

РЕВА Марина Митрофанівна

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*

САМОРЕГУЛЯЦІЯ ЯК СОЦІАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНИЙ ЧИННИК ЖИТТЄВОГО ЦІЛЕПОКЛАДАННЯ СТУДЕНТСЬКОЇ МОЛОДІ

Досліджено особливості життєвого цілепокладання молоді як одного зі способів життєконструювання методом наративу. Розглянуто і визначено вплив на життєве цілепокладання особистості такого соціально-психологічного чинника як усвідомлена саморегуляція. Доведено, що постановка життєвих цілей особистості і динаміка їх досягнення обумовлюються саморегуляційним чинником.

Ключові слова: *життєве цілепокладання, життєконструювання, усвідомлена саморегуляція поведінки.*

Постановка проблеми. Необхідність звернення до способів конструювання особистістю майбутнього стимулюється ситуацією суспільної кризи, у якій зараз перебуває українське суспільство. Це висуває підвищені вимоги до молоді людини як суб'єкта соціального буття, вимагає від неї зрілого, реалістичного розуміння як власного життя, свого майбутнього (перспектив, цілей, планів), так і суспільних подій. Але проблема в тому, що часто в молодих людей немає цього зрілого, реалістичного уявлення про майбутнє, просторово-часові орієнтації розмиті, цілепокладання сформоване на низькому рівні. Тому в сучасних умовах приділяється велика увага вивченню способів конструювання особистістю свого майбутнього та визначенню чинників, що його обумовлюють.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Дієвість, здійсненність цілей залежить значною мірою від особливостей системи саморегуляції особистості, тоді як їх спрямованість визначається відповідними змістами.

Система усвідомленої саморегуляції слугує суб'єктові засобом організації психічних ресурсів у процесі висунення і досягнення цілей. На переконання О.А. Конопкіна, В.І. Моросанової, О.К. Осницького, Л.І. Рожиної, В.І. Селіванова, О.Я. Чебикіна, В.О. Ядова, у будь-якій сфері прояву суб'єктності сформованість регуляторного досвіду не тільки сприяє успішному вирішуванню стереотипних завдань, а й вивільняє більші можливості для самовизначення, самоактуалізації.

Усвідомлена саморегуляція довільної активності людини – це системно організований процес внутрішньої психічної активності особистості, що виявляється в ініціації, побудові, підтримці та управлінні різними видами і формами довільної активності і безпосередньо сприяє реалізації поставлених людиною цілей [1].

У даній статті ми ставили за **мету** дослідити життєве цілепокладання студентської молоді в аспектах, які найвиразніше висвітлюють особливості, закономірності його становлення і розвитку. Дослідження спрямоване на пошук чинників, що справляють вплив на становлення життєвих цілей молоді, зокрема розглянуто вплив на життєве цілепокладання такого соціально-психологічного чинника, як усвідомлена саморегуляція.

Виклад основного матеріалу. Вивчення особливостей цілепокладання студентської молоді базувалося на аналізі текстів нарративних оповідань «*Мої цілі на майбутнє*». Об'єктом аналізу обрана студентська молодь, оскільки саме вона є індикатором змін, що відбуваються. Дослідження проводилось на базі Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка. До загальної вибірки увійшли 220 студентів 2-3 курсів, з яких 110 – юнаки і 110 – дівчата віком від 18 до 23 років. Аналіз нарративних оповідань здійснювався в кілька етапів.

На *першому етапі* було проведено формальний аналіз тексту. Тобто кожну розповідь було умовно поділено на частини: перша – це власне постановка і опис життєвих цілей респондента (поділ здійснювався шляхом видалення всіх ненаративних моментів та фрагментів із початкового тексту), друга – це риторичний елемент, пояснювальна частина, або «міркування на тему».

