

Кацера Анжелика Александровна

канд. психол. наук, доцент

ФГБОУ ВО «Тульский государственный
педагогический университет им. Л.Н. Толстого»

г. Тула, Тульская область

РАЗВИТИЕ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ У МЛАДШИХ ШКОЛЬНИКОВ С ОВЗ

***Аннотация:** в статье рассматриваются проблемы развития саморегуляции младших школьников с ОВЗ. Проведен анализ подходов и концепций к пониманию природы и структуры психической осознанной саморегуляции, трудностей ее формирования у детей с ограниченными возможностями здоровья.*

***Ключевые слова:** саморегуляция, самоконтроль, развитие, дети с ОВЗ, младший школьный возраст.*

В Федеральном государственном образовательном стандарте НОО обозначены личностные характеристики ученика, которые должны быть сформированы по завершению первой ступени школьного образования – «... владеющий основами умения учиться, способный к организации собственной деятельности, готовый самостоятельно действовать и отвечать за свои поступки...» [14]. Процесс формирования данных характеристик затрудняется, если у школьника в должной мере не развита психическая саморегуляция [12; 13]. Для детей с ограниченными возможностями здоровья (ОВЗ) риск появления таких трудностей достаточно велик. Недоразвитие саморегуляции у большинства детей этой категории объясняется комплексом факторов, которые сочетаются с последствиями первичного дефекта. Проблема выявления особенностей формирования саморегуляции у детей с ОВЗ в образовательной среде не получила должного теоретического освещения и остается открытой для научного поиска, что подтверждает ее актуальность.

Полиморфная природа саморегуляции описана в трудах Б.Г. Ананьева, П.К. Анохина, М.Я. Басова, И.П. Павлова, А.А. Семенова и многих других оте-

чественных ученых. Собственно, в психологических исследованиях понятие «саморегуляция» находит свое развитие в углублении понятия «психическая саморегуляция» – воздействие человека на себя в целях управления своим поведением, деятельностью, состоянием [5]. К.А. Абульханова-Славская считает, что саморегуляция в широком смысле включает рефлекссию, самоконтроль, способность сочетать свои действия с действиями других людей, способность к мобилизации в данный момент или промежуток деятельности всей психической активности [1]. Ученый так характеризует уровни психической саморегуляции: регуляция психических процессов, регуляция действий с помощью этих процессов, регуляция обстоятельств жизни посредством действий и управление собой в ходе изменения обстоятельств. Процесс регуляции содержит в себе цели, средства (например – планирование, моделирование, самоконтроль, переключение внимания, самовнушение, самоубеждение, дыхательные практики, копинг-стратегии, др.) и результаты (позитивные изменения – адекватность поведения, результативный продукт деятельности, когнитивные образования, личностный рост...).

Как сложный многогранный процесс саморегуляция изучается с позиции произвольности/непроизвольности и произвольности/осознаваемости. К последней относят волевую регуляцию. В системно-функциональном подходе А.О. Конопкина приведены компоненты осознанной саморегуляции. Это принятая цель, субъективная модель условий деятельности, программа действий, система критериев успешности, контроль, решение о коррекции [4]. Концепция индивидуального стиля саморегуляции (В.И. Моросанова) дает инструмент для описания особенностей саморегуляции посредством характеристики регуляторных процессов и регуляторно-личностных свойств [6; 11].

Опыт саморегуляции человека, согласно концептуальной модели регуляторного опыта А.К. Осницкого, формируется при целенаправленности, осознанности, активности, умелости, согласованности действий личности с действиями других людей [7].

Для понимания непрерывности функционирования психической саморегуляции А.Н. Костин и Ю.Я. Голиков вводят понятие «проблемность», подчеркивая, что в зависимости от степени несоответствия между объективной реальностью и субъективным отражением включаются различные системы психорегуляции: текущая, ситуативная, долгосрочная. Для решения проблемных моментов, ситуаций и долгосрочных проблем необходимо разное содержание процессов психической саморегуляции: 1) организации непосредственного чувственного практического контакта с действительностью; 2) пространственно-временная организация и логическая координация деятельности, анализ особенностей деятельности, формирование ее целей, программ; 3) формирование и изменение норм поведения, дополнение или коррекция знаний, убеждений, идеалов [11].

