



УДК 159.92

DOI <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2019.28.12>

## **Взаимосвязь уровня самоконтроля и волевых свойств личности у студентов-психологов**

З. В. Диянова, Т. М. Щеголева

*Иркутский государственный университет, Иркутск, Россия*

**Аннотация.** Анализируется проблема взаимосвязи уровня самоконтроля и волевых свойств личности в психологии, представлены различные точки зрения по данному вопросу. Определена сущность самоконтроля, выделены его функции и особенности. Проанализированы основные подходы к проблеме волевой регуляции личности. Рассмотрены волевые свойства как один из критериев волевой регуляции. Приведены результаты эмпирического исследования взаимосвязи уровня самоконтроля и волевых свойств личности студентов-психологов. Установлена положительная значимая связь между общим уровнем самоконтроля, самоконтроля в деятельности, самооценкой силы воли и волевыми свойствами будущих психологов. Показано, что взаимосвязь уровня самоконтроля и волевых свойств будущих психологов имеет сложный и опосредованный характер.

**Ключевые слова:** образовательный процесс, самоконтроль личности студентов, самоконтроль в деятельности, самоконтроль в эмоциональной сфере, социальный самоконтроль, волевая регуляция, критерии волевой регуляции, волевые свойства личности, самооценка силы воли.

**Для цитирования:** Диянова З. В., Щеголева Т. М. Взаимосвязь уровня самоконтроля и волевых свойств личности у студентов-психологов // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2019. Т. 28. С. 12–19. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2019.28.12>

### **Введение**

В современных условиях развития общества возрастают требования к качеству профессионального образования, которые во многом определяются способностью обучающегося к саморегуляции и саморазвитию. В связи с этим особую значимость приобретают такие личностные ресурсы студентов, как самоконтроль и волевые свойства. Современный образовательный процесс предъявляет высокие требования к его субъекту. Качество учебного процесса в вузе во многом зависит от сформированности самоконтроля студентов. Самоконтроль позволяет им эффективно распределять учебное время, систематически готовиться к занятиям, самостоятельно изучать учебную литературу. Волевая регуляция и волевые свойства как один из критериев ее развития обеспечивают планирование студентами собственной деятельности, ее организацию и осуществление контроля и самоконтроля.

До настоящего времени остается неясным вопрос о том, является ли самоконтроль волевым свойством личности, хотя подобное утверждение было высказано еще С. Л. Рубинштейном. Однако большинство психологов,

занимающихся исследованием самоконтроля, выдвигают другую точку зрения: самоконтроль не относится к волевым свойствам, а связан с ними [Диянова, Щёголева, 2017; Истомина, Истомин, 2012; Никифоров, 1989]. Поэтому вопрос о взаимосвязи самоконтроля и волевых свойств личности остается открытым, что и определило цель нашего исследования.

Изучением проблемы самоконтроля и волевых свойств личности в психологии занимались С. Л. Рубинштейн, Т. О. Гордеева, Г. С. Никифоров, Р. Мэй и др. [Аникеева, 2013; Гордеева, Осин, Сучков, 2016; Иванников, 2006; Никифоров, 1989; Мэй, 2011; Рубинштейн, 2006; Франкл, 2000]. Под самоконтролем понимается способность человека принимать осознанные решения и реализовывать их. Самоконтроль является проявлением психической регуляции и обеспечивает самоорганизацию различных видов активности. Одной из первых работ, посвященных проблеме самоконтроля человека, является монография Г. С. Никифорова [Никифоров, 1989], где самоконтроль рассматривается с позиции системного анализа. Автор разработал представление о самоконтроле как фундаментальном психологическом механизме регуляции человеком деятельности и поведения; сформулировал предположение о том, что самоконтроль, не являясь волевым свойством личности, тесно связан с этими свойствами. Им выявлены особенности функционирования самоконтроля в психических процессах, состояниях и свойствах. Ученому удалось проследить закономерности формирования самоконтроля в онтогенезе.

Для нас представляет интерес прикладной аспект исследования самоконтроля, который раскрывается Г. С. Никифоровым применительно к задачам профессиональной подготовки. В монографии дан анализ развития самоконтроля в процессе подготовки обучающихся к работе в системе «человек – техника». Нам важно проанализировать проблему самоконтроля в процессе подготовки студентов – будущих психологов к работе в системе «человек – человек» [Никифоров, 1989].