Особливий інтерес для якісного аналізу тексту становило співвідношення між його раціональними і риторичними елементами. Раціональні засоби розкривають суть ідеї, а риторичні (емфаза, повтори, паралелі, лейтмотиви, метафори) свідомо чи несвідомо використовуються або для того, щоб зробити розповідь доступною та привабливою для сприйняття, і тоді вони виконують позитивну функцію; або для того, щоб відволікти увагу слухача і компенсувати слабку основну частину чи узагалі її відсутність (наприклад, коли респондент обходить в описі власне життєві цілі).

Тож у результаті аналізу нарративів було виділено й такі, де практично немає опису життєвих цілей, хоч «роздуми на тему» займають не одну сторінку. Для нас як дослідників важливо було виявити всі можливі смисли тексту, навіть ті, що значною мірою завуальовані, затемнені гарною риторикою.

Отже, предметом аналізу в нарративному дослідженні були не тільки опис життєвих цілей особистості відповідно до виділених

параметрів, а й міркування з цього приводу, або «пояснювальні моменти». Ми намагалися визначити, які функції в кожному конкретному випадку виконують такі «ліричні відступи»: чи орієнтації, чи виправдання, чи витіснення, чи ще чогось іншого.

На *другому етапі* наше завдання полягало в аналізуванні частин тексту, які містять внутрішньозакінчений сюжет (розповідь про майбутні цілі особистості), за параметром «рівень усвідомлення життєвих цілей».

На *третьому етапі* ми провели порівняльний аналіз рівня усвідомлення життєвих цілей респондентів, при цьому використавши стратегію максимального контрасту. Результатом реалізації стратегії став поділ респондентів на три групи: з низьким, середнім і високим рівнями усвідомлення життєвих цілей.

На *четвертому етапі* виділені категорії респондентів (з низьким, середнім та високим рівнями усвідомлення життєвих цілей) досліджувалися за наступними параметрами: сфери цілепокладання; часова перспектива цілей; узгодженість, ієрархія цілей; зв'язок цілей із сьогоденням, їх реалістичність; емоційне ставлення до майбутнього, оцінювання досліджуваним сприятливих і несприятливих чинників у досягненні життєвих цілей; активність позиції досліджуваного в досягненні цілей. Результатом аналізу за виділеними параметрами стали судження про властивості цілепокладання респондентів.

Зазначимо, що кожен із перерахованих етапів, з одного боку, констатує описаний у наративі досвід, надаючи йому смислу, а з другого – «стискає», «редукує», «викривляє», тобто певною мірою змінює його. Тому, розглядаючи текст у його домаганні на істинність, вводячи тезу про принципову відкритість інтерпретації й невідривність розуміння тексту від саморозуміння інтерпретатора, герменевтика стверджує важливість не стільки референціальності історії життя, скільки певних «практичних схем» мислення, діапазону і варіативності виявлених у текстах смислових структур і «репертуару можливостей» [7, с. 58].

Аналізуючи наративи досліджуваних за параметром усвідомлення цілей, ми зіткнулися з тим, що при однаковому рівні усвідомлення частина досліджуваних схильна давати деталізовані описи майбутнього, а частина формулює їх досить загально та образно. Отже, рівень деталізації тільки опосередковано може характеризувати осмисленість цілепокладання. Деталізація не є обов'язковою умовою осмисленості, як ми вважали раніше. Цей факт було враховано у ході подальшого аналізу наративів.

До групи студентів із низьким рівнем усвідомлення життєвих цілей увійшли 21,4% досліджуваних. Розповіді цих респондентів показують, що вони невпевнені щодо своїх майбутніх планів, ще не

визначили напевно цілі, оскільки особливо не замислювалися над цим питанням. Використовуючи загальні фрази і штампи, студенти описують набір формальних ознак «гарного життя», які насправді не пов'язані між собою і не відображають внутрішніх прагнень.

Опитувані з низьким рівнем усвідомлення життєвих цілей часто негативно ставляться до свого майбутнього, життєві цілі здаються їм недосяжними і взагалі не вартими того, щоб їх ставити, а життя сприймається як складне і непередбачуване, тому й планувати його немає сенсу: «все одно нічого з цього доброго не вийде», «щодо своїх цілей я ще не визначився», «я не можу сказати, яке в мене буде майбутнє».

