

## Рефлексивные механизмы нравственной саморегуляции подростков

А. А. ЛЫТКО

В статье развивается гипотеза о рефлексивных механизмах нравственной саморегуляции в подростковом возрасте. С точки зрения автора, они включают в себя волевой самоконтроль, основанный на знании критериев моральной самооценки, стремление сохранить позитивный образ себя через критическое отношение к своим поступкам и моральные ценности, хранящиеся в нравственном опыте подростка.

**Ключевые слова:** нравственность, нравственная саморегуляция, моральная активность, моральная самокритичность, нравственный самоконтроль, моральный опыт, метод экспертных оценок, система нравственных ценностей.

The article develops the hypothesis about reflective mechanisms of teenagers' moral self-control. In the author's point of view, they include the strong-willed self-control based on the knowledge of the moral self-appraisal criteria, the aspiration to keep a positive self-image through the critical attitude to the acts and the moral values stored in the teenager's moral experience.

**Keywords:** morals, moral self-control, moral activity, moral self-criticism, moral self-checking, moral experience, expert estimation method, system of moral values.

О регулирующей функции морали в деятельности человека в свое время писали Э. Дюркгейм, Г. Спенсер, П. Сорокин, Л. Выготский, С. Рубинштейн, Э. Фромм и др. Между тем формирование рефлексивных механизмов моральной саморегуляции у подростков в течение длительного времени остается по преимуществу предметом этико-философского рассмотрения и не перешло в область практических психолого-педагогических исследований. С точки зрения Л. С. Выготского, нравственным поведением всегда будет то, которое связано со свободным выбором социальных форм поведения. «Не следует... превращать нравственность во внутреннюю полицию духа... Не делать чего-нибудь из-за боязни дурных последствий также безнравственно, как и делать. Всякое несвободное отношение к вещи, всякий страх и зависимость уже означают отсутствие нравственного чувства. Нравственное в психологическом смысле всегда свободно» [1, с. 258]. Указанная «нравственная свобода» личности, очевидно, обусловлена моральной саморегуляцией. Как вытекает это из философско-этического понимания, последняя детерминирована способностью личности самостоятельно и ответственно делать выбор своего поведения, руководствуясь общечеловеческими моральными нормами, намечать цель и средства ее достижения, исходя из реальных возможностей и конкретной ситуации [2, с. 648]. Ее необходимость возникает потому, что в обществе возможны противоречия между личными потребностями людей и вероятными отрицательными последствиями их удовлетворения для других, а также потому, что в определенных ситуациях у них появляется возможность свободного и бесконтрольного выбора между противоположными интересами.

Актуальный процесс нормативного поведения состоит в том, человек совмещает в одном лице позиции и субъекта, и объекта регуляции. А это значит, что осуществление моральной саморегуляции предполагает в первую очередь понимание им ситуации морального выбора, то есть осознание самой возможности поступить любым образом и знание моральных норм и принципов, позволяющих определить моральную ценность альтернативных действий. Иными словами – знание критериев и умение пользоваться ими. Последующая квалификация своего поведения выражается в положительной оценке соблюдения и отрицательной – нарушения нормы, то есть в *соответствующей самооценке*.

Однако регуляция морального поведения на основе отрицательной самооценки в связи с нарушением норм возможна лишь в том случае, если последняя не сопровождает, а предвещает поступок. В противном случае она не регулирует поведение, а выражает лишь

запоздалое раскаяние. Поэтому способность заранее обдумать свое будущее поведение и отнестись к нему является одной из существенных психологических предпосылок моральной саморегуляции [3, с. 39]. Оцениваться должно не то, каким индивид представляет себя в данный момент, а то, каким он может стать, если нарушит моральную норму. В терминах самосознания это выражается в том, что оценивается не актуальный образ Я, а то, каким станет этот образ, если норма будет нарушена. Подобная перспектива может регулировать поведение, в частности, удерживать от нарушения норм, если оно совершенно неприемлемо для индивида. Последнее, вероятнее всего, связано с наличием у него позитивного представления о себе и нежеланием его утратить.

