

Роль саморегуляции в процессе развития психологической компетентности студентов-психологов

Жанна Г. Гаранина^{a, @, ID}

^a Национальный исследовательский Мордовский государственный университет им. Н. П. Огарева, Россия, г. Саранск

@ garanina23@mail.ru

ID <https://orcid.org/0000-0003-1428-1213>

Поступила в редакцию 01.04.2020. Принята к печати 13.05.2020.

Аннотация: Представлены результаты исследования проблемы соотношения психологической компетентности и саморегуляции будущих специалистов. Проведен анализ теоретических подходов к данной проблеме в отечественной и зарубежной психологии, показано, что психологическая компетентность предполагает наличие сформированных психологических знаний, коммуникативных умений и навыков, а также развитой системы саморегуляции, позволяющей осуществлять эффективное управление своим поведением в ситуациях профессионального взаимодействия. Описаны результаты эмпирического исследования, проводившегося среди студентов-психологов. Выявлены особенности коммуникативной компетентности студентов и таких регулятивных качеств, как саморегуляция, самоконтроль и самооффективность. Установлены статистически значимые взаимосвязи между уровнем сформированности коммуникативной компетентности и особенностями регулятивных качеств студентов. В результате кластерного анализа выделены три группы студентов с различным уровнем сформированности коммуникативной компетентности и регулятивных качеств. Сделаны выводы, что регулятивные и коммуникативные компоненты психологической компетентности тесно взаимосвязаны между собой. Саморегуляция, самоконтроль, самооффективность и коммуникативные умения студентов-психологов являются инструментальной основой для развития психологической компетентности. Сформированная саморегуляция помогает студентам понимать и контролировать свои поведенческие реакции и осуществлять осознанное и целенаправленное взаимодействие с окружающими людьми в проблемных ситуациях профессиональной деятельности, что способствует развитию психологической компетентности будущих психологов в процессе профессионального обучения.

Ключевые слова: коммуникативная компетентность, психологическая грамотность, общение, самоорганизация, самооффективность, самоконтроль

Для цитирования: Гаранина Ж. Г. Роль саморегуляции в процессе развития психологической компетентности студентов-психологов // Вестник Кемеровского государственного университета. 2020. Т. 22. № 2. С. 418–425. DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-2-418-425>

Введение

Одной из актуальных психологических проблем современной системы высшего образования является развитие профессиональной и психологической компетентности будущих специалистов, умения эффективно взаимодействовать с людьми в процессе делового и межличностного общения. В связи с этим возникает необходимость исследования данного феномена, особенностей и факторов, влияющих на его формирование у студентов.

Понятие *психологическая компетентность* в отечественной психологии изучалось такими авторами, как А. А. Деркач, В. Г. Зазыкин, М. Д. Ильязова, Л. Е. Мальцева, Л. А. Петровская и др. С точки зрения деятельностного подхода, данный феномен рассматривается как совокупность внутренних ресурсов, необходимых для осуществления эффективной коммуникативной деятельности. Личностный подход рассматривает психологическую компетентность как качество личности, связанное

с ее профессиональным и личностным самоопределением, предполагающее высокий уровень развития коммуникативных навыков, творческой активности и самореализации. Психологическая компетентность обеспечивает самореализацию личности в процессе взаимодействия с другими людьми.

М. Д. Ильязова считает, что компетентность современного специалиста определяется как характеристика личности, проявляющаяся в успешном выполнении деятельности и достижении значимого результата. Она выделяет профессиональную компетентность, которая включает в себя базовые, общие для всех специалистов качества, проявляющиеся в способности эффективно общаться с другими людьми, и специальную социально-психологическую компетентность, необходимую для продуктивного выполнения определенной профессиональной деятельности [1]. Е. В. Плякина и М. А. Хмелькова рассматривают психологическую компетентность как интегральное

личностное свойство, способствующее адекватному применению своих знаний, опыта и личностных ресурсов в процессе деятельности, способствующее саморазвитию и осознанию жизненных смыслов [2].

Понятие психологической компетентности, изучаемое А. А. Деркачом и В. Г. Зазыкиным с точки зрения акмеологического подхода, позволяет выделить социально-перцептивную, коммуникативную, аутопсихологическую, социально-психологическую и психолого-педагогическую компетентности как структурные составляющие данного качества [3]. А. А. Петровская анализирует коммуникативную составляющую психологической компетентности, где основной акцент делается на способности устанавливать и поддерживать контакты с другими людьми [4, с. 41].