В исследованиях Т. О. Гордеевой, Е. Н. Осина, Д. Д. Сучкова и др. самоконтроль рассматривается как личностно-мотивационный ресурс [Гордеева, Осин, Сучков, 2016]. По данным авторов, лица с высоким уровнем самоконтроля демонстрируют такой же уровень эмоциональной стабильности и психологического благополучия, которые оценивались через показатели удовлетворенности жизнью, преобладания позитивных или негативных эмоций и осмысленности жизни. Ими было также выявлено, что испытуемым с высоким самоконтролем свойствен конструктивный подход к анализу различных жизненных ситуаций. Кроме того, им присущи склонность к оптимистическому объяснению событий, навыки межличностного взаимодействия, интернальность. Полученные авторами результаты свидетельствуют о том, что чем больше у индивида выражен самоконтроль, тем выше его успешность и психологическое благополучие. Напротив, низкий самоконтроль является фактором риска в отношении широкого спектра личностных и межличностных проблем [Гордеева, Осин, Сучков, 2016, с. 53–55].

В контексте изучаемой нами проблемы особый интерес вызывают результаты еще одного исследования названных авторов, посвященного самоконтролю студентов. Они показывают, что у студентов первого года обучения выявилась положительная связь самоконтроля с успеваемостью, самоорганизацией, упорством и настойчивостью. Кроме того, полученные данные свидетельствуют, что высокий уровень самоконтроля проявляется в способности управлять своими эмоциями, сдерживать нежелательные реакции, регулировать настроение. Была обнаружена положительная значимая связь между самоконтролем студентов и показателями «целеполагание» и «планирование».

Испытуемые, обладающие высоким самоконтролем, обнаруживают такие личностные свойства, как «...надежность, склонность к упорядоченности, скрупулезности, дотошности и точности, склонность проверять и дорабатывать свою работу, а также проявлять упорство в запланированной деятельности и достижении намеченного результата» [Гордеева, Осин, Сучков, 2016, с. 54].

Приведенный анализ исследований в области самоконтроля позволяет предположить, что последний связан в первую очередь с волевой регуляцией и волевыми свойствами личности. В. А. Иванников рассматривает волевую регуляцию как сознательное управление человеком побуждений к осуществлению действий, которые принимаются им по необходимости и выполняются по собственному решению [Иванников, 2006].

По мнению ученого, волевые свойства выступают одним из критериев волевой регуляции наряду с такими критериями, как волевые действия, выбор мотивов и целей и регуляция внутренних состояний и психических процессов. Данный критерий рассматривается как наиболее эмпирический. Известно, что волевые свойства могут быть не связаны друг с другом. Кроме того, проявление волевых качеств не всегда свидетельствует о наличии воли. Оно может быть показателем сильной мотивации, самооценки, уровня притязаний, самоконтроля.

Проблема волевой регуляции нашла отражение в отечественной и зарубежной психологии в трудах [Иванников, 2006; Ильин, 2009; Мэй, 2011; Рубинштейн, 2006; Франкл, 2000 и др.]. Выделяются несколько направлений в исследованиях волевой регуляции: изучение механизмов преобразования произвольных процессов в произвольные, условий развития контроля над поведением и волевых свойств личности и др. Среди волевых качеств личности авторы отмечают такие как выдержка, решительность и смелость, инициативность и самостоятельность, настойчивость и целеустремленность [Глазунов, Сидоров, 2016; Раджабова, 2015]. С. Л. Рубинштейн наряду с выдержкой и самообладанием к волевым свойствам личности относит самоконтроль [Рубинштейн, 2006]. Опираясь на вышеизложенные взгляды психологов В. А. Иванникова, Г. С. Никифорова, мы предположили, что самоконтроль не относится к волевым свойствам, а связан с ними. Это позволило сформулировать гипотезу о взаимосвязи уровня самоконтроля и волевых свойств личности у будущих психологов.

Исследование проводилось на факультете психологии Иркутского государственного университета. В нем приняли участие 40 студентов 1-го курса. Выбор испытуемых обусловлен тем, что именно в юношеском возрасте складывается система саморегуляции поведения, которая детерминирует формирование волевых свойств личности и самоконтроля, а также тем, что самоконтроль и саморегуляция выступают как факторы личностно-профессионального становления [Аникеева, 2013; Антиголова, Черкевич, 2017; Гаранина, Мальцева, 2016].