Самооценка тесно связана с уровнем *моральной самокритичности*. Его высота, относительная устойчивость и независимость во многом определяют успех работы над собой. Самокритичность и связанные с ней эмоциональные переживания (вины, недовольства собой и др.) обеспечивают чувствительность к моральной норме, к результатам своего поведения, помогают устранять возможный разрыв между самооценкой и внешними требованиями. Критическое отношение к себе выражается в осознании и переживании неудач, причины которых подрастающая личность обнаруживает в себе. Взаимозависимость между саморегуляцией и самокритичностью весьма сложна и неоднозначна: с одной стороны, успех саморегуляции зависит от того, насколько самокритичность стала действенным проявлением личности, с другой, чрезмерная самокритичность, выражающаяся в излишнем самокопании, самобичевании, не способствует реализации намерения улучшить свое поведение. Наличие критического отношения к себе и связанных с ним переживаний недовольства собой является определенным шагом в овладении поведением. Но подлинное самодвижение подрастающей личности появляется в тех случаях, когда она реализует свои намерения и планы, руководствуясь в своих действиях более отдаленной целью. В тех случаях, когда овладение своим поведением осуществляется как внутренний акт, не стимулированный внешними факторами, степень жизненной важности цели, ее отдаленность и срок не имеют существенного значения [4]. Нравственная самокритичность, включающая в себя адекватную самооценку, становится устойчивым свойством личности.

Формирование произвольной саморегуляции предполагает возникновение способности контролировать себя в поведенческой ситуации. Основой *нравственного самоконтроля* могут быть понятия пространства нравственной ответственности, доминирующего уровня развития нравственного сознания и духовного бытия [5, с. 7]. Пространство нравственной ответственности определяется представлениями субъекта о том, что он должен и чего не должен делать ни при каких обстоятельствах. Нравственное овладение своим поведением включает в себя звенья целостной структуры: потребность – мотив – цель – исполнение – самоконтроль. Эти звенья взаимосвязаны и находятся во взаимодействии друг с другом. Однако самоконтроль нельзя толковать исключительно в рамках только внутренних (например, сила воли) или только внешних сил. Он проявляется в тщательно спланированном взаимодействии человека с окружением.

На самоконтроле человека как компоненте саморегуляции основана *волевая активность*. Процесс самоконтроля у старших подростков не только лучше осмысливается, но и более дифференцированно используется при преодолении трудностей, становясь существенным компонентом в психологической структуре воли учащихся. Часть подростков еще не относятся к себе как субъекту деятельности сознательно, что мешает им овладеть своим поведением. Безусловно, развитие воли по мере взросления ребенка не идет вспять и его уровень у школьника сам по себе не становится ниже. Просто старшие подростки живут и действуют в более сложной социальной ситуации, требующей от них более высоких форм саморегуляции, в том числе и более сложных проявлений волевого поведения. С. Л. Рубинштейн отмечал, что в подростковом возрасте для волевого регулирования поведения возникают определенные трудности. У подростка возникает тенденция высвободить свою волю из ограничений, которые накладывает на нее ближайшее окружение. Он стремится обрести свою собственную волю и начать жить согласно ей: управление должно перейти из рук окружающих в собственные руки. Это стремление оказывается плодотворным для волевого развития личности постольку, поскольку деспотизму чужих принципов не противопоставля-

ется лишь анархия собственных импульсов и влечений, поскольку процесс высвобождения воли соединяется с ее внутренним преобразованием, основывающимся на превращении внешних правил во внутренние принципы [6, с. 523].