А. Е. Мальцева понимает под коммуникативной компетенцией высокую степень владения социальными нормами взаимодействия с другими людьми, приобретенными в процессе усвоения социально-психологических правил, готовность и способность осуществлять успешное общение в соответствии с социальными нормами и коммуникативными ситуациями [5].

Ряд работ посвящен исследованию коммуникативной и психологической компетентности студентов – будущих педагогов и психологов, для которых данное качество является профессионально важным. Так, О. В. Лингевич и А. Д. Копытов оценивают содержание коммуникативной компетентности студентов педагогического профиля с помощью таких критериев, как владение психологическими знаниями, эмоционально-волевая регуляция процесса деятельности, способность к переработке информации и принятию решений в сложных коммуникативных ситуациях [6].

Т. А. Ботова рассматривает психологическую компетентность как совокупность личностного, операционного и саморегуляционного компонентов, где развитие компетентности предполагает поэтапное формирование психологических знаний, умений и навыков эмоционального реагирования, рефлексии и регулирования своих психических состояний [7]. Развитие рефлексии в процессе формирования психологической компетентности анализируется в работе И. В. Фокиной и Е. В. Щеголевой, которые считают, что рефлексивные качества студентов – будущих педагогов – являются условием развития психологической компетентности [8]. К. С. Черёмухина выделяет в структуре психологической компетентности умение правильно воспринимать человека, понимать его психические состояния, эмпатию, рефлексивность, а также способность к саморегуляции и самоуправлению [9].

В работе Е. В. Величко и С. А. Минюровой показано, что одним из критериев сформированности социально-психологической компетентности студентов-психологов является способность к саморазвитию, самоуправлению, стремление к активной деятельности и достижению успеха [10]. А. Л. Бусыгина считает, что психологическая компетентность

студентов-педагогов проявляется на двух уровнях: на внутреннем – как способность к саморегуляции, на внешнем – как успешность социального взаимодействия [11].

Обобщая рассматриваемые подходы, можно заключить, что психологическая компетентность будущих специалистов социологической сферы – профессионально важное свойство личности, представляющее собой системное образование, включающее познавательный компонент, способствующий правильному пониманию себя и окружающих, коммуникативный компонент, обеспечивающий эффективное взаимодействие с другими людьми, и регулятивный компонент, включающий умения и навыки саморегуляции и самовоздействия.

Управление своим поведением должно осуществляться с помощью осознанных и целенаправленных усилий по регуляции своих психических состояний в проблемных коммуникативных ситуациях. Система психической саморегуляции является одним из значимых личностно-профессиональных качеств будущих специалистов-психологов, поскольку помогает им осуществлять осознанную и целенаправленную коммуникативную деятельность, связанную с постановкой профессиональных целей и умением планировать ее результаты. В процессе общения студенты-психологи должны мобилизовывать свои психические ресурсы, направленные на взаимодействие с окружающими людьми, учитывать индивидуально-психологические особенности партнеров и использовать адекватные способы взаимодействия, контролировать и понимать свои поведенческие реакции.

Саморегуляция как свойство личности, обеспечивающее адекватное и эффективное социальное взаимодействие между людьми, анализируется в работах таких ученых, как Е. П. Ильин, В. И. Моросанова, А. А. Деркач, Л. А. Степнова, А. С. Чурсина и др. Так, Е. П. Ильин рассматривает саморегуляцию через процесс организации произвольного поведения, направленного на осуществление сознательных и мотивированных действий, связанных с самостоятельным принятием решений, достижением целей и самоконтролем [12]. А. С. Чурсина понимает под осознанной саморегуляцией готовность к профессиональному саморазвитию, реализации опыта своего профессионального самоопределения [13]. А. А. Деркач и Л. А. Степнова выделяют инструментально-экспрессивный, смысловой и экзистенциальный уровни саморегуляции, способствующие успешной адаптации личности в социуме, пониманию своих личностных ценностей, самоосуществлению и самореализации [14].

