

УДК: 159.9.07

DOI: 10.25629/НС.2024.01.29

САМОУВАЖЕНИЕ КАК РЕСУРС ОСОЗНАННОЙ РЕГУЛЯЦИИ УЧЕБНОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КУРСАНТОВ МЧС РОССИИ

Земскова А.А.

Дальневосточная пожарно-спасательная академия – филиал Санкт-Петербургского университета ГПС МЧС России

Аннотация

Важность изучения особенностей самоуважения и саморегуляции учебной деятельности курсантов МЧС России обусловлена значимостью периода их саморазвития, освоения профессионально ориентированных видов деятельности, процесса самоактуализации и определения своего места в профессиональном мире. Успешность освоения профессиональной деятельности (на этапе обучения) будет зависеть от того, насколько высоко личность оценивает себя и собственные успехи. В исследовании приняли участие 141 курсант академии 1–5 курсов обучения факультета пожарной безопасности. Для решения эмпирических задач использовали следующие методы: шкала самоуважения М. Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale), опросник осознанной регуляции учебной деятельности студентов П.Р. Галузо (2013); методы математической статистики: коэффициент корреляции Спирмена и непараметрический U-критерий Манна-Уитни. В настоящей работе были выявлены различия в особенностях регуляции учебной деятельности у курсантов в низком и высоком уровне самоуважения по следующим шкалам: «общий уровень регуляции» ($P < 0,05$), «понимание смысла» ($P < 0,05$), «оценка результатов» ($P < 0,05$), «коррекция» ($P < 0,05$). Определено, что высокий уровень самоуважения, уверенность в собственной значимости, своих способностях и возможностях, нравственности и морали будут являться ресурсом для формирования осознанной регуляции учебной деятельности, понимания целей и смысла обучения в собственной жизни, планирования, прогнозирования, программирования, контроля учебной деятельности, и в целом осознания себя субъектом учебной деятельности.

Ключевые слова

Самоуважение, осознанная регуляция, самооценка, психологическое благополучие, учебная деятельность.

Введение

Актуальность изучаемой темы не вызывает сомнения, так как успешность освоения учебной деятельности курсантов МЧС России напрямую зависит от их самооценки, способностей, самопознания, нравственности и морали, как отдельных сторон самоуважения. Изучение феномена самоуважения позволит расширить представление об осознанной регуляции учебной деятельности и глубже понять причины возникновения современных проблем обучения в вузе.

Краткий обзор литературы

Впервые о феномене самоуважения говорил W. James, описывая его в одном из своих первых учебников по психологии, как о соответствии успешности личности уровню её притязаний [10]. А. Adler определил понятие самоуважения, как способ преодоления чувства неполноценности, присущего большей части населения [1, 6]. К. Horney в своих трудах говорила о том,

что здоровое самоуважение является ключом к решению многих психологических проблем [7]. А. Maslow, С.Р. Rogers показали ключевую роль самоуважения для благополучия и гармоничного развития личности [13, 16]. М. Rosenberg рассматривает данное понятие как стабильную личностную черту [19]. Однако единое понимание феномена самоуважения в настоящее время отсутствует, ввиду его изменчивости, подверженности влиянию среды и жизненных трудностей [17].

В отечественной и зарубежной психологии посвящено много научных исследований изучению темы самоуважения (О.М. Анисимова, Е.М. Трошина, 2008, Ю.В. Обухова, 2012, К.О. Меджидова, 2018, М.В. Лункина, 2021, J. Crocker, L. E. Park, 2003, N. Burton, 2015, M.N. Rosen, 2016).

Феномен самоуважения тесно связан с понятием самооценки, однако не тождественен ему. Термин самоуважения означает процесс суждения, в результате которого личность рассматривает результаты своей деятельности, способности, индивидуальные качества, в соответствии с личной системой ценностей и норм, и оценивает свои успехи [15, С. 37-41]. Самоуважение личности связано с самооценкой, так как происходит отражение чувств личности в отношении своих способностей, качеств, результатов деятельности в различных областях [15, С. 37-41].

В условиях современности уверенность в себе у людей строится в основном на основе личных способностей и достижений. Людям легче построить уверенность в себе, чем самооценку, и, объединяя одно с другим (M.D. Burton, 2015). Люди стремятся поддерживать, защищать и повышать самооценку, пытаясь добиться успеха и избежать неудач в областях, от которых зависит их самооценка [18]. Однако в основе самоуважения лежат не внешние показатели успешности, а здоровое чувство общей ценности и самооценки [18].