### **Методы исследования**

С целью проверки выдвинутой гипотезы использовались следующие методики: «Самооценка волевых качеств личности» Н. Е. Стамбуловой, позволяющая измерять волевые свойства по параметрам выраженности и генерализованности; опросник для выявления самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении Г. С. Никифорова, В. К. Васильева и С. В. Фирсовой; тест «Самооценка силы воли» Н. Н. Обозова.

Результаты исследования были обработаны с помощью линейной корреляции  $r$ -Пирсона.

### **Результаты**

Высокий уровень самоконтроля выявился у 45 % студентов (18 человек), средний уровень самоконтроля показали 55 % студентов (22 человека). Низкий уровень самоконтроля у студентов не был обнаружен. Высокий уровень самоконтроля свидетельствует о способности обучающихся выдерживать большие психические и физические нагрузки, мобилизовать свои усилия при решении сложных задач. В процессе обучения это позволяет им равномерно распределять интеллектуальную нагрузку при подготовке к учебным занятиям. Студентам свойственны ответственность, сдержанность и дисциплинированность.

Результаты корреляционного анализа показали, что общий самоконтроль студентов-психологов тесно связан с их самоконтролем в деятельности ( $r = 0,69$ ,  $p \leq 0,01$ ) и социальным самоконтролем ( $r = 0,60$ ,  $p \leq 0,01$ ). Корреляции между общим самоконтролем и самоконтролем в эмоциональной сфере не выявлено. Это можно объяснить тем, что эмоции не всегда поддаются сознательному контролю. Значимые положительные связи общего самоконтроля и самоконтроля в деятельности, а также общего самоконтроля и социального самоконтроля обусловлены, по нашему мнению, тем, что учебная деятельность и общение являются важными сферами для студентов-психологов и регулируются на сознательном уровне, в отличие от эмоциональных состояний. Выявленная связь между общим самоконтролем и выраженной смелостью ( $r = 0,30$ ,  $p \leq 0,05$ ) свидетельствует о том, что студенты, обладающие смелостью и решительностью, способны контролировать себя во всех сферах активности (рис. 1).

Следует отметить, что самоконтроль в деятельности коррелирует с самооценкой силы воли. Студенты-психологи, отмечающие у себя высокий уровень силы воли, способны контролировать свою деятельность на всех ее этапах: прогнозирования, планирования, исполнения и оценки результатов.

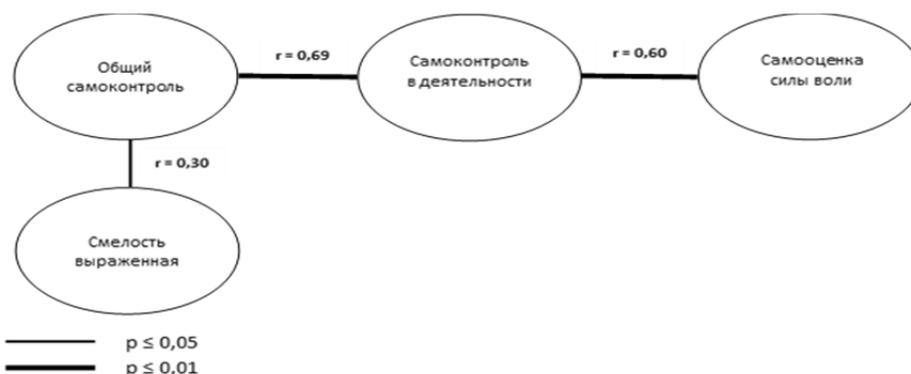


Рис. 1. Корреляционные связи общего самоконтроля, самоконтроля в деятельности, самооценки силы воли и волевого свойства «смелость» у студентов

Кроме того, самооценка силы воли тесно связана с такими волевыми свойствами, как устойчивое проявление целеустремленности и самостоятельности ( $r = 0,508$ ,  $p \leq 0,01$ ;  $r = 0,353$ ,  $p \leq 0,05$  соответственно). В свою очередь самостоятельность как устойчивое качество личности студентов-психологов коррелирует с генерализованной смелостью ( $r = 0,446$ ,  $p \leq 0,01$ ). Допускаем, что обучающиеся склонны проявлять смелость и решительность в широком спектре жизненных ситуаций. Наши наблюдения показывают, что будущих психологов, которые оценивают себя как волевых личностей, характеризуют инициативность, стремление к достижению поставленных целей, установка на результат (рис. 2).