И. И. Чеснокова считает, что саморегуляция предполагает самопознание и эмоционально-ценностное отношение к себе, которое осуществляется в процессе управления собственным поведением, а также на этапе самоконтроля. Она выделяет саморегулирование конкретных поведенческих актов и саморегулирование, связанное с планированием целенаправленных изменений в самом себе (самовоспитание) [15, с. 126].

В. И. Моросанова рассматривает осознанную саморегуляцию как интегративный процесс, направленный на самоорганизацию психической активности человека, связывающий между собой динамические и содержательные аспекты личности [16]. В исследовании В. И. Моросановой и Т. Г. Фоминой показано, что уровень саморегуляции педагогов взаимосвязан с характеристиками общительности. Высокий уровень саморегуляции способствует более адекватному поведению личности в ситуациях общения, что позволяет эффективнее преодолевать трудности профессионального взаимодействия, а низкая саморегуляция педагогов создает коммуникативные проблемы, снижает продуктивность педагогической деятельности [17]. А. Н. Бабинцева, рассматривая взаимосвязь саморегуляции и компонентов социально-психологической компетентности, установила, что студенты с развитой компетентностью обладают высокими регуляторными способностями [18]. В исследовании К. Г. Горбунова и И. Н. Асмус рассматривается проблема формирования саморегуляции студентов с помощью специально организованного тренинга, в процессе которого происходит изменение эмоциональных состояний, развитие таких адаптивных качеств личности, как принятие себя и других, что способствует социализации и личностному развитию студентов [19].

В исследовании М. I. Posner и М. К. Rothbart анализируются механизмы развития саморегуляции в процессе усвоения социальных норм, когда дисбаланс регуляторных и реактивных систем приводит к патологиям развития личности [20]. В работе R. B. Miller и S. J. Brickman изучается влияние личностно значимых целей на процесс саморегуляции, когда осознанное воздействие на постановку ближайших подцелей приводит к достижению будущих целей [21].

А. П. Гримак рассматривает саморегуляцию с точки зрения психологии активности человека как высший механизм самоорганизации психики, как проявление специфической активности субъекта [22]. Он выделяет такие уровни психической саморегуляции, как информационно-энергетический, который позволяет осуществлять необходимую энергетическую мобилизацию физиологических систем; эмоционально-волевой, связанный с механизмами волевого самоконтроля за выполняемыми действиями и с изменением собственных когнитивных и аффективных установок по отношению к возникающим жизненным проблемам; уровень самокорректировки личности, который мобилизуется в тех случаях, когда человек преобразовывает свою собственную личность, ценности и установки.

Саморегуляция также лежит в основе аутопсихологической компетентности, которая предполагает способность человека к целенаправленному изменению своих индивидуально-психологических качеств, деятельности и отношений в процессе личностно-профессионального развития [23]. Аутопсихологическая компетентность проявляется в умении актуализировать и развивать собственные личностные ресурсы, направленные на самоуправление и самосовершенствование.

Таким образом, психологическая компетентность будущего специалиста-психолога представляет собой сочетание трех взаимосвязанных компонентов: познавательного, предполагающего наличие сформированных психологических знаний; коммуникативного, позволяющего эффективно осуществлять профессиональное взаимодействие с другими людьми; регулятивного, определяющего систему самоуправления и саморегуляции личности. Мы считаем, что осознанная саморегуляция является одной из важнейших составляющих психологической компетентности, поскольку она обеспечивает самоконтроль и самоорганизацию личности, способствует саморазвитию и управлению собственным поведением, что в целом повышает эффективность межличностного взаимодействия [24].

Материалы и методы

Целью данного исследования является изучение особенностей саморегуляции и ее роли в развитии психологической компетентности студентов-психологов. Нами было проведено эмпирическое исследование среди студентов-бакалавров направления подготовки *Психология* Мордовского государственного университета им. Н. П. Огарева. Средний возраст испытуемых – 20 лет, объем выборки – 53 человека.

Для исследования компонентов психологической компетентности нами применялся комплекс психодиагностических методов: для диагностики коммуникативного компонента использовались тест коммуникативных умений (А. Михельсон) [25] и тест коммуникативной компетентности (В. М. Снетков) [26]. Для изучения регулятивного компонента применялись опросник «Стиль саморегуляции поведения студентов» (В. И. Моросанова) [27], тест «Оценка самоконтроля в общении» (М. Снайдер) [28] и «Шкала общей самоэффективности» (русская версия В. Ромека, Р. Шварцера, М. Ерусалема) [29]. Для обработки полученных эмпирических данных использовались корреляционный и кластерный анализ.

