 2-ге вид., перероб. і доп. – К.: Знання, 2005. – 399 с.
4. Равен Дж. Компетентность в современном обществе: выявление, развитие и реализация / Пер. с англ.. – М., «Когито-Центр», 2002. – 396 с.
5. Швалб Ю.М. Психологічні аспекти компетентнісного підходу в освіті / Ю.М. Швалб // Вища школа. – 2010. – №1. – С.31– 36.
6. Чуйко О.В. Особистісне становлення суб'єктів професійної діяльності у соціономічних професіях: [монографія] / О.В. Чуйко – К.: АДЕФ –Україна, 2013. – 280 с.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.947

Шамлян К. М. °

Національний лісотехнічний університет України, кандидат психологічних наук, доцент, доцент кафедри філософії та психології (м. Львів)

ОСОБЛИВОСТІ ЗАСТОСУВАННЯ СТУДЕНТАМИ ПРИЙОМІВ ВОЛЬОВОЇ РЕГУЛЯЦІЇ ПОВЕДІНКИ

У статті представлено результати емпіричного дослідження особливостей застосування прийомів саморегуляції методом самооцінки. Проаналізовано структура взаємозв'язків між показниками вольової регуляції та сталими характеристиками вольової організації особистості.

Ключові слова: вольова регуляція, прийоми саморегуляції, вольове зусилля, вольові якості, вольова організація особистості

В статье представлены результаты эмпирического исследования особенностей применения приёмов саморегуляции методом самооценки. Проанализирована структура взаимосвязей между показателями волевой регуляции и устойчивыми характеристиками волевой организации личности.

Ключевые слова: волевая регуляция, приёмы саморегуляции, волевое усилие, волевые качества, волевая организация личности

The article represents the results of empirical research of peculiarities of application of self-regulation modes by the method of self-appraisal. The structure of interrelation between the indexes of volitional adjusting and permanent descriptors of personality volitional organization has been analyzed.

Keywords: volitional adjusting, self-regulation modes, conation, volitional skills, personality volitional organization

Актуальність дослідження. Події, які відбуваються у нашій країні, вимагають мужності і рішучості, витривалості і підняття бойового духу громадян у боротьбі за цілісну та незалежну державу. У зв'язку з цим актуальним завданням

психологічних досліджень сьогодні є вивчення вольового потенціалу українського народу.

У сучасних дослідженнях проблема волі розглядається у руслі свідомої та цілеспрямованої психічної саморегуляції поведінки та діяльності (В. Іванніков, Е. Ільїн, В. Калін, Б. Смірнов, J. Kuhl). Вольову регуляцію визначають як вихідне поняття теорії волі, її «процесуальний аспект», «свідоме, опосередковане цілями і мотивами предметної діяльності створення стану оптимальної змобілізованості, оптимального режиму активності та концентрування цієї активності у потрібному напрямку» [1, с. 52]; як окремий вид довільного управління, який характеризується застосуванням значних вольових зусиль, скерованих на подолання труднощів та перешкод, тобто служить механізмом самомобілізації [2, с. 118].

Найяскравіше вольова регуляція виявляється, коли ми виконуємо дії: 1) нові для нас; 2) відомі, але у незвичній обстановці або у незвичний час; 3) відомі, але які потребують у порівнянні із звичайним темпом роботи прискорення або, навпаки, уповільнення; 4) відомі, але у незвичному стані (хвороба, емоційний підйом або занепад); 5) відомі, але не схвалені особистістю (наприклад, робота на вимогу інших осіб, доцільність якої людина відкидає або піддає сумніву); 6) монотонні дії [3, с. 103]. Велика увага прийомам вольової саморегуляції приділялася у психологічних дослідженнях спортивної діяльності (А. Пуні, Б. Смірнов, Г. Чашина, В. Калін, В.Мунтян, О. Чернікова, Г. Мейксон, В. Марищук, Г. Гагаєва та інші).

Роль умінь застосовувати прийоми саморегуляції у навчальній діяльності студентів та їх повсякденному житті (втім, як і будь-якої людини) важко переоцінити, вони є тими невидимими «цеглинками», з яких поступово вибудовується цілісна, міцна структура вольової організації особистості. На жаль, на теперішній час бракує досліджень, які б розкривали зв'язок між первинними елементами вольової регуляції і сталими характеристиками вольової активності особистості – вольовими якостями.

Мета дослідження – дослідити особливості застосування студентами прийомів вольової саморегуляції у навчальній діяльності та в інших сферах активності, проаналізувати структуру взаємозв'язків між показниками вольової регуляції та сталими характеристиками вольової організації особистості.

