

УДК 159.955.4:37.01

## САМОРЕГУЛЯЦІЯ ТА РЕФЛЕКСИВНІСТЬ КУРСАНТІВ – МАЙБУТНІХ ПОЛІЦЕЙСЬКИХ У КОНТЕКСТІ ПРОГРАМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО СУПРОВОДУ

Клименко І.В., к. психол. н., начальник  
Департамент кадрового забезпечення  
Національної поліції України

У статті розглянута проблема психічної саморегуляції і рефлексивності в психології. Проаналізовано специфіку особистісної саморегуляції та її взаємозв'язку з парціальними характеристиками рефлексивності в курсантів у контексті програми психологічного супроводу. У дослідженні було встановлено, що курсанти, які були залучені до участі в програмі психологічного супроводу, більшою мірою орієнтовані на аналіз і оцінку вже виконаної діяльності, подій, що відбулися в минулому. Ці випробовувані схильні до роздумів про майбутню діяльність і її планування, спостереження й аналізу власної поведінки. У курсантів, які навчалися у звичайних умовах, встановлено більш низькі показники за всіма складниками особистісної саморегуляції.

**Ключові слова:** курсанти, парціальні характеристики рефлексивності, правоохоронні органи, психологічний супровід.

Специфика саморегуляции и ее взаимосвязи с парциальными характеристиками рефлексивности курсантов – будущих правоохранителей в контексте программы психологического сопровождения. В статье рассмотрена проблема психической саморегуляции и рефлексивности в психологии. Проанализирована специфика личностной саморегуляции и ее взаимосвязи с парциальными характеристиками рефлексивности у курсантов в контексте программы психологического сопровождения. В исследовании установлено, что курсанты, которые были включены в программу психологического сопровождения, в большей степени ориентированы на анализ и оценку уже проделанной деятельности, событий, произошедших в прошлом. Эти испытуемые склонны к размышлениям о будущей деятельности и ее планированию, наблюдению и анализу собственного поведения. У курсантов, которые обучались в обычных условиях, выявлены более низкие показатели по всем составляющим личностной саморегуляции.

**Ключевые слова:** курсанты, парциальные характеристики рефлексивности, правоохранительные органы, психологическое сопровождение.

Klymenko I.V. SELF-REGULATION AND REFLEXIVITY OF CADETS – FUTURE LAW ENFORCEMENT OFFICERS IN THE CONTEXT OF THE PSYCHOLOGICAL SUPPORT PROGRAM

The article deals with the problem of psychic self-regulation and reflexivity in psychology. Specificity of self – regulation and its relationship with the partial characteristics of reflexivity (retrospective reflection, reflection of the present and future, interpersonal reflection) of cadets in the context of a program of psychological support is analyzed. The specifics of personal self-regulation and its relationship with the partial characteristics of the cadets' reflexivity in the context of the psychological support program are analyzed. The study found that the cadets who were included in the psychological support program are more focused on analyzing and evaluating the activities already done, the events that took place in the past. These subjects are prone to thinking about future activities and planning, monitoring and analyzing their own behaviour. Cadets who were trained in ordinary conditions were found to have lower rates for all components of personal self-regulation.

**Key words:** cadets, partial characteristics of reflexivity, law enforcement agencies, psychological support.

**Постановка проблеми.** Проблема психічної саморегуляції є однією з найбільш глобальних і фундаментальних проблем загальної психології. Це пов'язано з тим, що під час взаємодії з навколишнім світом людина безперервно стикається із ситуацією вибору різних способів реалізації своєї активності залежно від поставлених цілей, індивідуальних особливостей і умов навколишньої дійсності, особливостей людей, які з нею взаємодіють.

У ситуації вибору зменшення невизначеності можливе лише засобами регуляції, а в разі психологічної регуляції – засоба-

ми саморегуляції в тому сенсі, що людина сама досліджує ситуацію, програмує свою активність, контролює і коригує результати.