Результаты и обсуждение

Результаты проведенного исследования показали, что выявленные значения уровня коммуникативных умений студентов по тесту А. Михельсона выше средних показателей ($M=21,3$, $\sigma=2,3$), по тесту коммуникативной компетентности В. М. Снеткова – выше среднестатистических значений ($M=62,2$, $\sigma=3,1$), что в целом говорит о достаточно высоком уровне сформированности коммуникативного компонента психологической компетентности студентов.

Уровень саморегуляции студентов, выявленный с помощью методики В. И. Моросановой, составляет 30,2 балла ($\sigma=1,8$), что находится в среднем диапазоне статистической нормы. Более подробный анализ шкал саморегуляции по данной методике показывает, что наиболее сформированы у испытуемых такие компоненты саморегуляции, как планирование ($M=7,1$), самостоятельность ($M=7,5$) и моделирование ($M=7,3$). На среднем уровне

выраженности находятся шкалы *Оценивание результатов* ($M=6,4$) и *Гибкость* ($M=5,3$). Полученные данные говорят о том, что успешность саморегуляции у большинства опрошенных достигается за счет осознания цели деятельности, ее адекватности внешним и внутренним условиям, а также стремления к самостоятельному достижению результатов деятельности, контролю и реалистичной оценке своего поведения. При этом студенты достаточно гибко адаптируются к ситуациям, подстраиваются под меняющиеся условия.

Уровень самоконтроля в общении по методике М. Снайдера составляет 5,4 балла ($\sigma=1,4$), что соответствует средним значениям. Полученные результаты показывают, что большинство студентов хорошо контролируют свое поведение в коммуникативных ситуациях, способны управлять своими реакциями. Показатели самоэффективности испытуемых, выявленные по методике В. Ромека, Р. Шварцера, М. Ерусалема, находятся в пределах средних значений ($M=28$, $\sigma=2,5$), значит, опрошенные студенты в целом уверены в своей профессиональной компетентности, адекватно оценивают свои профессиональные качества.

Проведенный корреляционный анализ позволил выявить статистически значимые взаимосвязи между регулятивными и коммуникативными качествами студентов (таб.).

Табл. Корреляционные взаимосвязи между регулятивными и коммуникативными качествами студентов
Tab. Correlation relationships between the regulatory and communicative qualities of students

Регулятивные качества	Коммуникативные умения	Коммуникативная компетентность	Самоэффективность
Самоконтроль	0,612**	0,376*	0,442*
Саморегуляция	0,452*	0,361*	0,685**
Самоэффективность	0,012	0,533**	1

Прим.: * – достоверность различий при $p \leq 0,05$, ** – при $p \leq 0,01$ (по линейной корреляции Пирсона).

Анализ полученных корреляционных данных показывает, что коммуникативная компетентность статистически значимо связана с самоконтролем в общении и с саморегуляцией. Самоэффективность как свойство личности, определяющее уверенность в своей компетентности, взаимосвязана с самоконтролем, саморегуляцией и с коммуникативной компетентностью испытуемых, на основании чего можно предполагать, что самоэффективность обеспечивается высоким уровнем развития коммуникативной компетентности и регулятивных качеств студентов-психологов. Взаимосвязи между остальными изучаемыми параметрами находятся ниже уровня статистической значимости.

Большое количество корреляционных взаимосвязей между коммуникативными и регулятивными качествами респондентов позволяет сделать вывод, что коммуникативная компетентность во многом обусловлена развитием способностей студентов к саморегуляции. Полученные результаты можно объяснить тем, что высокий уровень саморегуляции и самоконтроля в общении определяют развитие профессиональных качеств испытуемых, проявляющихся в умении управлять своим коммуникативным поведением. Сильные взаимосвязи между самоэффективностью и их уровнем саморегуляции и самоконтроля показывают, что уверенность студентов-психологов в своей компетентности предполагает высокий уровень сформированности коммуникативных свойств будущих специалистов, что может позволить им более эффективно осуществлять профессиональное взаимодействие.

Результаты кластерного анализа позволили выделить три группы студентов с различным уровнем сформированности коммуникативных и регулятивных качеств.