Анализ представленных теоретических подходов позволяет сделать вывод, что владение приемами, методами, стратегиями саморегуляции во многом определяет успешность учебной деятельности, становление личности, ее социализацию.

Практические аспекты проблемы формирования саморегуляции в младшем школьном возрасте у детей с ОВЗ включают в себя характеристику особенностей, способов, условий психолого-педагогического сопровождения процесса ее развития.

Самой многочисленной группой среди лиц с ОВЗ является группа детей с задержкой психического развития (ЗПР). Проблемы развития саморегуляции младших школьников с ЗПР обусловлены недоразвитием эмоционально-волевой сферы (У.В. Ульенкова, Е.А. Порошина) [10].

При нарушениях интеллекта (НИ) дети младшего школьного возраста имеют затруднения при создании новых условных связей, слабость процессов торможения и возбуждения, у них проявляется «охранительное» торможение даже при минимальных умственных нагрузках. Анализ данных Д.Н. Исаева, В.В. Косалева, В.И. Лубовского, С.Я. Рубинштейна показал, что детям с НИ свойственны несамостоятельность, безынициативность, внушаемость, слабая мотивация волевой регуляции. У них низкий уровень регуляции деятельности.

Было определено, что у младших школьников с нарушениями слуха имеется отставание и своеобразие произвольности действий (недостаточная способность к целенаправленной деятельности в условиях решения практических задач, не всегда удерживают цель, переходят к игре, снижается увлеченность процессом) [8; 9].

В стиле саморегуляции младших школьников с нарушением зрения преобладают защитные механизмы, компенсируя дефект; сниженное качество самоконтроля выражается в игнорировании ошибок, нежелании их исправлять (Л.И. Плаксина, Л.И. Солнцева, А.М. Шутова) [15].

По данным И.Ю. Левченко, И.И. Мамайчук, Л.М. Шипициной, Л.Ю. Беленковой, Е.Э. Лебедевой школьники с ДЦП часто характеризуются сниженной нервно-психической устойчивостью, при воздействии значительных нагрузок может наблюдаться склонность к нарушениям психической деятельности, проявляется эмоциональная нестабильность. Трудности в формировании саморегуляции также связаны со слабостью самоощущений, кинестетической недостаточностью [2].

У детей с тяжелыми нарушениями речи (ТНР) проявляются определенные тонкости в формировании саморегуляции в силу проблем развития речи (С.В. Дьяков, Е.М. Мастюкова, Т.Б. Филичева, С.А. Белоусова, Н.В. Войниленко, Л.В. Светлакова) [3]. Нарушение саморегуляции детей с ТНР определяется эмоциональной возбудимостью, двигательной расторможенностью, отвлекаемостью таких школьников.

Предпринятый анализ дает возможность выделить проблемы в развитии саморегуляции младших школьников с ОВЗ. Понимание природы и структуры осознанной саморегуляции, трудностей ее формирования позволяет в дальнейшем наметить направления коррекционно-развивающей работы с детьми с ОВЗ, целью которой является формирование психической саморегуляции. Такая работа ускорит переход учащихся с ОВЗ от простых к более сложным осознанным видам саморегуляции.

