

**Зобнина Татьяна Венеровна**

д-р психол. наук, профессор

**Кислякова Любовь Петровна**

канд. техн. наук, начальник ОМиСТВ

Шуйский филиал ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет»

г. Шуя, Ивановская область

## **СИЛА ВОЛИ КАК ПРЕДИКТОР ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПРОИЗВОЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ ПЕДАГОГОВ**

***Аннотация:** способность к осознанной саморегуляции произвольной активности является важной предпосылкой успешности любого вида деятельности. Выдвинув предположение о наличии связи между общим уровнем саморегуляции произвольной активности и силой воли человека, авторы статьи осуществили эмпирическую проверку данной гипотезы на выборке студентов-первокурсников, обучающихся в вузе по педагогическим направлениям подготовки. Обследование студентов численностью 106 человек было проведено с помощью таких психодиагностических методик, как «Стиль саморегуляции поведения (ССПМ)» (автор В.И. Моросанова), «Диагностика силы воли» (автор Н.Н. Обозов). Обработка полученных результатов с помощью методов корреляционного и регрессионного анализа позволила сделать вывод о том, что сила воли является предиктором общего уровня саморегуляции произвольной активности у студентов – будущих педагогов.*

***Ключевые слова:** осознанная саморегуляция произвольной активности, сила воли, студенты – будущие педагоги.*

Успешность в любом виде деятельности предполагает наличие у человека развитых процессов саморегуляции, т. к. без умений самостоятельно ставить цель, намечать программу своих действий, мобилизовать собственные силы для достижения поставленной цели возможности человека могут остаться нереализованными, а успех достигнут не будет. Не случайно проблема саморегуляции

произвольной активности человека изучается в разных аспектах: психофизиологическом, индивидуально-психологическом, педагогическом.

В качестве особой формы психической регуляции поведения и деятельности человека многие ученые рассматривают волю (И.М. Сеченов, М.Я. Басов, Е.П. Ильин, В.И. Селиванов и др.). Специфическая функция воли и заключается в регуляции действий человека (их инициации, сравнении процесса и результата их выполнения с имеющимся образцом, корректировке и т. д.).

С целью изучения взаимосвязи осознанной саморегуляции произвольной активности и силы воли у студентов-будущих педагогов нами было проведено исследование на базе Шуйского филиала ФГБОУ ВО «Ивановский государственный университет». В исследовании приняли участие 106 студентов-первокурсников, обучающихся по педагогическим направлениям подготовки, в возрасте 17–18 лет.

Изучение индивидуальных особенностей саморегуляции учебной деятельности студентов проводилось с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения (ССПМ)» (автор В.И. Моросанова). Данная методика позволяет выявить общий уровень, или степень осознанной саморегуляции произвольной активности, а также уровень развития регуляторных процессов (планирование целей, моделирование значимых условий деятельности, программирование предстоящих исполнительских действий, оценивание и коррекция своей активности) и регуляторных свойств личности (гибкости, самостоятельности).

Исследование показало, что средние арифметические значения общего уровня саморегуляции деятельности, а также уровня развития отдельных звеньев процесса саморегуляции и регуляторно-личностных свойств у студентов-первокурсников относительно невысоки (хотя разброс данных по выборке достаточно велик). Большинству студентов (66% от общего числа участников исследования) присущ средний уровень развития изученных параметров саморегуляции, лишь у одной пятой части выборочной совокупности выявлен высокий уровень

сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции произвольной активности.

В процессе изучения способности студентов к волевому усилию нами применялась методика «Диагностика силы воли» (Н.Н. Обозов). Анализ результатов проведенного исследования показал, что для большинства студентов-первокурсников характерен средний уровень развития силы воли (58,6% от общего числа опрошенных), у 37,9% из них выявлена большая сила воли, лишь немногие студенты (3,5%) отличаются слабой силой воли.

С целью проверки предположения о существовании взаимосвязи между уровнем саморегуляции деятельности и силой воли студентов мы провели корреляционный анализ. Значение коэффициента корреляции Пирсона составило 0,295 ( $p < 0,01$ ), что явилось свидетельством наличия статистически значимой положительной взаимосвязи между исследуемыми переменными. Статистически значимые взаимозависимости были выявлены также между силой воли студентов и основными регуляторными процессами, такими как моделирование внешних и внутренних условий деятельности ( $r = 0,193$ ;  $p < 0,05$ ); программирование предстоящих действий, ( $r = 0,410$ ;  $p < 0,01$ ); контроль, оценка и коррекция результатов деятельности ( $r = 0,212$ ;  $p < 0,05$ ). Эти данные свидетельствуют о том, что реализация названных регуляторных действий требует от студентов проявления силы воли, наибольшие волевые усилия они прилагают в ходе программирования действий, необходимых для достижения поставленной цели.