Аналіз у межах групи з низьким рівнем усвідомлення цілей дав змогу виділити підгрупу студентів, цілепокладання яких умовно було назване «несформованим». У наративах таких респондентів транслюється невпевненість у майбутньому, бажання уникнути думок про нього. Несформованість орієнтації на майбутнє або негативне його сприймання свідчать про «невирішені проблеми минулого, викривлені соціальні настановлення, екзистенційний вакуум, відсутність базових орієнтирів» [2, 3, 4], що може стати джерелом психологічної небезпеки. У цій підгрупі є студенти, які самі підкреслюють, що їхні життєві цілі ще не сформовані: «мої уявлення про майбутнє залишаються на рівні мрій, найчастіше у словах: було б непогано, якби було так», «я пливу за течією».

Друга підгрупа під умовною назвою «шаблонне цілепокладання» у межах групи з низьким рівнем усвідомлення цілей вирізняється тим, що респонденти цієї підгрупи свої наративи підганяють під кліше певного культурного сценарію, тому вони шаблонні, позбавлені унікальності, власної історії, зосереджені передусім на гарному сюжеті.

Третя підгрупа, що дістала з умовну назву «демонстративне цілепокладання», особлива тим, що в наративах її респондентів втілений певний героїчний порив, націленість на якусь одну, виключно важливу для наратора тему (врятувати, захистити, підкорити, пожертвувати); тут інтенція цілком переважає смисл. Структура і зміст наративу визначаються саме цим надмірним прагненням: «моя головна мета – відновити спаллене ім'я нашого вузу», «з Богом жити добре, і мета мого життя – донести цю новину до багатьох людей». Часто такі наративи мають міфологічний характер, містять багато казкових образів і метафор: «я з'явився на цей світ не для того, щоб літати в зграї чорних ворон». Як зазначає Т.М. Титаренко: «Коли людина починає несамовито будувати своє життя під прапором якогось особливого духовного пошуку, якоїсь таємної місії, воно стає дуже штучним, несправжнім, далеким від свobodного самоствердження.

Життя обертається на суцільну демонстрацію своєї вишуканості, елітарності, несхожості на примітивного обивателя» [6, с. 304].

Середній рівень усвідомлення своїх життєвих цілей показало більше половини всіх опитаних (55,5%). Ця група умовно була названа *«недосконале цілепокладання»*. Досліджувані, що мають недосконале цілепокладання, хоч і називають свої життєві цілі, зазвичай не бачать способів їх досягнення, уникають відповіді на запитання про те, що може сприяти досягненню цілей, а що може перешкодити цьому. Вони вагаються, коли відповідають на запитання, чому саме ці, названі, цілі важливі, а не інші. У них немає також сформованого уявлення про способи досягнення цілей, про можливі перешкоди на цьому шляху: «хочу стати справжньою людиною, самостійною і самодостатньою, але яка потребувала б тепла своїх рідних. Як швидко? – Головне, щоб не пізно»; «мені потрібно саме зараз замислитись, якими засобами я досягатиму цілей, і тоді вже діяти відповідно»; «зараз такий час, що важко робити прогнози»; «цілі є, але вони можуть змінитися»; «на даний момент я навчаюся в університеті, щодо подальшого – ще не замислювався»; «уявити майбутнє легко, але кожного дня все змінюється».

Групу студентів із високим рівнем усвідомлення своїх життєвих цілей склали 23,2% досліджуваних. Ця група, як і група з низьким рівнем цілепокладання, має свої підгрупи.