Саморегуляцію розуміють як процес, що забезпечує стабільність системи, її відносну стійкість і рівновагу, а також цілеспрямовану зміну індивідом механізмів різних психофізіологічних функцій, що стосуються формування особливих засобів контролю за діяльністю [5, с. 10].

Саморегуляція – це вміння людини бачити кінцеву мету діяльності, самостійно знаходити оптимальні шляхи її досягнення і добиватися здійснення. Результатом само-



регуляції є виховання цілеспрямованості, організованості, уміння володіти собою.

Першою загальною особливістю саморегуляції є вільний вибір (варіювання) мети і формування згідно з нею програм (стратегій) дій. Створення намірів, мотивів, програм стимульовано іншими мотивами, які є реалізацією мети і програм більш високого порядку. У результаті свого функціонування будь-який акт саморегуляції має кінцевий продукт. Причому, і це особливо важливо, цим продуктом може бути і мета, і програма подальшої діяльності, які самі можуть формуватися в результаті функціонування процесів саморегуляції [3].

Для того, щоб реакції виникали не у відповідь на зовнішні подразники за принципом рефлекторної дуги, а в узгодженні з бажанням суб'єкта дійсності, у тій послідовності, яку передбачає його програма, необхідне свідоме сприйняття цих реакцій. У цьому проявляється свідомий характер процесу саморегуляції, зокрема тих змін, які є наслідком доцільності. Не може бути саморегуляції як регуляції особистості поза свідомістю. Ця особливість саморегуляції є загально визнаною (Л.С. Виготський, А.В. Запорожець, О.А. Конопкін, Г.С. Нікіфоров, В.І. Селіванов, Д.М. Узнадзе) [6].

Ще однією особливістю саморегуляції є процес активізації в тій сфері діяльності, де вона в даний час відбувається. Сформовані процеси саморегуляції систематично проявляються в життєдіяльності людини у вигляді різних актів довільної поведінки і є специфікою саме людської життєдіяльності. Але активність перебігу процесів саморегуляції може змінюватися від ситуації до ситуації: це залежить від сформованості навичок спеціального звернення до саморегулятивних процесів і від характеру ситуації, яка передбачає або не передбачає необхідності саморегуляції.

Є два типи ситуацій, коли активність процесів саморегуляції найбільша:

– ситуації особливої вагомості дій, від яких залежить подальша поведінка або її наслідки;

– ситуації оволодіння новим, ситуації навчання [8, с. 35–47].

Загальний потенціал саморегуляції складається зі змістовно-сислової стійкості особистості та її діяльнісних можливостей, які обмежуються значущими для даної особистості впливами соціальної і предметної дійсності, що приводять до відмови від раніше прийнятої мети і мобілізації для реалізації знову прийнятої мети. Словами О.Г. Асмолова, психологія саморегуляції відображає проблему «мінливої особистості в мінливому світі» [1].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Згідно з поглядами В.І. Моросанової, О.А. Конопкіна й А.К. Осницького, саморегуляція є процесом ініціації і постановки суб'єктом цілей активності, а також управління досягненням цих цілей. Процеси саморегуляції розглядаються цими авторами як внутрішня цілеспрямована активність людини, яка реалізується завдяки системній участі самих різних процесів, явищ і рівнів психіки.

Предметом психології саморегуляції є інтегративні психічні явища і процеси, що забезпечують самоорганізацію різних видів психічної активності людини, цілісність її індивідуальності й особистості. Аналіз механізмів саморегуляції проводиться в межах проблематики індивідуальних стилів регулювання, реалізації різних форм довільної активності і діяльності (навчальної, трудової), регуляції психічних станів, вікових аспектів її становлення [6, с. 5].

Отже, процес саморегуляції є реалізацією суб'єктивної програми в трансформації передбачених даною програмою дій – у реально відтворені дії. Ця трансформація здійснюється завдяки регулюючим впливам на ті потенції особистості, залучення яких приводить до виконання програми.