Ключовим механізмом вольової регуляції, на думку багатьох дослідників (О. Лазурський, К. Корнілов, М. Басов, В. Мясіщев, Г Ситін, В. Селіванов, В. Калін, Е. Ільїн, Б. Смірнов, А. Висоцький, П. Рудик та інші), виступає вольове зусилля. Найбільш загальний поділ вольових зусиль на 1) фізичні та інтелектуальні; 2) ті, що стимулюють активність для досягнення мети, і ті, які придушують спонукання припинити діяльність через виниклі в її процесі несприятливі фактори – страх, втому, фрустрацію.

Психологи спорту виділяють вольові зусилля при м'язових напруженнях; при напруженні уваги; пов'язані з подоланням втоми; пов'язані з подоланням почуття сорому; пов'язані з дотриманням режиму [4]. Вказують на змішаний емоційно-вольовий характер зусиль у психічній саморегуляції спортивної діяльності, при цьому вольовий компонент розглядають як свідомо-примусову духовну силу психічної саморегуляції особистості спортсмена [5].

Нам видається плідним підхід Б. Смірнова [6] до виділення окремих механізмів вольової регуляції – через аналіз перешкод (об'єктивних умов зовнішнього середовища та діяльності) і труднощів (внутрішніх опорів, які виникають на основі невідповідності енергетичних та/або інформаційних ресурсів спортсмена вимогам виконання вправ). Спортивна діяльність виступає оптимальною моделлю для подібного аналізу, оскільки перешкоди і труднощі, з якими стикається людина на шляху досягнення мети, сягають гранично можливих величин.

Свідома саморегуляція у спорті здійснюється за допомогою самовпливів особистості, які здебільшого мають вербальний характер і відрізняються за своїми психологічними механізмами. Один з них – опосередкований, адресується підготовчій фазі вольової дії і мобілізує енергію непрямим способом через зміну змісту вихідних мотивів, забезпечуючи, таким чином, спонукальну функцію в управлінні своїм внутрішнім світом. Другий – механізм безпосередніх самовпливів, який мобілізує енергію за прямою вказівкою особистості, без перебудови мотивів; він реалізує примусову функцію у саморегуляції дій і вчинків переважно у зовнішньому середовищі. У зв'язку з інформаційно-енергетичним підходом до розуміння та розв'язання труднощів самовпливи особистості та прийоми, що їх забезпечують, вчений об'єднує у наступні чотири групи: ті, що спонукають до мобілізації; ті, що спонукають до організації; ті, що примушують до мобілізації; ті, що примушують до організації.

Примусові самовпливи утворюють власне вольовий компонент психічної саморегуляції діяльності, який виявляється переважно у подоланні діяльнісних труднощів. Представимо взаємовідношення між різними сторонами саморегуляції, описаними Б. Смірновим [5, 6], у вигляді таблиці 1.

Мобілізаційні емоційно-вольові зусилля підвищують психічну і рухову активність, розкривають енергетичні резерви, збуджують стенічні емоції і здійснюють примус до активних дій. Організаційні емоційно-вольові зусилля скеровують розумову та рухову активність на правильне виконання фізичних вправ, намагаючись ослабити або усунути техніко-тактичні та особистісні «збуджуючі» труднощі.

Для вивчення особливостей застосування студентами прийомів саморегуляції нами було проведено пілотажне дослідження, в якому взяли участь 67 студентів магістерського рівня підготовки НЛТУ України (36 жінок і 31 чоловік). Застосовано такі методи.

1. Була розроблена анкета, яка містила наступні завдання досліджуваному: 1) оцінити за 10-бальною шкалою міру застосування прийомів саморегуляції окремо для навчальної діяльності й для суб'єктивно важливих ситуацій: 10 балів – найбільш характерний прийом, 1 бал – найменш характерний прийом; 2) оцінити за 10-бальною шкалою інтенсивність докладання вольових зусиль у різних сферах активності (навчальна діяльність, інтелектуальна діяльність, фізична робота, виконання домашніх обов'язків тощо). Перелік прийомів саморегуляції був зроблений на основі аналізу вищенаведених досліджень.

2. «Методика дослідження вольової організації особистості» (М. Гуткін, Г. Михальченко, А. Прудило [7, с. 175 - 182]), яка містить такі шкали: ціннісно-сміслова організація особистості, організованість діяльності, рішучість,

наполегливість, самовладання, самостійність і загальна шкала. Методика також має шкалу нещирості.