Наративи респондентів першої підгрупи, що дістали назву *«дієве цілепокладання»* відрізняються панорамністю, розгорнутістю, насиченістю деталями, подробицями; життєві цілі сформульовано досить чітко. Досліджувані описують як самі цілі, так і етапи їх досягнення, тобто в розповідях представлено і ситуативні (здати сесію, написати курсову), і короткочасні (закінчити університет, академію), і віддалені (зробити кар'єру, створити сім'ю, народити дітей, досягти стабільного матеріального становища) цілі. Картина бажаного майбутнього постає реальною, логічною, узгодженою, чіткою. Представники цієї підгрупи підтверджують наше припущення про те, що чим детальніше розкриває свої життєві цілі досліджуваний, тим краще він їх усвідомлює і тим більш значущими вони для нього є.

У межах групи з високим рівнем усвідомлення виокремилася й друга підгрупа, яку було названо *«творче цілепокладання»*. У наративах цієї підгрупи високий рівень усвідомлення досягається завдяки творчому сприйманню життя, ставлення до нього як до сповненого смыслом захоплюючого процесу, який можна піднести до справжніх вершин творчості. Бажані життєві цілі формулюються в м'якій, нестереотипній формі: у них простежується повага до часу і простору життя, що втілюється в певній нефінальності, діалогічності.

Порівняно з попередньою підгрупою, наративи респондентів цієї підгрупи є менш «активними» та більш «споглядальними».

Загалом наративи цієї групи вирізняють реалістичність сприймання як теперішнього, так і майбутнього, усвідомлення того, що для досягнення цілей потрібно докласти чимало зусиль. Студенти, що цілком усвідомлюють свої життєві цілі, мають здорове почуття реальності: вони можуть сприймати її творчо, але не спотворено, не викривлюють факти на догоду своїй фантазії і потребам, а, переосмислюючи їх, вносять елементи креативності, спонтанності. Вони прагнуть досягти особистісно значущих і реалістичних цілей, але при цьому не втрачають гармонії з життям. Одні досягають такої гармонії, надаючи життю структурованості, чіткості, визначеності, а другі – творчого його осмислюючи.

Про високий рівень усвідомлення життєвих цілей можна судити з висловлювань, які часто трапляються у розповідях респондентів цієї групи: «я бачу своє майбутнє», «я впевнена», «я чітко розумію, чого я хочу в житті і ким я хочу стати».

Сфери постановки досліджуваними життєвих цілей ми розглядаємо як значущий простір їх самореалізації. Змістова наповненість майбутньої студентської молоді вирізняється здебільшого зорієнтованістю на себе, своє особисте життя, що відображається найбільшою мірою у вираженості рангових позицій таких сфер цілепокладання, як професійна діяльність і створення сім'ї. Висловлювання студенток про майбутнє подружнє життя віддзеркалюють їхні мрії про кохання, щасливе сімейне життя, материнство. Чоловіки менш сентиментальні і більше говорять про вибір достойної пари, майбутнє батьківство.

Великого значення досліджувані надають матеріальним цінностям (третє за частотою згадувань місце після роботи і сім'ї). У багатьох творах названо конкретні речі (квартира, машина), які, на думку опитаних, необхідні для благополучного життя. Цілі, пов'язані зі спілкуванням із широким соціальним оточенням, і цілі, спрямовані на самовдосконалення, творчу самореалізацію, посідають відповідно четверте і п'яте місця за частотою згадувань у розповідях студентів.

Розглянемо змістові відмінності життєвих цілей, виявлені в групах досліджуваних. Так, група респондентів із високим рівнем усвідомлення своїх життєвих цілей продемонструвала досить широкий спектр сфер цілепокладання. Тільки у цій групі третє за значущістю місце після роботи і сім'ї займає сфера людських стосунків, тоді як у двох інших групах третє місце посідають матеріальні цінності. Цілям, пов'язаним із самовдосконаленням, свободою, творчістю, респонденти цієї групи відводять четверту рангову позицію – у групах із середнім і

низьким рівнями усвідомлення зазначені цілі посідають лише п'яте і шосте місця відповідно.