Саморегуляція є процесом свідомого управління виконанням діяльності, у контекст якої вона входить незалежно від конкретних форм останньої. Це є свідченням наскрізного характеру саморегуляції, що може проявлятися в різних сферах життєдіяльності людини залежно від специфіки онтогенезу кожного окремого індивіда. Завдяки цьому можна говорити про саморегуляцію станів, мотиваційну саморегуляцію, саморегуляцію діяльності.

У даний час проблема саморегуляції особистості перебуває в центрі уваги психологічної науки, яка накопичила достатній обсяг знань під час її вивчення. Правомірно, що особистісну саморегуляцію досліджують як специфічну активність суб'єкта, спрямовану на перетворення свого стану, тобто як дію, і включають її в структуру діяльності, орієнтовану на відновлення сил організму й активізацію працездатності, а також як діяльність, об'єктом якої є організація функцій самого суб'єкта.

За визначенням М.І. Боришевським психологічного змісту саморегуляції, її розуміють як переважно усвідомлене, цілеспрямоване планування, побудову й перетворення суб'єктом власних дій і вчинків відповідно до особистісно значущих потреб, мотивів і цілей. Згідно з поглядами вченого, саморегуляція є здатністю особистості усвідомлено планувати, будувати,

діяти адекватно до обраної нею програми, принципів, норм і правил, останні ж виконують роль еталонів, взірців у процесі особистісної саморегуляції [2].

Наведені аспекти дозволяють розглядати саморегуляцію як інтегрований, системно організований психічний процес детермінації, побудови, підтримки і регулювання зовнішнього й внутрішнього впливу, спрямованого на досягнення обраних суб'єктом цілей. Це виражається в стимулюванні одних і гальмуванні інших особистісних потреб, дій та вчинків. Для повноцінного здійснення саморегуляції необхідно забезпечити єдність її енергетичних, динамічних і змістовно-сміслових аспектів. Доречно, на нашу думку, зупинитися на визначенні змісту процесуального аспекту саморегуляції, тобто на тих психологічних функціях, які в ньому розгортаються. Попри те, що саморегуляція має індивідуальний характер (залежить від конкретних умов, від характеристик нервової діяльності, особистісних якостей людини та ін.), вважаємо за доцільне систематизувати запропоновані низкою вчених функції саморегуляції. М.Й. Боришевський [2, с. 21–22] виокремлює й описує такі функції саморегуляції: 1) плануюча та прогностична функції, що включають моменти цілепокладання та моделювання; 2) селективна функція, що полягає в наданні переваги чи виборі певних поведінкових завдань відповідно до особистісно значущих принципів і цінностей, засобів та способів їх вирішення; 3) функція «самосуб'єктного впливу», тобто впливу особистості на власні психічні процеси і стани з метою їх оптимізації (регуляція рівня інтелектуальної активності, емоційних проявів тощо); 4) коригуюча функція, полягає в перебудові власної поведінки з метою подолання невідповідності між наявними та запланованими наслідками певних дій і вчинків; 5) функція забезпечення процесу самостворення, самовдосконалення; 6) контролююча функція, яка полягає в контролі й оцінюванні особистістю власної поведінки.

Як визначає К.М. Лисенко-Гелемб'юк, по-перше, саморегуляція є провідним процесом будь-якого виду життєдіяльності особистості, передбачає усвідомлену мотивацію власних вчинків, їх самооцінку та самоконтроль, свідому стимуляцію вольової активності, подолання небажаних емоційних станів, витримку під час подолання труднощів, використання засобів самозаспокоєння та самовладання, позитивної емоційної активності; по-друге, вміння людиною усвідомлено впливати на саму себе, що виражається в гальмуванні та стимулю-

ванні певних власних дій, бажань, потреб, вироблення внутрішніх механізмів регуляції, тобто саморегуляція дозволяє їй вибірково ставитися до зовнішніх впливів, контролювати свої вчинки, формувати життєву позицію [7].

Отже, спираючися на вищезазначене, варто зауважити, що останнім часом у психології все більше помітні підходи, в яких поняття рефлексії та саморегуляції виявляються тісно пов'язаними між собою.