Подтверждением наличия взаимосвязи между общим уровнем саморегуляции деятельности и силой воли студентов явились также выявленные нами статистически значимые различия в уровне силы воли между группами студентов с высоким и низким уровнями саморегуляции деятельности. Среднее арифметическое значение силы воли у студентов с высоким общим уровнем саморегуляции деятельности составило  $23,50 \pm 0,40$  балла; среднее арифметическое значение силы воли у студентов с низким общим уровнем саморегуляции было равно

18,85 ± 0,65 балла. Сравнение этих подгрупп студентов с помощью  $t$  – критерия Стьюдента показало, что студенты с высоким общим уровнем саморегуляции деятельности статистически значимо превосходят студентов с низким общим уровнем саморегуляции деятельности по уровню силы воли ( $t = 6,39$ ;  $p < 0,001$ ).

Выдвинув предположение о том, что общий уровень осознанной саморегуляции деятельности студентов обусловлен уровнем их силы воли, а также принимая во внимание наличие статистически значимой взаимозависимости между этими свойствами, мы провели регрессионный анализ. В качестве зависимой переменной (результативный признак) был определен общий уровень осознанной саморегуляции произвольной активности, в качестве независимой переменной (факторный признак) – сила воли. Учитывая то обстоятельство, что при проведении регрессионного анализа результативный признак должен подчиняться закону нормального распределения, мы с помощью одновыборочного критерия Колмогорова – Смирнова проверили распределение значений общего уровня осознанной саморегуляции по выборке на нормальность распределения. Вероятность Асимпт. знч. (двухсторонняя) в распределении значений данного свойства составила 0,239. Это значение превышало 0,05, следовательно, ряд данных не имел в нашем случае отклонений от нормального распределения.

Анализ данных таблицы «Сводка для модели» показал, что значение коэффициента детерминации ( $R$ -квадрат), определяющего долю вариации результативного признака (отклика), объясняемую вариацией факторного признака (предиктора), составляет 0,087. Это позволило говорить о том, что вариация показателей общего уровня саморегуляции объясняется вариацией показателей силы воли примерно на 8%, остальные 92% объясняются воздействием других факторов.

Значение  $F$ -критерия Фишера, равное 9,924, и его  $p$ -уровень значимости (0,002), представленные в таблице «Дисперсионный анализ», позволили говорить о том, что коэффициент корреляции между зависимой и независимой

переменными статистически значим и модель регрессии может быть содержательно интерпретирована.

Следующим этапом регрессионного анализа стало определение значения коэффициента регрессии  $k$ , показывающего, насколько изменится в среднем значение результативного признака при увеличении факторного признака на единицу собственного значения, и свободного члена  $b$  (константа), отражающего усредненное влияние на результативный признак неучтенных в исследовании факторов. Анализ данных таблицы «Коэффициенты» показал, что  $k = 0,408$ ;  $b = 21,099$ . Таким образом, линейное уравнение регрессии в нашем случае имеет вид:

$$\text{«Общий уровень саморегуляции»} = 0,408 \times \text{«Сила воли»} + 21,099$$

Из таблицы «Коэффициенты» были взяты также значения стандартизованного коэффициента регрессии (Бета), критерия  $t$ -Стьюдента и его уровень значимости, поскольку в уравнение регрессии принимаются только те регрессионные коэффициенты, которые являются статистически значимыми. Значение стандартизованного коэффициента регрессии (Бета), являющегося показателем вклада каждой переменной в регрессионную модель (в нашем случае такая переменная одна) составило 0,295, значение критерия  $t$  – Стьюдента было равно 3,150; эти коэффициенты значимы (0,002), следовательно, они были приняты в уравнение регрессии.

Тем самым гипотеза о том, что сила воли является предиктором общего уровня осознанной саморегуляции произвольной активности студентов – будущих педагогов, нашла свое эмпирическое подтверждение.

### ***Список литературы***

1. Ильин Е.П. Мотивация и мотивы: Учебное пособие. – СПб.: Питер, 2006. – 512 с.
2. Ильин Е.П. Психология воли. – СПб.: Питер, 2009. – 368 с.
3. Конопкин О.А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности // Вопросы психологии. – 2008. – №3. – С. 22–34.

4. Моросанова В.И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. – Когито-Центр, 2004. – 44 с.

5. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. – М.: Наука, 2010. – 519 с.