У наративах студентів, що належать до груп із середнім та низьким рівнями усвідомлення життєвих цілей, представлено значно бідніший діапазон сфер цілепокладання. Як правило, респонденти віддають перевагу професійній і сімейній сферам.

Як було наголошено вище, постановка життєвих цілей особистості і динаміка їх досягнення обумовлюються *саморегуляційним чинником*.

Методика «Стильова саморегуляція поведінки людини (ССП-98)» В. І. Моросанової [5] допомагає виявити, як впливає усвідомлення (чи, можливо, напівсвідоме розуміння) особливостей і характеристик саморегуляції особистості на змістову, а особливо на динамічну сторону цілепокладання. Опитувальник складається із 46 тверджень, що описують особливості поведінки в різних типових для людини життєвих ситуаціях. Твердження входять до складу шести шкал, що виділяються відповідно до основних регуляторних процесів (*планування, моделювання, програмування, оцінка результатів*) і регуляторно-особистісних властивостей (*гнучкість і самостійність*).

За допомогою методики було досліджено, чи сформовано (і наскільки) у досліджуваних індивідуальний досвід усвідомленої саморегуляції та окремі його компоненти. Ми також здійснили порівняльний аналіз особливостей саморегуляції у студентів із розвиненим і нерозвиненим цілепокладанням, щоб виявити особливості впливу усвідомленої саморегуляції на життєве цілепокладання особистості. Методика дала можливість доповнити дані, отримані при вивченні життєвого цілепокладання досліджуваних методом наративу, інформацією про розвиток окремих ланок цілепокладання досліджуваних, що важливо для побудови загальної картини постановки життєвих цілей студентською молоддю.

Ми передбачали, що групи, які є полярними щодо розвитку цілепокладання, відрізнятимуться і за рівнем розвитку усвідомленої саморегуляції. За шкалою «*Планування*» маємо статистично значущі відмінності між студентами з низьким і високим рівнями цілепокладання. Отже, студенти з високим рівнем цілепокладання мають більш високий рівень сформованості усвідомленого планування діяльності; їхні плани більш ієрархічні, дієві, стійкі, ніж у групі з низьким рівнем цілепокладання. Студенти групи з низьким рівнем розвитку цілепокладання менше замислюються про майбутні цілі, висувають їх ситуативно, несамостійно.

За шкалою «*Моделювання*» досліджувані групи теж мають статистично значущі відмінності, а це означає, що вони вирізняються розвиненістю уявлень про систему зовнішніх і внутрішніх значущих

умов. Ці дані підтверджують результати аналізу наративу, де теж виявлено значні відмінності щодо розуміння чинників, що найбільшою мірою впливають на цілепокладання. Наратив також дав можливість побачити змістове наповнення цих чинників. Так, студенти з розвиненим цілепокладанням основний наголос роблять на аналізі внутрішніх чинників, а ті, що недостатньо володіють навичками постановки життєвих цілей, як правило, зосереджуються на зовнішніх чинниках як таких, що можуть завадити постановці і досягненню цілей.

Студенти з високим рівнем розвитку цілепокладання краще виділяють значущі умови цілепокладання як у теперішній ситуації, так і в перспективному майбутньому, що проявляється в адекватності програм дій планам діяльності, відповідності отриманих результатів прийнятим цілям.

Студенти з нерозвиненим цілепокладанням мають нижчий рівень сформованості таких уявлень. Аналіз наративу показує, що несформованість уявлень про умови ціледосягнення часто призводила до бажання продукувати фантазії та мрії, які в даній ситуації виступають як захисні механізми. За допомогою цих механізмів людина намагається відгородитися від реальності, що сприймається як складна і незрозуміла та викликає тривожні переживання. Зазначений процес може супроводжуватися різкими перепадами ставлення до розвитку ситуації та наслідків своїх дій. У студентів із нерозвиненим цілепокладанням частіше виникають труднощі з визначенням мети і програми дій; вони не завжди помічають зміну ситуації, що також може призводити до невдач.