По мнению М. Rosenberg каждое общество или группа имеют свои стандарты совершенства, и именно в рамках этих стандартов складывается самооценка личности. Социальные факторы определяют самооценку и оказывают на неё существенное влияние. Оценка осуществляется по определённым критериям, которые вытекают из конкретных исторических условий жизни общества и характерных для него акцентов. М. Rosenberg описал факторы, особенно характерные или совершенно уникальные для самоотношения. При изучении самоотношения, в отличие от отношения к общественному мнению, обследуемые описывают различные объекты; все они мотивированы на одинаковое (позитивное) отношение к этим объектам; в отличие от других объектов «Я» важно для всех; человек, формирующий отношение, и объект, к которому оно формируется, одинаковы; существуют определенные виды эмоциональных реакций, характерные только для «Я» и эго-вовлеченных объектов; и определенные социальные силы, влияющие на отношение к общественному мнению, в значительной степени не имеют отношения к самоотношению [19].

В настоящее время в отечественной психологии много исследований посвящено теме самоуважения как фундаментальной характеристики личности. Новгородова Е.Ф (2018) изучила самоуважение, как медиатор связи между социально-предписанным перфекционизмом и удовлетворенностью жизнью [14, С. 16-24]. Замараева М.В. Хашаева С.В. (2020) феномен самоуважения представили в контексте межличностных отношений в разных социальных группах [8, С. 123-127]. Шукшина Л.В., Кожухарь Е.В. (2021) самоуважение рассмотрели в качестве предиктора мотивации достижения успеха у студентов [9, С. 134-143]. Дроздова А.А. Кубышкина М.Л. (2017) исследовали взаимосвязи самоуважения и стремления к духовному развитию студентов [17]. Гордеева Т.О. Лункина М.В. (2017) рассматривают три типа оснований для самоуважения: основанное на проявлении усилий с целью достижения высоких результатов; на позитивном оценивании собственных результатов другими; на псевдодостижениях – невротическое самоуважение [4, 12].

Как говорил А. Бандура, люди с высоким уровнем самоуважения более настойчивы и целеустремлены, обладают устойчивой самооценкой, менее тревожные, депрессивные [5].

Важность изучения особенностей самоуважения и саморегуляции учебной деятельности курсантов МЧС России обусловлена значимостью периода их саморазвития, освоения профессионально ориентированных видов деятельности, процесса самоактуализации и определения

своего места в профессиональном мире. Успешность освоения профессиональной деятельности (на этапе обучения) будет зависеть от того, насколько высоко личность оценивает себя и собственные успехи.

Глубокое познание себя, позитивное отношение к себе, устойчивая самооценка, целеустремленность у курсантов МЧС России будут являться основой для формирования осознанной регуляции своей учебной деятельности и повышать уровень самоуважения, как одного из важных компонентов психологического благополучия.

Цель исследования – изучить самоуважение, как ресурс осознанной регуляции учебной деятельности курсантов МЧС России.

Материалы и методы исследования

В исследовании приняли участие 141 курсант Дальневосточной пожарно-спасательной академии 1-5 курсов обучения факультета пожарной безопасности. Для решения эмпирических задач использовали следующие методы: шкала самоуважения М. Розенберга (Rosenberg's Self-Esteem Scale), опросник осознанной регуляции учебной деятельности студентов (ОРУДС) П.Р. Галузо (2013) [3, С. 66-110]; методы математической статистики: коэффициент корреляции Спирмена и непараметрический U-критерий Манна-Уитни.

Результаты исследования и их обсуждение

Одной из составных частей психологического благополучия личности является самоуважение, как субъективная внутренне положительная или отрицательная оценка самого себя. Самоуважающая себя личность проявляет уверенность в себе при достижении цели, осознаёт собственную ценность, живет по принципу – «быть счастливым», испытывает ощущение комфорта при осознании собственных желаний и потребностей. Самоуничижение, наоборот, снижает уровень самооценки, повышает тревожность личности и может являться следствием возникновения депрессивного состояния и психосоматических симптомов. В процессе самоуничижения личность даёт отрицательную оценку результатам своей деятельности, способностям, индивидуальным качествам, успехам, что в дальнейшем влияет на формирование негативной установки. По мнению П.Р. Галузо, базовые установки обучаемых связаны с системой осознанной регуляции учебной деятельности, посредством осознания жизненных смыслов, моделирования, программирования, контроля и принятия решения в учебной деятельности [2, С. 201-214].