Решение моральных дилемм в этом возрасте в значительной степени опосредуется *моральным опытом и накапливающимися в нем ценностными ориентациями*, которые задают критерии выбора способа их разрешения. Вместе с тем осознание подростками моральных ценностей как лично значимых далеко не всегда определяет выбор модели поведения, релевантной этой системе нравственных принципов. Первоначально ценности функционируют лишь на уровне осознания, но не регулятора реального действия, и только по мере соотнесения их с конкретными поступками, их результатами, мотивами и личностными смыслами происходит их присвоение субъектом в виде нравственного опыта. Накопление опыта нравственного поведения необходимо для того, чтобы моральная активность стала привычной для подростков. «Формирование нравственности, или нравственной воспитанности, есть не что иное, как перевод моральных норм, правил и требований в знания, навыки и привычки поведения личности и их неуклонное соблюдение», – писал И. Ф. Харламов [7, с. 372]. Формирование таких качеств, как чувство долга, ответственность начинается очень рано, и в старшем школьном возрасте эти чувства могут достигать уже достаточно высокого уровня. Но если это не сопровождается выработкой соответствующих нравственных привычек, может выйти так, что, несмотря на все усилия, школьник не сможет противостоять соблазну поступать так, как ему в данную минуту хочется. Он ведет себя наперекор своим нравственным чувствам, и это заставляет его переживать недовольство самим собой, раскаяние, что может привести к накоплению опыта повышенной самокритичности. Вот почему так важно обратить внимание на выработку привычек морального поведения.

Осознание необходимости реализации в своем поведении накопленных ценностей и тем самым осознание себя субъектом морального поведения становится источником самоуважения и достоинства личности. Воплощение ценностей в жизнь в этом случае воспринимается индивидом как нравственный и гражданский долг, уклонение от которого предотвращается, прежде всего, механизмом внутреннего самоконтроля, совестью.

Вытекающие из наших рассуждений гипотезы о сущности нравственной саморегуляции в старшем подростковом возрасте могут быть сформулированы в следующем виде: 1) основным психологическим фактором моральной саморегуляции является волевой самоконтроль, основанный на знании критериев самооценки; 2) мотивом, побуждающим подростка соблюдать моральные нормы, является стремление сохранить исходный положительный образ себя через механизм критического отношения к своему поведению; 3) соблюдение моральных норм и принципов зиждется на нравственных ценностях, составляющих основу соответствующего опыта подростка.

Наши гипотезы были проверены в процессе исследования, проведенного на базе учреждения образования «СОШ № 66» г. Гомеля. Выборку испытуемых составили ученики 9-х классов в возрасте 15–16 лет. Исходя из предложенного нами понимания рефлексивных механизмов нравственной саморегуляции подростков, в качестве диагностических средств мы избрали методику «Волевая саморегуляция» А. В. Зверькова, Е. В. Эйдмана и методику «Пословицы» С. М. Петровой, В. Н. Панферова. Кроме этого, использовались методы наблюдения за поведением подростков в школе и метод экспертных оценок нравственного опыта. Методика «Волевая саморегуляция» позволяет охарактеризовать уровень ее развития в целом и отдельно по таким свойствам, как настойчивость и самообладание [8, с. 86–93].

Высокий балл по общей шкале характерен для активных и независимых подростков. Их отличает уверенность в себе, устойчивость намерений, развитое чувство долга. Они хорошо рефлексируют личные мотивы, планомерно реализуют возникшие намерения, умеют распределять усилия и способны контролировать свои поступки, обладают выраженной социально-позитивной направленностью. Низкий балл наблюдается у подростков, общий фон моральной активности у которых, как правило, снижен. Им свойственна импульсивность и неустойчивость намерений. Это может быть связано с эмоциональной незрелостью, не подкрепленной способностью к рефлексии и самоконтролю.

Субшкала "Настойчивость" характеризует силу намерений человека – его стремление к завершению начатого дела. Это деятельные, работоспособные подростки, активно стремящиеся к выполнению намеченного. Им свойственны уважение к моральным нормам, стремление подчинить им свое поведение. Низкие значения по данной шкале свидетельствуют об импульсивности, которая может приводить к непоследовательности поведения в связи с отвлекающими альтернативами и соблазнами. Сниженный фон активности, как правило, компенсируется повышенной гибкостью, изобретательностью, а также тенденцией к свободной трактовке социальных норм.

Субшкала "Самообладание" отражает уровень произвольного контроля эмоциональных реакций и состояний. Высокий балл набирают подростки эмоционально устойчивые, хорошо владеющие собой в различных ситуациях. Свойственная им уверенность в себе сочетается со свободой взглядов, тенденцией к радикализму. На другом полюсе данной субшкалы – спонтанность и импульсивность в сочетании с обидчивостью и предпочтением традиционных взглядов ограждают подростка от интенсивных переживаний и внутренних конфликтов, способствуют невозмутимому фону настроения.