За шкалою «Програмування» теж отримано статистично значущі відмінності між студентами, що мають високий і низький рівні цілепокладання. У групі з високим рівнем розвитку цілепокладання студенти мають більш деталізовані, розгорнуті програми, вони розробляються самостійно, гнучко змінюються в нових обставинах і стійкі в ситуації несприятливості. У групі з низьким рівнем цілепокладання студенти менше схильні продумувати послідовність своїх дій. Вони часом віддають перевагу імпульсивним діям, часто стикаються з невідповідністю отриманих результатів цілям діяльності, можуть діяти без чіткого плану, способом спроб і помилок.

За шкалою «Оцінювання результатів» показники теж відрізняються і ця різниця є статистично значущою. Досліджувані групи з високим рівнем розвитку цілепокладання здатні більш адекватно оцінювати себе і результати своєї діяльності та поведінки, суб'єктивні критерії оцінювання у них теж сформовані значно краще. А у групі з низьким рівнем розвитку цілепокладання досліджувані можуть не помічати своїх помилок, часто некритично оцінюють свої

дії. Суб'єктивні критерії успішності для студентів цієї групи є не досить стійкими, що може призводити до погіршення якості результатів при збільшенні об'єму роботи.

За шкалами «Гнучкість» і «Самостійність» у групах із низьким і високим рівнями розвитку цілепокладання не виявлено статистично значущих відмінностей. Ці шкали мають середні показники в обох досліджуваних групах.

Студенти обох груп здатні досить швидко й адекватно перебудовувати систему саморегуляції у зв'язку зі змінами внутрішніх і зовнішніх умов. Вони демонструють середній рівень пластичності всіх регуляторних процесів. У разі виникнення непередбачуваних обставин випробувані спроможні перебудовувати плани і програми виконавських дій та поведінки, здатні досить швидко оцінити зміни значущих умов, внести відповідні корективи у програму дій. Вони здатні також самостійно планувати свою діяльність і поведінку, організовувати роботу по досягненню поставленої мети, контролювати хід її реалізації, аналізувати й оцінювати як проміжні, так і кінцеві результати діяльності. Утім, вони певною мірою залежні від думок та оцінок оточення. Таким чином, регуляторно-особистісні властивості гнучкості і самостійності не пов'язані однозначно і прямо з рівнем розвитку цілепокладання особистості.

За шкалою «Загальний рівень саморегуляції», що характеризує рівень сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції людини, у групах із високим і низьким рівнями цілепокладання виявлено статистично значущі відмінності.

Таким чином, студенти з високим рівнем розвитку цілепокладання мають значно розвиненішу систему усвідомленої саморегуляції, для них більшою мірою характерна усвідомленість та взаємопов'язаність у загальній структурі індивідуальної регуляції регуляторних ланок. Вони більш самостійні, їхні цілі є більш усвідомленими. Досліджувані самостійні, гнучко й адекватно реагують на зміну умов; висунення й досягнення цілей є для них більшою мірою усвідомленим процесом.

При високій мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, який дає змогу компенсувати вплив особистісних характерологічних особливостей, що заважають досягненню мети. Чим вище загальний рівень усвідомленої саморегуляції, тим легше людина оволодіває новими видами активності, упевненіше почувається в незнайомих ситуаціях, тим стабільнішими будуть її успіхи у звичних видах діяльності.

Досліджувані з низьким рівнем розвитку цілепокладання більшою мірою залежать від актуальної ситуації. Потреба в усвідомленому плануванні і програмуванні своєї поведінки у них сформована менше.

Можливість компенсації несприятливих для досягнення мети особистісних особливостей у досліджуваних цієї групи нижча порівняно з досліджуваними, які мають високий рівень розвитку цілепокладання.