В первую группу вошло 49 % респондентов, у которых выявлен высокий уровень сформированности коммуникативных умений (26 баллов) и коммуникативной компетентности (68 баллов), отмечаются высокие показатели самоэффективности (28 баллов), саморегуляции (35 баллов) и самоконтроля в общении (6,1 балла). Данные студенты отличаются развитыми коммуникативными качествами, умеют хорошо регулировать и контролировать свое поведение, адекватно соотносят свою деятельность с внутренними и внешними условиями, способны ставить значимые цели, планировать и самостоятельно их достигать. В процессе общения такие студенты способны гибко реагировать на меняющиеся ситуации, что позволяет им подстраиваться под психологические особенности окружающих людей. Они адекватно оценивают результаты своей деятельности, обладают высоким уровнем уверенности в своей профессиональной компетентности.

Во вторую группу вошло 41,5 % респондентов. В данной группе отмечается средний уровень развития коммуникативных умений (17 баллов), коммуникативной компетентности (54 балла), саморегуляции (29 баллов) и самоконтроля в общении (5,1 балла). Студенты данной группы в достаточной степени владеют коммуникативными навыками и способностью к самоуправлению. У большей части испытуемых данной группы отмечается хорошо сформированная способность к выделению значимых целей деятельности и условий их достижения. При этом гибкость, самостоятельность и самоконтроль студентов в ситуациях общения сформированы не в полной мере, что может влиять на эффективность их коммуникативного поведения. Если возникают непредвиденные сложности, они могут испытывать затруднения в их разрешении, не всегда могут правильно корректировать свое поведение.

Количество студентов, вошедших в третью группу, составляет 9,5 % от числа обследованных. У них выявлен

средний уровень самооффективности (18 баллов) и ниже среднего уровень коммуникативных умений (54 балла). Саморегуляция и самоконтроль в общении находятся на низком уровне, что может создавать сложности в управлении своим коммуникативным поведением. У большей части студентов отмечаются затруднения в умении ставить цели деятельности, слабо развиты самостоятельность и настойчивость их достижения. Способность к моделированию условий деятельности и гибкость студентов данной группы развиты недостаточно, что проявляется в неумении подстраиваться под меняющиеся коммуникативные ситуации, учитывать психологические особенности партнеров, что зачастую приводит к неэффективному общению.

Заключение

Регулятивные и коммуникативные компоненты психологической компетентности тесно взаимосвязаны между собой. Саморегуляция, самоконтроль, самооффективность и коммуникативные умения студентов-психологов образуют инструментальную основу для развития психологической компетентности будущих специалистов, что позволяет им использовать более гибкие и адекватные способы взаимодействия с учетом психологических особенностей партнеров по общению, преодолевать возникающие трудности профессиональной деятельности.

Студенты, характеризующиеся развитыми регулятивными качествами, обладают высоким уровнем сформированности коммуникативной компетентности, что выражается в умении правильно ориентироваться в коммуникативных ситуациях, самостоятельно ставить цели

профессиональной деятельности, планировать способы их осуществления с учетом меняющихся психологических условий, адекватно оценивать полученные результаты, использовать свои внутренние ресурсы для достижения целей. Способность к саморегуляции и самоконтролю в общении помогает таким студентам успешнее управлять своим коммуникативным поведением в проблемных ситуациях, гибко подстраиваться под разнообразные условия, что в целом позволяет им осуществлять более грамотное и эффективное взаимодействие с окружающими людьми. Студенты со средним и низким уровнем развития регулятивных качеств характеризуются слабо сформированной коммуникативной компетентностью, что проявляется в трудностях межличностного взаимодействия, неспособности адекватно реагировать на меняющиеся условия, плохом самоконтроле своего коммуникативного поведения.

Полученные результаты можно использовать в дальнейшем для совершенствования профессионального обучения и развития психологической компетентности будущих психологов. Повышение уровня психологической компетентности студентов должно осуществляться на основе формирования у них системы осознанной саморегуляции и самоконтроля. С этой целью можно рекомендовать использование социально-психологических тренингов, направленных на отработку навыков самоконтроля и управления своими эмоциональными состояниями в проблемных ситуациях общения, а также умений гибко подстраиваться под психологические особенности партнеров, подбирать грамотные и конструктивные способы межличностного взаимодействия.