Назначение методики «Пословицы» – изучение смысловых установок личности, определяющих его поведение [9, с. 41–45]. Мотивационные детерминанты, обусловленные внутренними смысловыми установками, выполняют функцию оперативного регулятора психики, обеспечивают выбор поведения в конкретной ситуации. Деятельность мотивационных установок, интегрирующих социальные представления испытуемых, с одной стороны, и индивидуальные побуждения, с другой, опосредуют неосознаваемые или малоосознаваемые аспекты личностных смыслов, раскрывают глубинные основания самосознания. Пословицы как ценные суждения, с которыми консолидируется подросток, обладают психологической информативностью, позволяющей судить о его мотивационной сфере. Выражая свое отношение к содержанию пословицы, субъект тем самым подтверждает или опровергает те или иные собственные переживания, желания, стремления.

В процессе исследования был использован также метод экспертных оценок морального опыта подростков. Совпадение результатов диагностических методик и экспертных оценок дает возможность с большей степенью вероятности утверждать, что полученные в ходе исследования данные достоверны. Отсутствие же корреляции дает повод к выявлению качеств испытуемых, которые, возможно, скрыты или проявляются только в определенных условиях. В качестве экспертов выступили школьный психолог, классный руководитель, учитель русского языка и литературы. Все эксперты хорошо знают испытуемых, находятся с ними в постоянных контактах и не имеют серьезных конфликтов, что является важным условием использования данного метода.

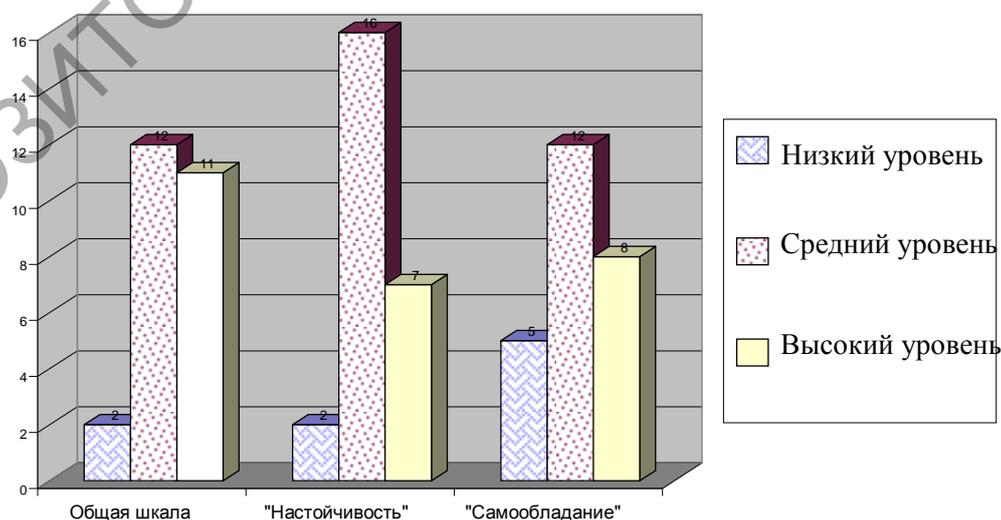


Диаграмма 1 – Соотношение уровней развития волевой саморегуляции у подростков

Данные, полученные по методике «Волевая саморегуляция», можно представить в виде трех уровней (высокий, средний, низкий) в зависимости от степени проявления исследуемого качества у испытуемых (диаграмма 1).

Из диаграммы 1 видно явное преобладание высоких и средних показателей по всем трем шкалам. Такие показатели свидетельствуют о достаточно неплохом уровне развития волевой саморегуляции у испытуемых, о сформированности у большинства учащихся способности контролировать свои действия и эмоции.

Для проверки достоверности результатов диагностики был использован метод экспертных оценок. Эксперты должны были оценить испытуемых по данным трем шкалам с помощью фиксированной системы оценок. В дальнейшем оценивалась степень корреляции этих показателей с показателями, полученными по тесту.

Сравнительный анализ показал наличие положительной корреляции между результатами, полученными от самих испытуемых, и оценками экспертов. Данные в виде графиков представлены на рисунке 1.