Висновки з даного дослідження та перспективи подальших розвідок у даному напрямку. Отже на цілепокладання студентської молоді впливає саморегуляційний чинник, зокрема сформованість, усвідомленість та взаємопов'язаність регуляторних ланок (планування, програмування, моделювання, оцінювання результатів). Адекватна оцінка своїх можливостей, бажань та обмежень в реальних умовах життя, уміння коригувати свої дії відповідно до внутрішніх стандартів та соціального контексту дає підстави для домагань на такий рівень складності життєвих цілей, який забезпечує задоволення собою і можливість самоповаги.

Перспективними видаються проведення лонгітюдного дослідження вікової динаміки розгортання життєвого цілепокладання. Особливий інтерес також становить подальше поглиблене вивчення соціально-психологічних чинників побудови майбутнього та виявлення типових ситуацій втрати людиною життєвих цілей.

Список використаних джерел

1. Конопкин О. А. Участие эмоций в осознанной регуляции целенаправленной активности человека / О. А. Конопкин // Вопросы психологии. – 2006. – № 3. – С. 38-48.
2. Ленгле А. Экзистенциальный анализ – найти согласие с жизнью [Электронный ресурс] / А. Ленгле // Московский психотерапевтический журнал. – 2001. – №1. – Режим доступа до журн.: <http://hpsy.ru/public/x3447.htm>
3. Ленгле А. Жить осмысленно [Электронный ресурс] / А. Ленгле // Недолговечность и смысл. – Режим доступа до журн.: <http://hpsy.ru/public/x3447.htm>
4. Ленгле А. Как приходит успех / А. Ленгле // Жизнь наполненная смыслом. – М.: Генезис, 2004. – С. 21-26.
5. Моросанова В. И. Стилевая саморегуляция поведения человека / В. И. Моросанова, Е. М. Коноз // Вопросы психологии. – 2000. – № 2. – С. 118-126.
6. Титаренко Т. М. Життєвий світ особистості: у межах і за межами буденності / Тетяна Михайлівна Титаренко. – К.: Либідь, 2003. – 376 с.
7. Троцук И. В. Нарратив как междисциплинарный методологический конструкт в современных социальных науках / Ирина Владимировна Троцук // Вестник РУДН. – 2005. – № 6-7. – С. 56-74.

М.М. Рева

**САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК СОЦИАЛЬНО-ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ
ФАКТОР ЖИЗНЕННОГО ЦЕЛЕПОЛАГАНИЯ
СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ**

Исследованы особенности жизненного целеполагания молодежи как одного из способов жизнеконструирования методом нарратива. Рассмотрено и определено влияние на жизненное целеполагание личности такого социально-психологического фактора как осознанная саморегуляция. Доказано, что постановка жизненных целей личности и динамика их достижения определяются саморегуляционным фактором.

Ключевые слова: *жизненное целеполагание, жизнеконструирование, осознанная саморегуляция поведения.*

M. Reva

**SELF-REGULATION AS A SOCIO-PSYCHOLOGICAL FACTOR OF
STUDENTS LIFE GOAL-SETTING**

The features of the life goal-setting of young people as a way of life-designing by narrative were investigated. The influence on the life goal-setting of the individual such social and psychological factors as conscious self-regulation were considered and determined. It was proved, that setting life goals of individual and dynamics of achieving them are conditioned by self-regulatory factor.

It was shown that students with high level development of goal-setting have a much more developed system of self-conscious, for them awareness and interconnectedness in the overall regulation of individual regulatory units are more typical. They are more independent, their goals are more conscious. However, those who were studied with low level development of goal-setting are more dependent on the actual situation. The need for informed planning and programming of their behavior is formed less.

So, on goal-setting of youth students has an affect self-regulatory factor, particularly formation, awareness and interconnectedness of regulatory units (planning, programming, modeling, results evaluation). Adequate assessment of their capabilities, desires and limitations in real life, the ability to adjust their actions in accordance with internal standards and social context gives grounds for the claims to a level of complexity of life goals, which provides a pleasure with themselves and opportunity of self-esteem.

Keywords: *life goal-setting, life-designing, conscious self-regulation of behavior.*

Надійшла до редакції 7.05.2016 р.