Таблиця 1 - Труднощі і відповідні їм самовпливи, прийоми та емоційно-вольові зусилля у спортивній діяльності (складено на основі робіт Б. Смірнова [5, 6])

Труднощі		Самовпливи, які особистість спрямовує на їх подолання, та прийоми саморегуляції	Емоційно-вольові зусилля
<u>Діяльнісні:</u> характеризують операційне напруження, діють безпосередньо на тіло та організм спортсмена	<u>Фізичні:</u> відчуття браку сил, витривалості, швидкості	<u>Ті, що примушують до мобілізації рухової активності</u> , сприяють розкриттю енергетичних резервів спортсмена щодо інтенсивності, швидкості та тривалості напруження через категоричні вимоги, мобілізуючі самонакази	Мобілізаційні
	<u>Технічні:</u> відчуття браку знань, навичок, розуміння	<u>Ті, що примушують до організації рухової діяльності</u> через зосередження, розподіл і пере-ключення уваги на виконання дії, самовказівки, самонакази	Організаційні
<u>Особистісні:</u> характеризують емоційне напруження, діють опосередковано через погіршення психічного стану спортсмена	<u>Ті, що пригнічують, зменшують спонукальну силу мотивів:</u> втома, страх, невпевненість	<u>Ті, що спонукають до мобілізації психічної активності</u> , підвищують емоційний тонус через самопереконавання, самопідбадьорення, самозаохочення, відволікання уваги	Мобілізаційні
	<u>Ті, що збуджують, зменшують ефективність когнітивних процесів:</u> сильне хвилювання, відчуття злості	<u>Ті, що спонукають до організації психічних процесів і станів</u> через заспокоєння себе, регуляцію внутрішньої уваги, мислене узгодження дій	Організаційні

Статистична обробка даних здійснювалася за допомогою програми STATISTICA 6, використано методи описової статистики, кореляційного, факторного та порівняльного аналізу.

Результати опрацювання першого пункту анкети представлено у таблиці 2.

Найбільш поширеними прийомами саморегуляції є прямий наказ і уявлення приємних наслідків, аутсайдери в обох списках – також однакові. Усі без винятку прийоми вольової саморегуляції отримали більше балів у разі застосування їх в особисто важливих ситуаціях, ніж у навчальній діяльності. Перевірка за t-критерієм Стюдента для незалежних змінних виявила статистично значущі відмінності по таких прийомах: уявлення приємних наслідків, підбадьорення, концентрація уваги (для $p < 0,01$ $t = 3,46$; $2,85$; $2,62$ відповідно); намагання

якнайскоріше розпочати роботу, переконування себе, прямий наказ (для $p < 0,05$ $t = 2,30$; 2,25; 2,15 відповідно).

Таблиця 2 - Середні по групі досліджуваних оцінки міри застосування прийомів саморегуляції

Навчальна діяльність			Суб'єктивно важливі ситуації		
Ранг	Зміст прийому	Бал	Ранг	Зміст прийому	Бал
I	прямий самонаказ зробити те, що потрібно	7,87	I	уявлення приємних наслідків	8,92
II	уявлення приємних наслідків зробленої справи	7,82	II	прямий самонаказ зробити те, що потрібно	8,44
III	намагання знайти додатковий смисл дії	7,19	III	підбадьорення себе	7,82
IV	контроль свого стану під час виконання дії	7,12	IV	намагання знайти додатковий смисл	7,67
V	довільне припинення дії для того, що все обдувати	7,1	V	переконування себе у правильності дій	7,55
VI	підбадьорення себе	6,95	VI	концентрація уваги на ретельному виконанні дії	7,51
VII	намагання розслабитися	6,78	VII	навіювання певного настрою	7,39
VIII	переконування себе у правильності дії або рішення	6,76	VIII	контроль свого стану під час виконання дії	7,30
IX	навіювання певного настрою, стану	6,67	IX	припинення дії	7,09
X	концентрація уваги на ретельному виконання кожної дії, руху	6,53	X	самонаказ припинити коливання	6,93
XI	самозаспокоєння	6,48	XI	намагання розслабитися	6,92
XII	самонаказ припинити коливання	6,42	XII	самозаспокоєння	6,69
XIII	уявлення неприємних наслідків в разі невиконання діяльності	6,34	XIII	уявлення неприємних наслідків	6,67
XIV	схвалення себе	5,91	XIV	схвалення себе	6,39
XV	намагання якнайскоріше розпочати неприємну роботу	5,31	XV	намагання якнайскоріше розпочати неприємну роботу	6,30
XVI	самоосуд	5,24	XVI	самоосуд	5,68