#### Показатели в баллах

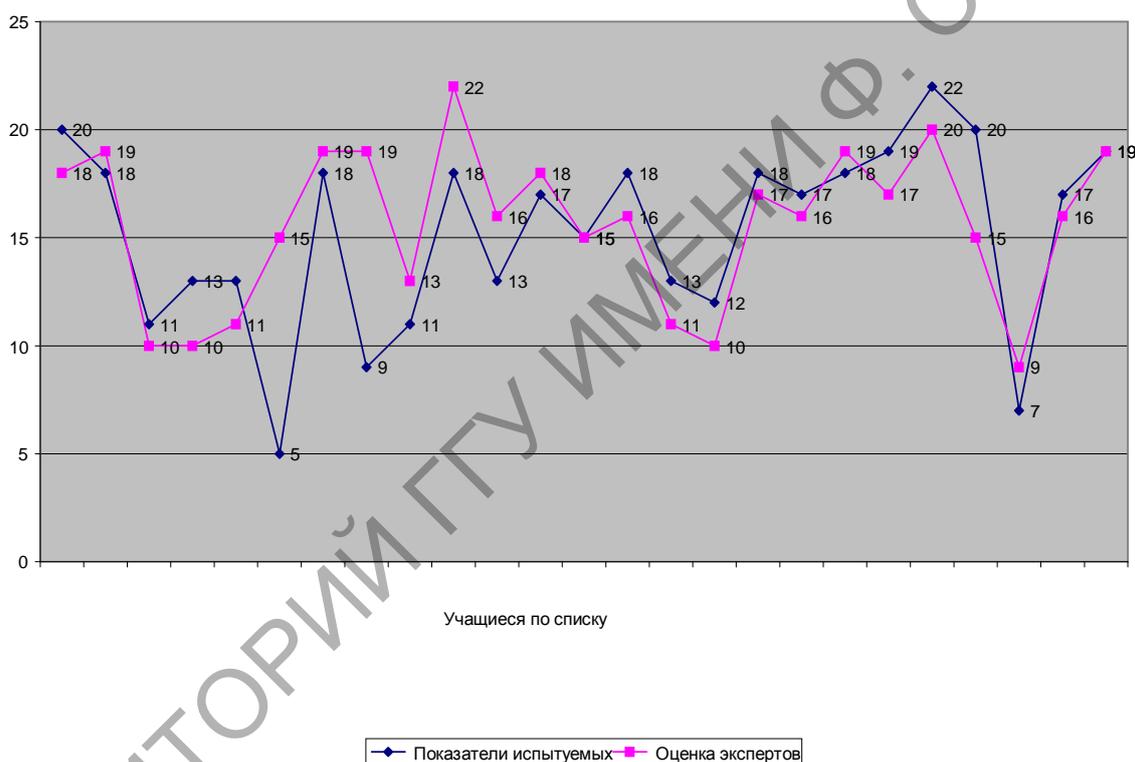


Рисунок 1 – График взаимосвязи показателей испытуемых и оценок экспертов по общей шкале «Воля»

Результаты диагностики позволяют утверждать, что к началу ранней юности у испытуемых в разной степени, но уже имеются навыки волевого самоконтроля, позволяющие регулировать поведение, желания и эмоциональные проявления. У большинства из них наметилась тенденция к планированию и рефлексии своих поступков. Обработка результатов методики «Пословицы» предполагает получение сведений по следующим категориям: отношение к жизни, отношение к людям, отношение к себе, преобладающий тип личностно-развивающего потенциала.

В категории приоритетных установок по «Отношению к жизни» установлено, что преобладающей у испытуемых является установка на облегченные способы существования. Такая установка предполагает ориентацию на веселую, беззаботную жизнь, пассивное ожидание благополучия в жизни. Второй по популярности является установка на материальное благополучие, которая предполагает повышенный интерес к материальной стороне жизни.

Такие тенденции свидетельствуют о недостаточном уровне сформированности нравственных ценностей, системы нравственных жизненных ориентиров.