Завдяки рефлексії в людини виникає внутрішнє життя і з'являється здатність керувати своїми станами і потягами – свобода вибору. У підході А.В. Карпова рефлексія не тільки теоретично обґрунтовується як процес, значущий для саморегуляції, але цей погляд дістає емпіричного та прикладного обґрунтування. Рефлексія розглядається як найважливіша регулятивна складова частина особистості, що дозволяє останній свідомо вибудовувати свою життєдіяльність. Автор вбачає специфічний характер рефлексії щодо інших видів психічних процесів, її особливу, комплексну і синтетичну природу й особливий статус і місце в структурі психічних процесів [4]. Як наукова проблема психологічний супровід навчання зазвичай розглядається в контексті процесів, що йдуть паралельно гуманізації та формуванню готовності майбутнього фахівця до професійної діяльності, безперервного професійного саморозвитку й особистісного самовизначення.

**Постановка завдання.** Вивчення взаємозв'язків рефлексивності та саморегуляції є актуальним дослідницьким завданням у контексті програми психологічного супроводу.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні взяли участь 78 курсантів Харківського національного університету внутрішніх справ (далі – ХНУВС), вік досліджуваних – від 18 до 20 років. Досліджувані склали дві групи, відповідно до навчання в контексті програми психологічного супроводу.

1 група – курсанти в кількості 37 осіб – це досліджувані, які навчалися за програмою психологічного супроводу;

2 група – курсанти в кількості 41 особи – це досліджувані, які навчалися у звичайних умовах.

З огляду на завдання даної роботи, нами визначено специфіку складників особистісної саморегуляції курсантів ХНУВС, які залучені до програми психологічного супроводу.

Результати, що були отримані в дослідженні індивідуально-стильової специфіки саморегуляції курсантів ХНУВС за допомо-



гою опитувальника «Стиль саморегуляції поведінки» (В.І. Моросанова), надано в таблиці 1.

Показник «Планування» у першій групі становить  $6,80 \pm 0,36$ , у другій групі цей показник дорівнював  $4,89 \pm 0,27$ . Були отримані достовірні відмінності між групами в бік підвищення показника в першій групі, за  $p \leq 0,01$ .

Курсанти, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, відрізняє більша сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани в них більш реалістичні, деталізовані, ієрархічні і стійкі, цілі діяльності висувуються більш самостійно.

Зафіксовано статистично значуще зниження показника за шкалою «Програмування» у другій групі,  $p \leq 0,05$ , за якою показники становлять: у першій групі –  $6,20 \pm 0,39$  та  $5,00 \pm 0,32$  – у другій.

Курсанти, які навчалися в межах програми психологічного супроводу, відрізняються краще сформованою потребою продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей. Програми розробляються представниками першої групи більш самостійно, вони більш гнучко змінюють розроблені програми дій у нових обставинах, за невідповідності отриманих

результатів цілям, більш ефективно проводять корекцію програми дій до отримання прийняттого результату. Показник за шкалою «Оцінка результату» у першій групі становить  $6,80 \pm 0,39$ , у другій групі цей показник дорівнював  $5,17 \pm 0,37$ . Визначено статистично значуще зниження показника в групі курсантів, які навчаються у звичайних умовах, за  $p \leq 0,05$ .

Отже, курсанти, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, виявляють більшу здатність виділяти значущі умови досягнення цілей, більш успішно оцінюють як сам факт неузгодженості отриманих результатів з метою діяльності, так і причини, що призвели до нього, гнучко адаптуючися до зміни умов.