На первом этапе исследования методами математической статистики выявили взаимосвязи между феноменом самоуважения и особенностями саморегуляции учебной деятельности у курсантов МЧС России (табл. 1).

Выявлено, что с повышением показателей самоуважения способность осознанно регулировать свою учебную деятельность у курсантов становится более выражена. Уверенность в себе дает курсантам понимание жизненного смысла учебной деятельности, позволяет им формировать стабильные цели обучения и выстраивать дальнейшие долгосрочные планы. Сформированные профессиональные интересы дают личности курсантов прогнозировать учебную деятельность, то есть предвидеть условия и обстоятельства обучения.

Зрелая, эмоционально независимая личность обучаемого, опирающаяся на собственные возможности способна самостоятельно и последовательно контролировать процесс и результат своей учебной деятельности, а также формировать критерии собственной успешности.

Самыми важным, на мой взгляд, показателями регуляции учебной деятельности у курсантов, тесно коррелируемыми с самоуважением, являются оценка результатов обучения и коррекция, опирающиеся на отношение личности к себе, как к субъекту деятельности. Курсанты с высоким уровнем самоуважения и самооценки адекватно оценивают собственные возможности, потенциал, личностный вклад в процесс усвоения учебного материала и полученный

результат, как положительный, так и отрицательный. В случае отрицательной оценки собственной учебной деятельности, курсанты способны самостоятельно, осознанно, своевременно внести изменения в процесс обучения для повышения качества и результативности.

Таблица 1 – Взаимосвязь самоуважения с особенностями саморегуляции учебной деятельности у курсантов МЧС России

ОРУД	Самоуважение	
	г	р
Общий уровень регуляции	0,274	0,001
Понимание смысла	0,205	0,05
Целеполагание	0,195	0,05
Моделирование	0,099	-
Прогнозирование	0,183	0,05
Планирование	0,008	-
Программирование	0,160	-
Контроль	0,243	0,01
Оценка результатов	0,220	0,01
Коррекция	0,300	0,001
Принятие решений	0,073	-

На втором этапе исследования с целью изучения различий в особенностях саморегуляции учебной деятельности курсантов МЧС России с разным уровнем самоуважения, разделили выборку на группы – 1-я группа с низким, 2-я группа со средним и 3-я группа с высоким уровнем самоуважения (табл. 2).

Таблица 2 – Группы курсантов с разным уровнем самоуважения

Уровень самоуважения (группа)	N	(M±σ)
1-я группа	23	11±5,8
2-я группа	39	20,6±1
3-я группа	78	25,5±5

1-я группа курсантов, отличающаяся низким уровнем самоуважения, имеет склонность видеть в себе недостатки, обращать внимание на свои слабые стороны, обвинять себя в случае неудачи. Высокий уровень самоуничижения может препятствовать курсантам в достижении своих целей и успешности в деятельности. 2-группа курсантов балансирует между показателями самоуважения и самоуничижения: при достижении успеха у обследуемых может наблюдаться повышение уровня самооценки, однако неудачи могут вновь привести к состоянию неадекватной оценки своих возможностей и способностей. 3-группа курсантов способна адекватно оценивать свои возможности и способности, сохраняет уважение к себе как личности, даже при столкновении с неудачей.

Таким образом, первый этап исследования позволяет нам сделать вывод о преобладании положительного уровня самоуважения переменного личного состава академии (78 человек), однако стоит отметить выраженность показателя самоуничижения (23 человека), что требует дополнительного исследования и выявления причинно-следственных связей.

На третьем этапе исследования провели сравнительную характеристику осознанной регуляции учебной деятельности (ОРУД) у групп курсантов с разным уровнем самоуважения (табл. 3).