Результаты по категории «Отношение к людям» отражены в диаграмме 2. Из нее следует, что по отношению к людям наиболее распространенной у испытуемых является паритетная установка. Она свидетельствует о желании делать людям хорошее, но при этом учитываются и свои собственные интересы. Второй по значимости является установка на положительное отношение к людям. Данные показатели отражают, в целом, позитивную тенденцию в развитии индивидуальной системы ценностей. Анализируя полученные данные в категории «Отношение к себе», мы обнаружили, что у испытуемых преобладает установка на положительное отношение людей к себе и недооценка значимости в жизни самосовершенствования и потребности в самореализации.

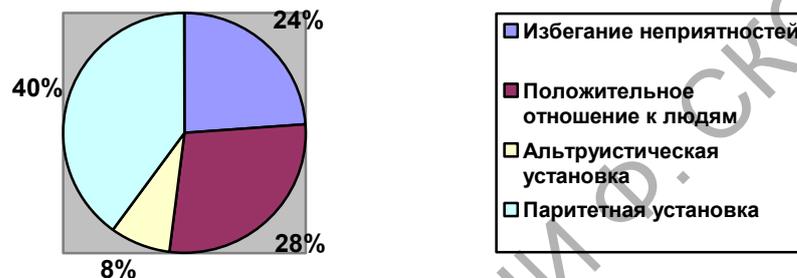


Диаграмма 2 – Показатели по шкале «Отношение к людям»

Оценка преобладающего типа мотивации по результатам данной методики позволяет увидеть потенциальное направление развития личности, исходя из ее потребностей и смысловых установок (диаграмма 3).

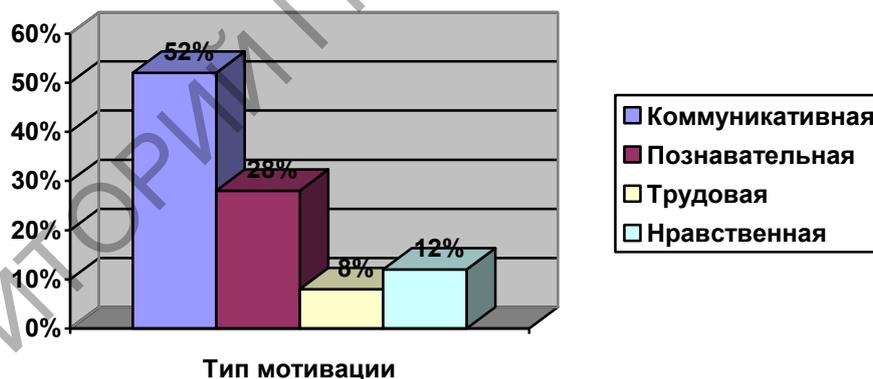


Диаграмма 3 – Показатели испытуемых по типам мотивации личности

Из приведенных данных следует, что интересующая нас нравственная мотивация, проявляющаяся в потребности человека во внутреннем духовном самосовершенствовании, у подростков стоит далеко не на первом месте и нуждается в воспитательных усилиях. Вместе с тем следует также активизировать их потребность в познании и труде как залого нравственного и гармоничного развития личности. Обобщая данные исследования, следует сказать, что у испытуемых обнаружен достаточный уровень развития навыков волевой саморегуляции, который позволяет корректировать собственные поведенческие и эмоциональные реакции в соответствии с общепринятыми нормами и правилами. Однако подростки проявляют разные возможности в овладении своим поведением. По степени успешности овладения саморегуляцией испытуемых можно условно разделить на 3 группы.

В первую группу вошли 28 % учащихся, характеризующихся тенденцией к устойчивости поведения с преимущественно нравственной активностью и контролируемостью, а также вероятностью прогнозирования поступков. Они владеют необходимыми для этого средствами, ценят умение вести себя, хорошо успевают. Для них характерно критическое отношение к своему поведению на основе личностно значимых норм и принципов. По мере приобретения опыта регуляции поведения у данных испытуемых формируется подлинная нравственность. Развитие способности регулировать свое поведение начинается с умения удерживаться от нежелательных действий и завершается умением ставить собственные цели и находить средства для их достижения. В процессе овладения поведением подростки пользуются как конкретными способами работы над собой, так и более обобщенными. Благодаря этому им удается продумать свое поведение в соответствии со своими намерениями и планами.