Литература

1. Ильязова М. Д. Инвариантная структура компетентности субъекта деятельности // Вестник Астраханского государственного технического университета. 2009. № 1. С. 166–172.
2. Плякина Е. В., Хмелькова М. А. Структура психологической компетентности: определение и диагностика // Высшее образование сегодня. 2019. № 5. С. 57–62. DOI: 10.25586/RNU.NET.19.05.P.57
3. Деркач А. А., Засыкин В. Г. Акмеология. СПб.: Питер, 2003. 364 с.
4. Петровская Л. А. Компетентность в общении. М.: Наука, 1989. 216 с.
5. Мальцева Л. Е. Формирование иноязычной коммуникативной компетенции будущих специалистов ресторанного сервиса // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2010. № 5-2. С. 93–96.
6. Лингевич О. В., Копытов А. Д. Формирование коммуникативной компетентности в процессе преподавания психологических дисциплин у студентов – будущих педагогов // Вестн. Томского гос. пед. ун-та. 2015. № 3. С. 141–146.
7. Ботова Т. А. Развитие психологической компетентности студентов средствами саморегуляции // Проблемы и перспективы развития образования в России. 2010. № 6. С. 227–231.
8. Фокина И. В., Щеголева Е. В. Рефлексия как условие формирования психологической компетентности у студентов – будущих педагогов // Перспективы науки и образования. 2015. № 1. С. 101–106.
9. Черёмухина К. С. Сравнительная характеристика компонентов коммуникативной компетентности студентов психологического и юридического факультетов // Психология в экономике и управлении. 2013. № 2. С. 169–174.
10. Величко Е. В., Миняурова С. А. Оценка сформированности индивидуально-личностной составляющей социально-психологической компетентности студентов колледжа // Педагогическое образование в России. 2014. № 9. С. 181–185.
11. Бусыгина А. Л. Психологическая компетентность (грамотность) студентов педагогических вузов как основа психологического здоровья будущего педагога // Вестник Самарского государственного технического университета. Сер.: Психолого-педагогические науки. 2014. № 2. С. 24–28.
12. Ильин Е. П. Психология воли; 2-е изд., перераб. и доп. СПб.: Питер, 2009. 368 с.

13. Чурсина А. С. Формирование готовности к профессиональному саморазвитию у студентов вуза в процессе изучения психолого-педагогических дисциплин: автореф. дис. ... канд. пед. наук. Челябинск, 2011. 23 с.
14. Деркач А. А., Степнова Л. А. Развитие аутопсихологической компетентности государственных служащих. М.: Изда-во РАГС, 2003. 297 с.
15. Чеснокова И. И. Проблема самосознания в психологии. М.: Наука, 1977. 144 с.
16. Моросанова В. И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Вестник Московского университета. Серия 14. Психология. 2010. № 1. С. 36–45.
17. Моросанова В. И., Фомина Т. Г. Взаимосвязь развития осознанной саморегуляции и общительности педагогов // Вестник Российского университета дружбы народов. Серия: Психология и педагогика. 2010. № 2. С. 16–20.
18. Бабинцева Л. Н. Особенности взаимосвязи компонентов социально-психологической саморегуляции и осознанной саморегуляции у студентов-психологов // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2017. Т. 23. № 1. С. 31–35.
19. Горбунов К. Г., Асмус И. Н. Формирование навыков эффективной саморегуляции у студентов и аспирантов вуза // Психология обучения. 2013. № 7. С. 149–162.
20. Posner M. I., Rothbart M. K. Developing mechanisms of self-regulation // Development and Psychopathology. 2000. Vol. 12. № 3. P. 427–441. DOI: 10.1017/S0954579400003096
21. Miller R. V., Brickman S. J. A model of future-oriented motivation and self-regulation // Educational psychology review. 2004. Vol. 16. № 1. P. 9–33.
22. Гримак Л. П. Общение с собой. Начала психологии активности. СПб.: Питер, 2009. 233 с.
23. Гаранина Ж. Г. Роль аутопсихологической компетентности студентов-психологов в процессе профессионального саморазвития // Гуманитарий: актуальные проблемы науки и образования. 2018. Т. 18. № 2. С. 228–235. DOI: 10.15507/2078-9823.042.018.201802.228-235
24. Гаранина Ж. Г., Мальцева О. Е. Саморегуляция как фактор личностно-профессионального саморазвития // Интеграция образования. 2016. Т. 20. № 3. С. 374–381. DOI: 10.15507/1991-9468.084.020.201603.374-381
25. Ратанова Т. А., Шляхта Н. Ф. Психодиагностические методы изучения личности. М.: Флинта, 2008. 319 с.
26. Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / под ред. Г.С. Никифорова, М. Д. Дмитриевой, В. М. Снеткова. СПб.: Речь, 2001. 444 с.
27. Моросанова В. И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ). М.: Когито-Центр, 2004. 41 с.
28. Рогов Е. И. Учитель как объект психологического исследования. М.: Владос, 1998. 494 с.
29. Ромек В. Г., Шварцер Р., Ерусалем М. Русская версия шкалы общей самооффективности Р. Шварцера и М. Ерусалема // Иностранная психология. 1996. № 7. С. 71–77.