Отже, чим сильніше бажання досягнути важливих для особистості результатів, тим інтенсивніше включаються механізми вольового зусилля. Залежність, звичайно, очевидна. З іншого боку, вольові зусилля потрібні тоді, коли бракує внутрішньої мотивації, і треба підпорядкувати себе виконанню обов'язку. У деякій мірі це ілюструють дані по другому пункту анкети: найбільше вольових зусиль студентам доводиться докладати у навчальній діяльності (середнє значення 7,17 балів при найменшій дисперсії). Щодо інших сфер активності, бали розподілено так: застосування вольових зусиль при виконанні домашніх обов'язків (6,81), у фізичній роботі (6,67), у заняттях улюбленою справою (6,25), в інтелектуальній роботі (6,20), у спілкуванні (6,05). Статистично значущими є відмінності між показниками вольових зусиль у навчальній та

інтелектуальній діяльності ($t=2,72$ для незалежних змінних при рівні значущості $p<0,01$). Виникає питання, який смисл студенти вкладають у поняття «інтелектуальна робота», яку частку інтелектуальності вони приписують навчальній діяльності.

Кореляційний аналіз показав, що зі всіх прийомів саморегуляції найбільше статистично значимих зв'язків з вольовими властивостями мають: самопереконавання, самоконтроль, концентрація уваги на ретельному виконанні роботи (див. табл.3).

Таблиця 3 - Коефіцієнти кореляцій шкал методики вольової організації особистості з показниками прийомів саморегуляції для рівня значущості $p<0,05$ (жирним виділено кореляції для $p<0,01$).

Прийоми саморегуляції	Шкали методики						
	Ціле-спрям.	Орг.	Ріш.	Напл.	Самовл.	Самост.	Загальна шкала
Уявлення неприємних наслідків		- 0,28					
Самозаспокоєння		0,25				-0,28	
Схвалення себе	0,26						
Переконавання себе у правильності дій	0,28	0,25	0,28		0,38		0,37
Концентрація уваги на ретельному виконанні дії	0,33	0,25		0,25	0,32		0,37
Контроль стану під час виконання дії		0,31			0,44		0,35
Наказ собі припинити коливання	0,28						

Не виявлено значимих кореляцій з вольовими властивостями для наступних прийомів: пряий наказ зробити те, що треба, підбадьорення себе, намагання якнайшвидше розпочати справу, самозасудження, уявлення приємних наслідків, самонавіювання, довільне припинення дії, пошук додаткового смислу дії, намагання розслабитися. Пряий наказ (отримав найвищі оцінки досліджуваних) є, очевидно, універсальним прийомом, який застосовують незалежно від розвитку сили волі.

Серед шкал тесту найбільш «вольовою» виявилася шкала самовладання: найсильніші кореляції з власне вольовими прийомами саморегуляції. Несподіваним є слабкість і нечисленність кореляцій прийомів саморегуляції зі шкалами наполегливості та самостійності.

З метою вивчення структури взаємозв'язків між показниками саморегуляції був застосований факторний аналіз (методом головних компонент з обертанням варимакс). Факторна структура виявилася недостатньо чітка; враховуючи критерії Кайзера і Кеттелла, виділено чотири фактори (59,1 % загального внеску у сумарну дисперсію).

Фактор 1 утворюють такі показники: концентрація на ретельному виконанні (0,84), переконавання себе у правильності (0,70), контроль свого стану (0,67),

наказ собі припинити коливання (0,61). Усі ці прийоми стосуються безпосереднього виконання вольової дії в утруднених умовах, забезпечуючи її ефективність, тому цей фактор назвемо «Власне вольові прийоми психічної саморегуляції».

Фактор 2 – «Негативна самостимуляція» – утворений показниками: уявлення неприємних наслідків (0,82) і самозасудження (0,67).

Фактор 3 об'єднує наступні шкали: намагання якнайшвидше розпочати неприємну справу (0,83), уявлення приємних наслідків (0,76). Цей фактор умовно можна назвати «Імпульсивний, позитивний».

Фактор 4 – «Рефлексивно-заспокійливі прийоми» – об'єднує показники: заспокоєння себе (0,74), підбадьорення (0,55), намагання знайти додатковий смисл (0,49). Кореляції значень цих факторів зі шкалами тесту вольової організації особистості подано у таблиці 4.