Оценивая названные волевые свойства личности будущих психологов по двум параметрам – «выраженность» и «генерализованность», мы обнаружили, что оба параметра присущи только одному волевому качеству студентов – самообладанию ( $r = 0,406$ ,  $p \leq 0,01$ ).

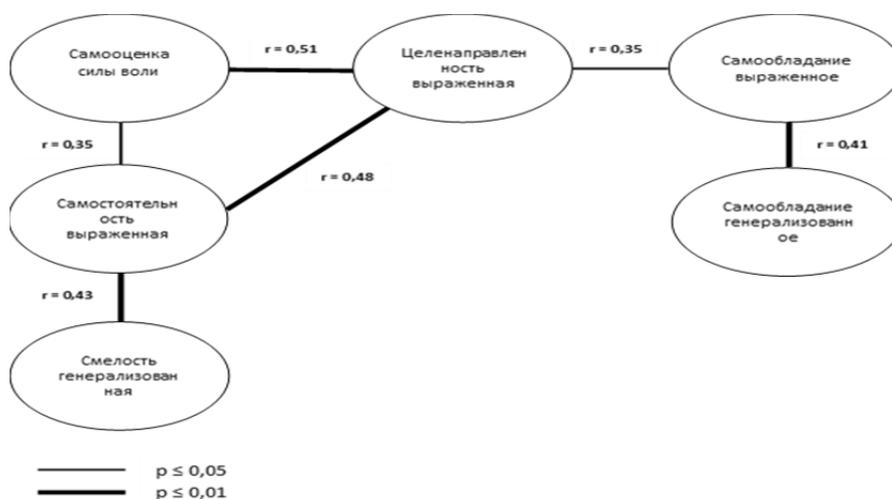


Рис. 2. Корреляционные связи самооценки силы воли и волевых свойств личности студентов

Возможно, это объясняется тем, что студенты оценивают самообладание и выдержку как качества, необходимые в жизни и будущей профессиональной деятельности. Это может быть связано с тем, что образ психолога-профессионала ассоциируется у них с такими характеристиками, как способность сохранять внутреннее равновесие, рационально действовать в сложных, конфликтных ситуациях, владеть собственными эмоциями, проявлять терпимость и хладнокровие. Последнее мы рассматриваем как подтверждение, что в самообладании интегрируются многие волевые свойства [Ильин, 2009]. Результаты исследования позволяют утверждать, что взаимосвязь самоконтроля и волевых свойств личности будущих психологов опосредована их самооценкой силы воли.

### Заключение

Анализ научных представлений о самоконтроле и его связи с волевыми свойствами личности продемонстрировал, что существуют противоположные позиции по вопросу о том, относится ли самоконтроль к волевым свойствам личности либо связан с ними. Мы предположили, что самоконтроль, не являясь волевым свойством личности, тем не менее связан с волевыми свойствами.

Наше эмпирическое исследование, направленное на изучение взаимосвязи самоконтроля и волевых свойств личности студентов-психологов, позволило выявить различного рода связи между самоконтролем студентов и их волевыми свойствами. Общий самоконтроль имеет значимую связь с самоконтролем в деятельности и с таким волевым свойством личности, как смелость.

Между самоконтролем и другими волевыми свойствами существует связь, которая опосредована самооценкой силы воли. Она проявляется прежде всего в контроле студентов за собственной деятельностью, требующей от них развития определенных волевых качеств – целеустремленности, выдержки, самостоятельности и самообладания. Таким образом, самоконтроль не относится к волевым свойствам, а связан с ними.