original article

The Role of Self-Regulation in the Development of Psychological Competence in Students of Psychology

Zhana G. Garanina ^{a, @, ID}^a Ogarev Mordovian State University, Russia, Saransk

@ garanina23@mail.ru

ID <https://orcid.org/0000-0003-1428-1213>

Received 01.04.2020. Accepted 13.05.2020.

Abstract: The research featured relationship between self-regulation and psychological competence of future specialists. The study involved an analysis of theoretical approaches to this problem in domestic and foreign psychology. Psychological competence presupposes developed psychological knowledge and communicative abilities and skills, as well as a stable system of self-regulation that allows for effective management of one's behavior during professional interaction. The author established the features of psychological and communicative competences in students, as well as such regulatory qualities as self-regulation, self-control, and self-efficacy. The research revealed statistically significant relationships between the level of development of psychological and communicative competences and the characteristics of regulatory qualities. A cluster analysis showed three groups of students with different levels of communicative competence and regulatory qualities. The regulatory and communicative components of psychological competence appeared closely interrelated. Self-regulation,

self-control, self-efficacy, and communicative skills of future psychologists were the instrumental basis for the development of psychological competence. A well-developed self-regulation helped students understand and control their behavioral reactions. It enabled them to carry out conscious and focused interaction with people in problematic professional situations, as well as contributed to the development of psychological competence during vocational training.

Keywords: communicative competence, psychological literacy, communication, self-organization, self-efficacy, self-control

For citation: Garanina Zh. G. The Role of Self-Regulation in the Development of Psychological Competence in Students of Psychology. *Vestnik Kemerovskogo gosudarstvennogo universiteta*, 2020, 22(2): 418–425. (In Russ.) DOI: <https://doi.org/10.21603/2078-8975-2020-22-2-418-425>