Список литературы

1. Абульханова К.А. Субъектно-личностные проблемы психологии саморегуляции / К.А. Абульханова // Психология саморегуляции в XXI веке. – М., 2011. – С. 56–74.
2. Беленкова Л.Ю. Особенности эмоциональной устойчивости у подростков с ДЦП / Л.Ю. Беленкова, Е.Э. Лебедева // Проблемы современного педагогического образования. – 2025. – №88–1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-emotsionalnoy-ustoychivosti-u-podrostkov-s-dtsp> (дата обращения: 24.10.2025). EDN KLQUPZ
3. Белоусова С.А. Регуляторные процессы у детей с тяжелыми нарушениями речи: подходы к исследованию / С.А. Белоусова, Н.В. Войниленко, Л.В. Светлакова // Вестник ЧГУ. Образование и здравоохранение. – 2019. – №3–4(7–8) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/regulyatornye-protsessy-u-detey-s-tyazhelyimi-narusheniyami-rechi-podhody-k-issledovaniyu> (дата обращения: 24.10.2025).
4. Конопкин О.А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности / О.А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2008. – №3. – С. 22–34. EDN MXFNCSJ
5. Машарина А.Ф. Представление о саморегуляции в отечественной психологии / А.Ф. Машарина // Педагогика и психология образования. – 2023. – №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/predstavlenie-o-samoregulyatsii-v-otechestvennoy-psihologii> (дата обращения: 24.10.2025). DOI 10.31862/2500-297X-2023-1-221-235. EDN LIVHRJ
6. Моросанова В.И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека / В.И. Моросанова // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. – 2010. – №1. – С. 36–46. EDN MHUVVD
7. Осницкий А.К. Деятельность, сознание, саморегуляция / А.К. Осницкий // Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности. – М., 2018. – С. 199–200. EDN YNXVCP

8. Панина В.С. Произвольная регуляция решения практических задач детьми с сохранным и нарушенным слухом / В.С. Панина // МНКО. – 2014. – №6(49) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/proizvolnaya-regulyatsiya-resheniya-prakticheskikh-zadach-detmi-s-sohrannym-i-narushennym-sluhom> (дата обращения: 24.10.2025).

9. Пискун О.Ю. Психолого-педагогическая коррекция эмоционально-волевого развития глухих школьников / О.Ю. Пискун // Сибирский педагогический журнал. – 2007. – №15 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologo-pedagogicheskaya-korreksiya-emotsionalno-volevogo-razvitiya-gluhih-shkolnikov> (дата обращения: 24.10.2025). EDN PUQWYR

10. Порошина Е.А. Особенности произвольной регуляции сенсомоторной деятельности у детей младшего школьного возраста с соматогенной формой ЗПП / Е.А. Порошина // Педагогическое образование в России. – 2010. – №4 [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-proizvolnoy-regulyatsii-sensomotornoy-deyatelnosti-u-detey-mladshego-shkolnogo-vozrasta-s-somatogennoy-formoy-zpr> (дата обращения: 24.10.2025). EDN MVIYLX

11. Психология саморегуляции. Эволюция подходов и вызовы времени / под ред. Ю.П. Зинченко, В.И. Моросановой. – СПб., 2020. – 472 с.

12. Романко О.А. Личностная саморегуляция у младших школьников с ограниченными возможностями здоровья как условие их социально-психологической адаптации / О.А. Романко, Е.Е. Тухтасинова // Психология человека в образовании. – 2021. – №4. – С. 444–460. DOI 10.33910/2686-9527-2021-3-4-444-460. EDN WEOAJD

13. Седова С.С. Особенности волевой регуляции поведения детей младшего школьного возраста / С.С. Седова // Научный поиск: личность, образование, культура. – 2021. – №4. – С. 48–52. DOI 10.54348/2021.4.7. EDN XONKMK

14. Приказ Минобрнауки России «ФГОС Начальное общее образование» от 06.10.2009 №373 (ред. от 11.12.2020) [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <https://fgos.ru/fgos/fgos-noo/> (дата обращения: 24.10.2025).

15. Шутова А.М. Формирование саморегуляции как компонента общей способности к учению у младших школьников с нарушением зрения / А.М. Шутова // Образование лиц с ограниченными возможностями здоровья: опыт, проблемы, перспективы: материалы II всероссийской (заочной) научно-практической конференции (Барнаул, 24–25 февраля 2017 г.). – Барнаул: АГПУ, 2017. – С. 75–77. EDN YOUDLT