Таблица 3 – Осознанная регуляции учебной деятельности курсантов с разным уровнем самоуважения

ОРУД	1-я группа	2-я группа	3-я группа
Общий уровень регуляции	124±15,4	127±10	131,6±11,6
Понимание смысла	13,5±1,5	14,0±1,7	14,2±1,8
Целеполагание	12,8±2,0	13,2±1,4	13,6±1,6
Моделирование	13,2±2,0	12,8±1,9	14,5±10,5
Прогнозирование	13,0±2,0	12,8±1,6	13,4±1,6
Планирование	12,6±2,0	12,6±1,3	12,6±1,9
Программирование	13,0±2,0	13,1±1,4	13,5±1,8
Контроль	12,0±2,0	11,7±1,7	12,7±1,8
Оценка результатов	11,8±2,3	12,0±1,7	12,7±1,7
Коррекция	11,7±2,6	12,2±1,7	12,8±1,8
Принятие решений	12,3±1,8	12,1±1,7	12,5±1,7

Различия в исследуемых группах подтвердили методом математической статистики U-критерием Манна-Уитни по следующим шкалам: «общий уровень регуляции» ($P<0,05$), «понимание смысла» ($P<0,05$), «оценка результатов» ($P<0,05$), «коррекция» ($P<0,05$). У курсантов 3-й группы в целом отмечается выше уровень осознания смысла учебной деятельности. В процессе понимания смысла учебной деятельности курсанты более четко представляют цели учения, выстраивают на этой основе планы и формируют программы для личностного роста. У курсантов 1-ой группы наблюдается сниженный уровень осознанности смысла учебной деятельности, поверхностность представлений о месте и значении учебной деятельности в его жизни. Также различия наблюдаются в адекватности, внутренней согласованности и устойчивости оценки результатов учебной деятельности. На оценку собственной успешности в учебной деятельности курсантов 1-ой группы большее влияние оказывают внешние факторы, обстоятельства жизнедеятельности, ведущие к неустойчивости оценочных суждений, а также снижению способности вносить своевременные улучшающие изменения в процесс обучения.

Общий уровень регуляции учебной деятельности курсантов 3-й группы выше, чем у 1-ой группы ($P<0,05$). Курсанты с высоким уровнем самоуважения осуществляют регуляцию учебной деятельности в соответствии с жизненным смыслом и целями, являются полноправными субъектами учения. Курсанты с низким уровнем самоуважения в меньшей степени проявляют способность к регуляции учебной деятельности, что может отразиться в целом на уровне познавательной активности.

Заключение

Высокий уровень самоуважения, уверенность в собственной значимости, своих способностях и возможностях, нравственности и морали будут являться ресурсом для формирования осознанной регуляции учебной деятельности, понимания целей и смысла обучения в собственной жизни, планирования, прогнозирования, программирования, контроля учебной деятельности, и в целом осознания себя субъектом учебной деятельности.

Развитая саморегуляция учебной деятельности курсантов МЧС России в сочетании с высоким уровнем самоуважения составляют психологическую основу осознания значимости приобретаемой профессии «Инженер пожарной безопасности», повышения мотивации личностного развития и профессионального самосовершенствования.

Библиография

1. Адлер, А. Воспитание детей. Взаимодействие полов / Пер с англ., А. А. Валеева и Р. А. Валеевой. (The Education of Children. Gateway Editions, Ltd South Bend Indiana, 1978). Ростов н/Д, изд-во «Феникс», 1998. С.20-45