Показник «Гнучкість» у першій групі становить  $4,20 \pm 0,09$ , у другій групі цей показник дорівнював  $3,46 \pm 0,25$ . Отримано достовірні відмінності в бік зниження показника в групі досліджуваних курсантів, які навчаються у звичайних умовах, за  $p \leq 0,05$ . У разі виникнення непередбачуваних обставин випробовувані першої групи легко змінюють плани і програми виконавських дій і поведінки, здатні швидко оцінити зміну значущих умов і перебудувати програму дій. У разі виникнення неузгодженості отриманих результатів із метою своє-

Таблиця 1

**Показники стилю саморегуляції поведінки курсантів, залучених до програми психологічного супроводу ( $M \pm m$ )**

Шкали	Група 1 (психологічний супровід)	Група 2 (звичайне навчання)	t	p
Планування	$6,80 \pm 0,36$	$4,89 \pm 0,27$	4,21	0,01
Моделювання	$4,80 \pm 0,36$	$4,92 \pm 0,36$	0,24	–
Програмування	$6,20 \pm 0,39$	$5,00 \pm 0,32$	2,37	0,05
Оцінка результату	$6,80 \pm 0,39$	$5,17 \pm 0,37$	2,93	0,05
Гнучкість	$4,20 \pm 0,09$	$3,46 \pm 0,25$	2,31	0,05
Самостійність	$7,00 \pm 0,14$	$5,67 \pm 0,27$	3,82	0,01
Загальний рівень саморегуляції	$33,40 \pm 1,11$	$26,75 \pm 0,81$	4,95	0,01

Таблиця 2

**Взаємозв'язки складників особистісної саморегуляції з парціальними характеристиками рефлексії курсантів, які навчаються у звичайних умовах (r)**

Шкали	PP	PC	PM	PCп
Планування	– 0,30	– 0,25	0,10	0,04
Моделювання	0,42*	0,25	0,14	– 0,04
Програмування	– 0,32	– 0,22	– 0,12	0,02
Оцінка результату	0,23	0,08	– 0,08	– 0,05
Гнучкість	0,07	– 0,14	– 0,06	– 0,22
Самостійність	0,09	– 0,10	0,02	– 0,14
Загальний рівень саморегуляції	0,20	0,002	0,13	– 0,02

Примітка 1: PP – ретроспективна рефлексія; PC – рефлексія теперішнього; PM – рефлексія майбутнього; PCп – рефлексія спілкування.

2. \* – значущість зв'язків 0,05; \*\* – значущість зв'язків 0,01.



часно оцінюють сам факт неузгодженості і здійснюють відповідну корекцію. Гнучкість регуляторики дозволяє адекватно реагувати на швидку зміну подій і успішно вирішувати поставлену задачу в ситуації ризику.

Показник за шкалою «Самостійність» у першій групі становить  $7,00 \pm 0,14$ , у другій групі показник за цією шкалою дорівнював  $5,67 \pm 0,27$ ; визначено статистично значуще зниження показника в курсантів, які навчаються у звичайних умовах, за  $p \leq 0,01$ . Курсанти, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, є більш автономними, менше зважають на оточення, мають більшу здібність самостійно планувати діяльність і поведінку, організовувати роботу з досягнення поставленої мети, контролювати перебіг її виконання.

Отже, курсантів обох груп рівною мірою характеризує розвинутість уявлень про зовнішні та внутрішні умови діяльності, ступінь їх усвідомленості, деталізованості, адекватності; здатність виділяти значущі умови досягнення цілей як у наявній ситуації, так і в перспективному майбутньому.

У курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу та у звичайних умовах, під час дослідження складників особистісної регуляції виявлено статистично значуще підвищення показників за шкалами «Планування», «Програмування», «Оцінка результатів», «Гнучкість», «Самостійність» та подібність показників за шкалою «Моделювання».

Нами були вивчені взаємозв'язки парціальних характеристик рефлексивності зі складниками особистісної саморегуляції в курсантів, які навчаються у звичайних умовах. Результати представлені в таблиці 2.

У курсантів, які навчаються у звичайних умовах, визначено значущий позитивний кореляційний зв'язок між шкалою «Ретро-

спективна рефлексія» та таким складником особистісної саморегуляції, як «Моделювання»,  $r = 0,42$ .