References

1. Ilyazova M. D. Invariant structure of subject's competence. *Vestnik of Astrakhan State Technical University*, 2009, (1): 166–172. (In Russ.)
2. Plyakina E. V., Khmelkova M. A. The structure of psychological competence: definition and diagnosis. *Vyshee obrazovanie segodnia*, 2009, (5): 57–62. (In Russ.) DOI: 10.25586/RNU.HET.19.05.P.57
3. Derkach A. A., Zazykin V. G. *Acmeology*. St. Petersburg: Piter, 2003, 364. (In Russ.)
4. Petrovskaia L. A. *Competence in communication*. Moscow: Nauka, 1989, 216. (In Russ.)
5. Maltseva L. E. Formation of foreign language communicative competence of future restaurant service specialists. *Problemy i perspektivy razvitiia obrazovaniia v Rossii*, 2010, (5-2): 93–96. (In Russ.)
6. Lingeich O. V., Kopytov A. D. Formation of communicative competence in the teaching psychological disciplines to students – future teachers. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta*, 2015, (3): 141–146. (In Russ.)
7. Botova T. A. The development of psychological competence of students by means of self-regulation. *Problemy i perspektivy razvitiia obrazovaniia v Rossii*, 2010, (6): 227–231. (In Russ.)
8. Fokina I. V., Shchegoleva E. V. Reflection as a condition of forming future teachers' psychological competence. *Perspektivy nauki i obrazovaniia*, 2015, (1): 101–106. (In Russ.)
9. Cheremukhina K. S. Comparative analysis of communicative competence elements of law and psychology departments students. *Psychology in Economics and Management*, 2013, (2): 169–174. (In Russ.)
10. Velichko E. V., Minurova S. A. Evaluation of formation of the individual personal component of socio-psychological competence of college students. *Pedagogicheskoe obrazovanie v Rossii*, 2014, (9): 181–185. (In Russ.)
11. Busygina A. L. Psychological competence (literacy) of students of pedagogical higher education as a basis of the psychological health of a future teacher. *Vestnik Samarskogo gosudarstvennogo tekhnicheskogo universiteta. Ser.: Psikhologo-pedagogicheskiye nauki*, 2014, (2): 24–28. (In Russ.)
12. Ilyin E. P. *Psychology of the will*, 2nd ed. St. Petersburg: Piter, 2009, 368. (In Russ.)
13. Chursina A. S. *Formation of readiness for professional self-development among university students in the process of studying psychological and pedagogical disciplines*. Cand. Ped. Sci. Diss. Abstr. Chelyabinsk, 2011, 23. (In Russ.)
14. Derkach A. A., Stepnova L. A. *Development of autopsychological competence of civil servants*. Moscow: Izd-vo RAGS, 2003, 297. (In Russ.)
15. Chesnokova I. I. *The problem of self-consciousness in psychology*. Moscow: Nauka, 1977, 144. (In Russ.)
16. Morosanova V. I. Individual differences of self-regulation of human voluntary activity. *Vestnik Moskovskogo universiteta. Seriya 14. Psikhologiya*, 2010, (1): 36–45. (In Russ.)
17. Morosanova V. I., Fomina T. G. Interrelation between conscious self-regulation development and sociability of school teachers. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*, 2010, (2): 16–20. (In Russ.)
18. Babintseva L. N. Features of interrelation of the socio-psychological self-regulation and the conscious self-regulation components of students majoring in psychology. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya: Pedagogika. Psikhologiya. Sotsiokinetika*, 2017, 23(1): 31–35. (In Russ.)
19. Gorbunov K. G., Asmus I. N. Development of skills of effective self-regulation in university students and post-graduate students. *Psikhologiya obucheniia*, 2013, (7): 149–162. (In Russ.)
20. Posner M. I., Rothbart M. K. Developing mechanisms of self-regulation. *Development and Psychopathology*, 2000, 12(3): 427–441. DOI: 10.1017/S0954579400003096
21. Miller R. B., Brickman S. J. A model of future-oriented motivation and self-regulation. *Educational psychology review*, 2004, 16(1): 9–33.
22. Grimak L. P. *Communication with oneself. The beginning of the psychology of activity*. St. Petersburg: Piter, 2009, 233. (In Russ.)

23. Garanina Zh. G. The role of autopsychological competence of student-psychologists in the process of professional self-development. *Gumanitarian: aktual'nye problemy gumanitarnoi nauki i obrazovaniia*, 2018, 18(2): 228–235. (In Russ.) DOI: 10.15507/2078-9823.042.018.201802.228-235
24. Garanina Zh. G., Maltseva O. E. Self-regulation as a factor in personal-professional self-development of future specialists. *Integratsiya obrazovaniya*, 2016, 20(3): 374–381. (In Russ.) DOI: 10.15507/1991-9468.084.020.201603.374-381
25. Ratanova T. A., Shlyakhta N. F. *Psychodiagnostic Methods for Studying Personality*. Moscow: Flinta, 2008, 319. (In Russ.)
26. *Workshop on the psychology of management and professional activity*, eds. Nikiforov G. S., Dmitrieva M. D., Snetkov V. M.. St. Petersburg: Rech, 2001, 444. (In Russ.)
27. Morosanova V. I. *Questionnaire "Style of self-regulation of behavior" (SMTA)*. Moscow: Kogito-Tsentr, 2004, 41. (In Russ.)
28. Rogov E. I. *Teacher as an object of psychological research*. Moscow: Vldos, 1998, 494. (In Russ.)
29. Romek W. G., Schwarzer R., Erusalem M. The Russian version of the general self-efficacy scale by R. Schwarzer and M. Erusalem. *Inostrannaia psikhologïia*, 1996, (7): 71–77. (In Russ.)