2. Галузо, П.Р. Актуальные проблемы психологии личности : сборник научных статей / Учреждение образования «Гродненский государственный университет имени Янки Купалы»; науч. ред.: К.В. Карпинский, В.А. Мазилев. – Гродно : ГрГУ им. Янки Купалы, 2016. С. 201-214.
3. Галузо, П.Р. Разработка опросника осознанной регуляции учебной деятельности студентов (ОРУДС) / П.Р. Галузо // Психологическая диагностика. – 2013. – №4. – С. 66-110.
4. Гордеева Т.О. Базовые типы мотивации деятельности: потребностная модель // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. №3. 2014. С. 63-78.
5. Гордеева, Т.О. Мотивация достижения: теории, исследования, проблемы, в Сб.: Современная психологии мотивации / Под ред. Д.А Леонтьева, М., «Смысл». 2002. С.74-78.
6. Гуревич, П.С. Психоанализ. Современная глубинная психология: учебник для магистров / П. С. Гуревич. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Издательство Юрайт, 2013. С. 25-45.
7. Дрожалкин, В.А. Понимание мотивации как побудителя человеческой активности / В.А. Дрожалкин. Текст: непосредственный // Молодой ученый. 2015. № 8 (88). С. 848-850.
8. Замараева, М. В. Самоуважение в контексте межличностных отношений / М. В. Замараева, С. В. Хашаева // Наукосфера. – 2020. – № 12-2. – С. 123-127.
9. Казначеева, Н. Б. Особенности жизнестойкости, мотивации к успеху и агрессивности у студентов / Н.Б. Казначеева, О.Б. Кононова // Ярославский педагогический вестник. 2023. №1 (130). С. 134-143.
10. Лункина, М. В. Основания самоуважения подростков и удовлетворенность базовых потребностей как источники психологического благополучия // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2019. №1. С. 214-219.
11. Лункина, М. В. Трансформация представлений о связи различных параметров самоуважения с психологическим благополучием: от уровня самоуважения к его основаниям // Вестник Московского университета. Серия 14: Психология. 2017. № 3. С. 60-75.
12. Лункина, М. В. Диагностика аутентичных и компенсаторных оснований самоуважения у подростков / М. В. Лункина, Т. О. Гордеева // Сибирский психологический журнал. 2019. №2. С.145-160.
13. Маслоу, А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999. С. 16-25.
14. Новгородова, Е. Ф. Самоуважение как медиатор связи между социально-предписанным перфекционизмом и удовлетворенностью жизнью // Психолог. – 2018. – № 1. С. 16-24.
15. Обухова, Ю. В. Самоуважение как фактор самоотношения личности (по материалам франкоязычных авторов) // Северо-Кавказский психологический вестник. 2012. №4. С. 37-41.
16. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Прогресс; Универс, 1994. С. 42-59.
17. Шукшина, Л. В. Жизнестойкость и самоуважение как предикторы мотивации достижения успеха у студентов / Л. В. Шукшина, Е. В. Кожухарь // ЦИТИСЭ. 2021. № 1. С. 462-477.
18. Crocker, J., & Park, L. E. Seeking self-esteem: Construction, maintenance, and protection of self-worth. In M. R. Leary & J. P. Tangney (Eds.), Handbook of self and identity. 2003. Pp. 291–313.
19. Rosenberg, M. Society and the Adolescent Self-Image. Princeton University Press, 1965. Pp. 338.

**SELF-ESTEEM AS A RESOURCE FOR CONSCIOUS REGULATION OF LEARNING
ACTIVITY OF CADET STUDENTS OF THE MINISTRY OF EMERGENCY SITUATIONS
OF THE RUSSIAN FEDERATION**

Zemskova A.A.

Far East Fire and Rescue Academy – Branch of St. Petersburg University of State Fire Service of
the Ministry of Emergency Situations of Russia

Abstract

The importance of studying the peculiarities of self-esteem and self-regulation of learning activity of cadets of the Russian Ministry of Emergency Situations is conditioned by the significance of the period of their self-development, mastering professionally oriented activities, the process of self-actualization and determination of their place in the professional world. The success of mastering professional activities (at the stage of training) will depend on how highly the personality evaluates himself and his own successes. The study involved 141 academy cadets of 1-5 courses of fire safety faculty. The following methods were used to solve empirical problems: Rosenberg's Self-Esteem Scale (Rosenberg's Self-Esteem Scale), P.R. Galuzo's questionnaire of conscious regulation of students' learning activity (2013); methods of mathematical statistics: Spearman's correlation coefficient and nonparametric Mann-Whitney U-criterion. The present research work revealed differences in the peculiarities of regulation of learning activity in cadets with low and high level of self-esteem on the following scales: «general level of regulation» ($P < 0.05$), «understanding of meaning» ($P < 0.05$), «evaluation of results» ($P < 0.05$), «correction» ($P < 0.05$). It was determined that a high level of self-esteem, confidence in their own importance, their abilities and capabilities, morality and morals will be a resource for the formation of conscious regulation of learning activities, understanding of the goals and meaning of learning in their own lives, planning, predicting, programming, control of learning activities, and in general awareness of themselves as a subject of learning activities.

Keywords

Self-esteem, conscious regulation, self-efficacy, psychological well-being, learning activities.