### Список литературы

- Аникеева Н. В.* Значение волевых качеств личности в профессиональном становлении // Вестн. Моск. ун-та МВД России. 2013. № 5. С. 243–245.
- Антилогова Л. Н., Черкевич Е. А.* Саморегуляция психических состояний личности в подростковый период // Вестн. Ом. ун-та. Сер. Психология. 2017. № 3. С. 12–23.
- Гаранина Ж. Г., Мальцева О. Е.* Саморегуляция как фактор личностно-профессионального саморазвития будущих специалистов // Интеграция образования. 2016. Т. 20, № 3. С. 374–381. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.084.020.201603.374-381>
- Глазунов Ю. Т., Сидоров К. Р.* О волевых качествах человека и основаниях их выделения. // Вестн. Удмурт. ун-та. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2016. Т. 26, вып. 2. С. 65–71.
- Гордеева Т. О., Осин Е. Н., Сучков Д. Д.* Самоконтроль как ресурс личности: диагностика и связи с успешностью, настойчивостью и благополучием // Культур.-ист. психология. 2016. Т. 12, № 2. С. 46–58.
- Дьянова З. В., Щеголева Т. М.* Психология личности. Закономерности и механизмы развития личности. М. : Юрайт, 2017. 171 с.

*Иванников В. А.* Психологические механизмы волевой регуляции. СПб. : Питер, 2006. 208 с.

*Ильин Е. П.* Психология воли. СПб. : Питер, 2009. 368 с.

*Истомина Ч. И., Истомин В. С.* Роль самоконтроля в образовательном процессе // Лингвистика и методика в высш. шк. 2012. Вып. 4. С. 243–247.

*Никифоров Г. С.* Самоконтроль человека. Ленинград : ЛГУ, 1989. 192 с.

*Мэй Р.* Любовь и воля. М. : Винтаж, 2011. 280 с.

*Раджабова Ф. П.* Роль волевых процессов в формировании личности // Актуальные вопросы современной психологии : материалы III Междунар. научн. конф. (г. Челябинск, февраль 2015). Челябинск : Два комсомольца, 2015. С. 106–109.

*Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб. : Питер, 2006. 720 с.

*Франкл В.* Воля к смыслу. М. : Эксмо-Пресс, 2000, 368 с.

## Interrelation of Self-Control Level and Volitional Qualities of Psychology Students

Z. V. Diyanova, T. M. Shchegoleva

*Irkutsk State University, Irkutsk, Russian Federation*

**Abstract.** The paper deals with psychological issue of interrelation of self-control level and volitional qualities. Different views on the issue have been presented. The author identified the essence of self-control and specified its functions and aspects. Basic approaches to the issue of volitional control have been analyzed. Volitional qualities have been considered as a criterion of volitional control. The author presented the results of the empirical study of interrelation of self-control level and volitional qualities of psychology students. There is significant positive relationship among overall level of self-control, self-control when performing some activity, volition self-esteem, and volitional qualities of future psychologists. The interrelation of the level of self-control and volitional qualities of future psychologists is very complex and indirect.

**Keywords:** educational process, self-control of students, self-control when performing some activity, emotional self-control, social self-control, volition regulation, volition regulation criteria, volitional qualities, volition self-esteem.

**For citation:** Diyanova Z.V., Shchegoleva T.M. Interrelation of Self-Control Level and Volitional Qualities of Psychology Students. *The Bulletin of Irkutsk State University. Series Psychology*, 2019, vol. 28, pp. 12-19. <https://doi.org/10.26516/2304-1226.2019.28.12> (in Russian)

### References

Anikeeva N.V. Znachenie volevykh kachestv lichnosti v professional'nom stanovlenii [The value of strong-willed personality qualities for professional development]. *Vestnik Moskovskogo universiteta MVD Rossii* [Vestnik of Moscow University of the Ministry of Internal Affairs of Russia], 2013, no 5, pp. 243-245. (in Russian)

AntilogoVA L.N. Cherkevich E.A. Samoregulyatsiya psikhicheskikh sostoyanii lichno-sti v podrostkovyi period [Self-control of mental conditions of the person during the teenage period]. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya Psikhologiya* [Herald of Omsk University. Series Psychology], 2017, no 3, pp. 12-23. (in Russian)

Garanina Zh.G., Mal'tseva O.E. Samoregulyatsiya kak faktor lichnostno-professional'nogo samorazvitiya budushchikh spetsialistov [Self-regulation as a factor in personal-professional self-development of future specialists]. *Integratsiya obrazovaniya* [Integration of Education], 2016, vol. 20, no 3, pp. 374-381. <https://doi.org/10.15507/1991-9468.084.020.201603.374-381> (in Russian)