Вторую группу, наиболее многочисленную (47 %), составили учащиеся, у которых нравственность проявляется ситуативно. Моральная активность у них проявляется лишь в отдельных видах деятельности, в зависимости от актуальности потребности. Поступки не всегда совпадают с нравственными ценностями, несмотря на то, что учащиеся осознают важные для себя правила, включая необходимость ответственно относиться к своим учебным обязанностям и быть чутким к другим людям. Тем не менее, многим из этих подростков свойственно умение сделать правильный моральный выбор в острой конфликтной ситуации, когда актуализируется потребность в моральном поведении. В обычной же учебной и общественно полезной деятельности эти школьники нарушают дисциплину в школе, конфликтуют с родителями. Несмотря на то, что они испытывают при этом недовольство собой, все же им не удается регулировать свое поведение. Поведение такого подростка даже в сходных ситуациях может быть разным. В одном случае они владеют своим поведением, в другом – нет. Для регуляции их поведения требуются дополнительные внешние воздействия.

В третью группу (25 %) вошли подростки, у которых значимые правила не стали руководством в поведении. Это обнаруживается в частых отрицательных проявлениях в учебной деятельности, слабой общественной активности. Моральный выбор они почти не осуществляют, в поведении преобладает импульсивность. Значимые для этих учащихся правила поведения существуют только на уровне знаемых, а не побуждающих к действию. Недовольство собой возникает, как правило, под влиянием определенных обстоятельств, а не по причине неосуществленных намерений. Как свидетельствуют наблюдения, эти учащиеся еще недостаточно интеллектуально активны, у них не всегда проявляется критическое отношение к окружающим и к себе. В связи с этим они не осознают себя как субъекта деятельности, не всегда знают, как выполняют свои обязанности.

В целом полученные результаты показывают, что только определенная часть подростков может сознательно регулировать свои поступки в соответствии с личностно значимыми нормами. Воспитание потребности в нравственном поведении для них актуально. Кроме того, подросткам уже доступна саморегуляция с помощью нравственных ценностей. Однако многие из них нуждаются в поддержке усилий, направленных на овладение своим поведением. Все это свидетельствует, что старший подростковый возраст является исключительным в развитии нравственной саморегуляции, которая обеспечивается формирующимися рефлексивными механизмами волевого самоконтроля, критического отношения к своему поведению и личностно усвоенными моральными ценностями.

### Литература

1. Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский; под ред. В. В. Давыдова. – М.: Педагогика, 1991. – 406 с.
2. Новейший философский словарь / гл. ред. А. А. Грицанов. – Минск: Книжный дом, 2003. – 1280 с.
3. Горленко, В. П. Обдуманность поведения учащихся / В. П. Горленко // Педагогика. – 1993. – № 4. – С. 39–42.

4. Завадская, Ж. Е. Формирование социально-ценностной направленности старшего школьника в процессе обучения / Ж. Е. Завадская // Адукацыя і выхаванне. – 2004. – № 1. – С. 21–28.
5. Белохвостова, С. В. Ценностно-смысловая регуляция духовно-нравственного саморазвития субъекта образования / С. В. Белохвостова // Психалогія. – 2005. – № 4. – С. 6–12.
6. Рубинштейн, С. Л. Психолого-педагогические проблемы нравственного воспитания школьников / С. Л. Рубинштейн. – М.: Наука, 1981. – 183 с.
7. Харламов, И. Ф. Педагогика: учебник / И. Ф. Харламов. – М.: Просвещение, 1990. – 431 с.
8. Кудряшов, А. Ф. Лучшие психологические тесты для профотбора и профориентации: Описание и руководство к использованию / А. Ф. Кудряшов. – Петрозаводск: Петроком, 1992. – 318 с.
9. Гусев, А. Н. Школьная психодиагностика: Руководство по использованию психодиагностических методик психологами образовательных учреждений / А. Н. Гусев. – М.: Владос-Пресс, 2008. – 259 с.

Гомельский государственный  
университет им. Ф. Скорины

Поступило 26.01.10

РЕПОЗИТОРИЙ ГГУ ИМЕНИ Ф. СКОРИНЫ