Таблиця 4 - Коефіцієнти кореляцій показників шкал методики вольової організації особистості з факторними значеннями (* позначено для рівня значущості $p < 0,05$, жирним виділено – для $p < 0,01$)

Шкали методики	Фактори			
	1. Власне вольові прийоми	2. Негативна стимуляція	3. Імпульсивний позитивний	4. Рефлексивно-заспокійливі прийоми
Цілеспрямованість	0,37*	- 0,23	- 0,04	- 0,10
Організованість	0,24	- 0,30*	0,03	0,10
Рішучість	0,21	- 0,28*	0,05	- 0,16
Наполегливість	0,19	- 0,24*	0,01	- 0,37*
Самовладання	0,33*	- 0,34*	0,02	- 0,26*
Самостійність	- 0,06	-0,17	- 0,05	- 0,21
Загальна шкала	0,34*	- 0,39*	0,00	- 0,25

Отже, рівень вольової організації особистості виявляється у застосуванні прийомів саморегуляції, які безпосередньо пов'язані з виконанням вольової дії (перший фактор). Щодо прийомів самомотивування, які здебільшого стосуються підготовчої фази вольової дії (другий і четвертий фактори), – кореляції від'ємні. Також відсутні кореляції вольових властивостей з четвертим фактором.

Висновки. У проведеному пілотажному дослідженні була зроблена спроба дослідити особливості вольової регуляції студентів у навчальній діяльності та інших сферах активності. Для цього був застосований метод самооцінки. Результати кореляційного і факторного аналізу вказують на необхідність подальшої роботи у напрямку уточнення емпіричних показників рефлексивних методів, диференціації специфічних ознак вольової активності для визначення мотиваційного, емоційного, інтелектуального і «власне вольового» компонентів у структурі вольової організації особистості.

Список використаних джерел

1. Калинин В. К. На путях построения теории воли / В. К. Калинин // Психологический журнал, 1989. – Т 10, № 2. – С. 46 – 55.
2. Ильин Е. П. Психология воли. 2-е изд /Е. П. Ильин. – СПб: Питер, 2011. – 368 с.
3. Селиванов В. И. Избранные психологические произведения: воля, её развитие и воспитание / В. И. Селиванов. – Рязань: Изд. Рязанского гос. пед. института, 1992. – 572 с.

4. Рудик П. А. Психология. Учебник для институтов физической культуры / П. А. Рудик. – М: ФиС, 1967. – 230 с.
5. Смирнов Б. Н. О разных подходах к проблеме воли в психологии / Б. Н. Смирнов // Вопросы психологии, 2004, № 3. – С. 64 – 70.
6. Смирнов Б. Н. Психологические механизмы эмоционально-волевой саморегуляции в спорте / Б. Н. Смирнов // Теория и практика физической культуры, 1999, № 12. – С. 28 – 32.
7. Твоя профессиональная карьера: учебник. / Под ред. С. Н. Чистяковой, Т. И. Шалавиной. – М.: Просвещение, 2000. – 191с.

Отримано 20.06.2014 р.

УДК 159.923:303.62

Швец А.В.[°]

Украинская Военно-медицинская академия (УВМА), Научно-исследовательский институт проблем военной медицины кандидат медицинских наук, старший научный сотрудник, начальник научно-исследовательского отдела психофизиологии человека в особых условиях (г. Киев)

Кузьменко М.Д.

Научно-методический центр кадровой политики Министерства обороны Украины, кандидат психологических наук, научный сотрудник (г.Киев)

Числицкая О.В.

Украинская Военно-медицинская академия (УВМА), Научно-исследовательский институт проблем военной медицины, кандидат психологических наук (г.Киев)

ОСОБЕННОСТИ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОТБОРА В ОПРЕДЕЛЕННЫХ СТРУКТУРАХ США И НЕОБХОДИМЫЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНО-ВАЖНЫЕ КАЧЕСТВА

В статті розглядаються особливості професійного відбору кандидатів для служби в ЦРУ та ФБР. Встановлено, що для виконання таких задач успішно застосовується широкий арсенал методів. До професійно-важливих якостей успішних працівників можна віднести: інтелектуальні особливості (в тому числі емоційний інтелект), характерологічні особливості, відсутність патохарактерологічних властивостей особистості.

Ключові слова: професійний відбір, психодіагностика, професійно-важливі якості, ЦРУ, ФБР

В статье рассматриваются особенности профессионального отбора кандидатов для службы в ЦРУ и ФБР. Установлено, что для выполнения таких задач успешно применяется широкий арсенал методов. К профессионально-важным качествам успешных работников можно отнести: интеллектуальные особенности (в том числе эмоциональный интеллект), характерологические особенности, отсутствие патохарактерологических свойств личности.

Ключевые слова: профессиональный отбор, психодиагностика, профессионально-важные качества, ЦРУ, ФБР