Glazunov Yu.T., Sidorov K.R. O volevykh kachestvakh cheloveka i osnovaniyakh ikh vydeleniya [On the volitional qualities of a person and grounds for their differentiation]. *Vest-*

*nik Udmurtskogo universiteta. Seriya Filosofiya. Psikhologiya. Pedagogika* [Bulletin of Udmurt University. Series Philosophy. Psychology. Pedagogy], 2016, vol. 26, is. 2 pp. 65-71. (in Russian)

Gordeeva T.O., Osin E.N., Suchkov D.D. Samokontrol' kak resurs lichnosti: diagnostika i svyazi s uspešnost'yu, nastoichivost'yu i blagopoluchiem [Self-Control as a Personality Resource: Assessment and Associations with Performance, Persistence and Well-Being]. *Kul'turno-istoricheskaya psikhologiya* [Cultural-Historical Psychology], 2016, vol. 12, no 2, pp. 46-58. (in Russian)

Diyanova Z.V., Shchegoleva T.M. *Psikhologiya lichnosti. Zakonomernosti i mekhanizmy razvitiya lichnosti* [Psychology of the personality. Regularities and development mechanisms of the personality]. Moscow, Yurayt Publ., 2017, 171 p. (in Russian)

Ivannikov V.A. *Psikhologicheskie mekhanizmy volevoi regulyatsii* [Psychological mechanisms of strong-willed regulation]. Saint-Petersburg, Piter Publ., 2006, 208 p. (in Russian)

Il'in E.P. *Psikhologiya voli* [Will psychology]. Saint-Petersburg, Piter Publ., 2009, 368 p. (in Russian)

Istomina Ch.I., Istomin V.S. Rol' samokontrolya v obrazovatel'nom protsesse [Self-checking role in educational process]. *Lingvistika i metodika v vysshei shkole* [Linguistics and technique at the higher school], 2012, vol. 4, pp. 243-247. (in Russian)

Nikiforov G.S. *Samokontrol' cheloveka* [Self-checking of the person.]. Leningrad, LGU Publ., 1989, 192 p. (in Russian)

Mei R. *Lyubov i volya* [Love and will]. Moscow, Vintage Publ., 2011, 280 p. (in Russian)

Radzhabova F.P. Rol' volevykh protsessov v formirovanii lichnosti [Role of strong-willed processes in formation of the personality]. *Aktual'nye voprosy sovremennoi psikhologii: materialy III Mezhdunar. nauchn. konf. (g. Chelyabinsk, fevral' 2015)* [Topical issues of modern psychology: materials III of the International scientific conference (Chelyabinsk, February, 2015)]. Chelyabinsk, Two Komsomol members Publ., 2015, pp. 106-109. (in Russian)

Rubinshtein S.L. *Osnovy obshchei psikhologii* [Fundamentals of the general psychology]. Saint-Petersburg, Piter Publ., 2006, 720 p. (in Russian)

Frankl V. *Volya k smyslu* [Will to sense]. Moscow, Eksmo-Press Publ., 2000, 368 p. (in Russian)

***Диянова Зухра Васильевна***

*кандидат педагогических наук, доцент,  
кафедра общей психологии  
Иркутский государственный университет  
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1  
e-mail: dean146@mail.ru*

***Diyanova Zuhra Vasilievna***

*Candidate of Sciences (Pedagogy),  
Associate Professor, Department  
of General Psychology  
Irkutsk State University  
1, K. Marx st., Irkutsk, 664003,  
Russian Federation  
e-mail: dean146@mail.ru*

***Щеголева Тамара Михайловна***

*кандидат психологических наук, доцент,  
кафедра общей психологии  
Иркутский государственный университет  
Россия, 664003, г. Иркутск, ул. К. Маркса, 1  
e-mail: schegoleva52@mail.ru*

***Schegoleva Tamara Mikhailovna***

*Candidate of Sciences (Psychology),  
Associate Professor, Department  
of General Psychology  
Irkutsk State University  
1, K. Marx st., Irkutsk, 664003,  
Russian Federation  
e-mail: schegoleva52@mail.ru*

**Дата поступления:** 20.02.2019

**Received:** February, 20, 2019