У групи цих курсантів спостерігається схильність до аналізу вже виконаної в минулому діяльності, подій, передумов, мотивів, змісту минулої поведінки, результатів і помилок, відповідно підвищується розвинутість уявлень про зовнішні та внутрішні умови діяльності, ступінь їх усвідомленості, деталізованості, адекватності.

Взаємозв'язки складників особистісної саморегуляції з парціальними характеристиками рефлексії курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, надано в таблиці 3.

У групі курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, визначений значущий кореляційний зв'язок між шкалою «Ретроспективна рефлексія» та шкалою «Самостійність», за  $r = 0,80$ .

У курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, виявлено, що з підвищенням схильності до аналізу вже виконаної в минулому діяльності, передумов, мотивів і причин подій, змісту минулої поведінки, результатів і помилок підвищується автономність, незалежність від оточення, здібність самостійно планувати діяльність і поведінку, організовувати роботу з досягнення поставленої мети, контролювати перебіг її виконання.

У групі курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, визначені значущі негативні кореляційні зв'язки між шкалою «Рефлексія теперішнього» та такими шкалами, як «Планування»,  $r = -0,57$ ; «Моделювання»,  $r = -0,79$ ; «Програмування»,  $r = -0,76$ .

У групі курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, з підвищенням схильності до безпосереднього самоконтролю поведінки в актуальній ситу-

Таблиця 3

**Взаємозв'язки складників особистісної саморегуляції з парціальними характеристиками рефлексії курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу (r)**

Шкали	РР	РТ	РМ	РСп
Планування	- 0,34	- 0,57**	0,80**	- 0,63*
Моделювання	0,26	- 0,79**	0,26	0
Програмування	0,36	- 0,76**	0,29	0,06
Оцінка результату	- 0,36	0,05	0,46*	- 0,45*
Гнучкість	- 0,36	0,36	0,36	- 0,40
Самостійність	0,80**	0,34	- 0,57**	0,75**
Загальний рівень саморегуляції	0,05	- 0,36	0,46*	- 0,22

Примітка 1: РР – ретроспективна рефлексія; РТ – рефлексія теперішнього; РМ – рефлексія майбутнього; РСп – рефлексія спілкування.

2. \* – значущість зв'язків 0,05; \*\* – значущість зв'язків 0,01.



ації, осмислення її елементів, аналізу того, що відбувається, здатності до співвіднесення своїх дій із ситуацією і їх координації відповідно до мінливих умов і власного стану, до обмірковування своєї поточної діяльності знижуються:

- сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, реалістичність, деталізованість, ієрархічність і стійкість планів, самостійність;

- розвинутість уявлень про зовнішні та внутрішні умови діяльності, ступінь їх усвідомленості, деталізованості, адекватності, здатність виділяти значущі умови досягнення цілей як у наявній ситуації, так і в перспективному майбутньому;

- автономність, незалежність від оточення, здібність самостійно планувати діяльність і поведінку, організувати роботу з досягнення поставленої мети, контролювати перебіг її виконання.

У групі курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, між шкалою «Рефлексія майбутнього» та таким складником особистісної саморегуляції, як «Планування» виявлено значущий позитивний кореляційний зв'язок,  $r = 0,80$ ; та зі складником особистісної саморегуляції «Самостійність» – значущий негативний кореляційний зв'язок,  $r = -0,57$ .

У курсантів, що навчаються в межах програми психологічного супроводу, з підвищенням схильності до аналізу майбутньої діяльності, поведінки, планування та прогнозування підвищується сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани в них є більш реалістичними, деталізованими, ієрархічними і стійкими, цілі діяльності висуваються більш самостійно; водночас знижується автономність, незалежність від оточення, здатність організувати роботу з досягнення поставленої мети, контролювати перебіг її виконання.

У курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, визначено значущі негативні кореляційні зв'язки між шкалою «Рефлексія спілкування» та такими складниками особистісної саморегуляції, як «Планування»,  $r = -0,63$  і «Оцінка результату»,  $r = -0,45$ , а також значущий позитивний негативний кореляційний зв'язок між «Рефлексією спілкування» та «Гнучкістю»,  $r = 0,75$ .

У курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, з підвищенням здатності до аналізу мислення інших людей, їхніх дій, своєї взаємодії з ними та взаємодії інших осіб між собою підвищується здатність легко змінювати плани і програми дій і поведінки, здатність швидко оцінювати зміну значущих умов і перебудовувати програму дій, своєчасно оцінювати сам факт неузгодженості і здійснювати відповідну корекцію.

З підвищенням здатності до аналізу мислення інших людей, їхніх дій, своєї взаємодії з ними та взаємодії інших осіб між собою у групі курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, знижуються:

- сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани в них більш реалістичні, деталізовані, ієрархічні і стійкі, цілі діяльності висуваються більш самостійно;

- сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, плани в них більш реалістичні, деталізовані, ієрархічні і стійкі, цілі діяльності висуваються більш самостійно;

- здатність виділяти значущі умови досягнення цілей, більш успішно оцінювати як сам факт неузгодженості отриманих результатів з метою діяльності, так і причини, що призвели до нього, гнучко адаптуючися до зміни умов.

**Висновки із проведеного дослідження.** За результатами дослідження взаємозв'язків парціальних характеристик рефлексивності зі складниками особистісної саморегуляції в курсантів, які навчаються в різних умовах, можна зробити нижчезазначені висновки.

Курсантам, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, більш притаманна сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, програмування, оцінці результатів, гнучкості, самостійності.

У курсантів, які навчаються у звичайних умовах, спостерігається зниження показників за всіма складниками особистісної саморегуляції, крім шкали «Моделювання», через певну недостатність цілісного процесу саморегуляції.

У дослідженні взаємозв'язків особистісної саморегуляції зі складниками симптомокомплексу рефлексивності було виявлено таке:

1. У курсантів, які навчаються у звичайних умовах, з підвищенням схильності ретроспективної рефлексії підвищується розвинутість уявлень про зовнішні та внутрішні умови діяльності, ступінь їх усвідомленості, деталізованості, адекватності.

2. У курсантів, які навчаються в межах програми психологічного супроводу, з підвищенням схильності до ретроспективної рефлексії підвищується автономність, незалежність від оточення, здібність самостійно планувати діяльність і поведінку. З підвищенням схильності до рефлексії актуальної ситуації в цій групі знижується: сформованість потреби в усвідомленому плануванні діяльності, реалістичність і деталізованість планів, самостійність визначення цілей діяльності; розвинутість уявлень про зовніш-

ні та внутрішні умови діяльності, здатність виділяти значущі умови досягнення цілей як у наявній ситуації, так і в майбутньому; а також автономність, незалежність від оточення, здібність самостійно планувати діяльність і поведінку.

---

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Асмолов А.Г. Психология личности: учебник. М.: Изд-во МГУ, 1990. 367 с.
2. Боришевський М.Й. Моральна саморегуляція поведінки: поняттєвий апарат. К.: Інститут психології ім. Г.С. Костюка АПН України, 1993. 69 с.
3. Винославська О.В., Бреусенко-Кузнецов О.А., Зликов В.Л. Психологія: навчальний посібник. К. : Фірма «ІНКОС», 2005. 351 с.
4. Карпов А.В. Психология рефлексивных механизмов деятельности. М.: ИП РАН, 2004. 226 с.
5. Кацера А.А., Кобзарь А.В. Подходы к трактовке саморегуляции в психологии. Психологические науки: теория и практика: материалы II междунар. научн. конф. (г. Москва, март 2014 г.). М.: Буки-Веди, 2014. С. 10–12.
6. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект). Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 5–12.
7. Лисенко-Гелемб'юк К.М. Саморегуляція особистості в умовах підготовки педагогів до професійної діяльності. Педагогічний дискурс. 2012. Вип. 13. С. 197–201.
8. Сидоренко Н.І. Особливості усвідомлення саморегуляції довільної активності майбутніх педагогів. Наука і освіта. 2006. № 3. С. 35–47.