

МІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
Київський національний лінгвістичний університет
Кафедра психології і туризму

КУРСОВА РОБОТА
з загальної психології
на тему: «Особливості самоорганізації студентів
залежно від мотивації навчальної діяльності»

Студента II курсу групи ПС 02-21
факультету туризму, бізнесу і
психології
Спеціальності 053 Психологія
Охотнікова Івана Івановича

Науковий керівник:
к. психол. н., доцент
Кучеровська Н.О.
кафедра психології і туризму

Національна шкала: _____

Кількість балів: _____ Оцінка ЄКТС: _____

Члени комісії:

КИЇВ – 2023

ЗМІСТ

ВСТУП.....	3
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООРГАНІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ.....	6
1.1. Сутність поняття «самоорганізація» в психолого- педагогічній літературі.....	6
1.2. Особливості та основні чинники самоорганізації студентів.....	12
РОЗДІЛ 2. ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО- ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ САМООРГАНІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ.....	16
2.1. Дизайн та методи дослідження.....	16
2.2. Результати емпіричного дослідження та їх інтерпретація..	17
ВИСНОВКИ.....	28
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	30

ВСТУП

Актуальність теми. Проблема саморегуляції поведінки, незважаючи на наявні наукові дослідження та накопичений практичний (емпіричний) матеріал, залишається однією з найактуальніших. Характер поведінки людини тісно пов'язаний з особливостями її саморегуляції. Низький рівень розвитку саморегуляції, як правило, призводить до деструктивної поведінки, розчарування у вибраній професії та відрахування з університету. У зв'язку з цим виникає необхідність вивчення системи та структури внутрішнього регулювання, виявлення особливостей її функціонування та розвитку з метою забезпечення успішності в здобутті професійної освіти молоддю.

Проблема саморегуляції не є новою, вона вивчається з різних позицій у психології: з позицій системно-структурного, мотиваційного, особистісного підходів. Достатньо досліджено регулювання різних видів діяльності, окремих психічних станів та процесів, регуляція особистості та її поведінки. Вивчено також структуру регуляції та її механізми. Під саморегуляцією розуміється управління людиною своєю власною фізичним та психічним станом та вчинками. Це спосіб зниження стомлюваності, напруги, зняття хвилювань, зміни мотивів діяльності, підвищення стійкості до стресу, подолання нерішучості та страху тощо. Саморегуляція – це вольова зміна окремих дій, думок, мотивів, почуттів, настроїв. Цьому цілком можна навчитися через самоконтроль, самоаналіз, самооцінку, самонавіювання, самодетермінацію, самодисципліну.

До основних компетентностей випускника сучасної вищої школи належать наступні: вміння адаптуватися до змін у житті, самостійне набуття потрібних знань та застосування їх в повсякденному житті; здійснювати самостійний критичний аналіз, вміння бачити труднощі та шукати способу їх подолання; усвідомлення того, де набуті ним знання можна використати в майбутній професійній діяльності; творче мислення, вміння грамотно опрацювати

інформацію, бути комунікабельним, встановлювати контакти у різних соціальних групах, вміння працювати в різноманітних сферах.

Іншою з найважливіших і актуальних проблем сучасної психологічної науки в умовах модернізації української освіти є мотивація навчальної діяльності і один з її компонентів задоволена навчальною діяльністю. Задоволеність навчальною діяльністю – це емоційно-оцінне відношення особи до виконуваної навчальної діяльності та умовам її протікання.

Від задоволеності навчальною діяльністю, вдосконалення форм її організації, гуманізації змісту залежить ефективність навчальної діяльності. Задоволеність навчальною діяльністю є інтегральною характеристикою, а тому виділяють різні галузі прояви задоволеності навчальною діяльністю. Велика кількість наукових досліджень щодо аспектів вивчення саморегуляції поведінки та задоволеності навчальною діяльністю говорять про їх актуальність та значущість, але питання про вплив саморегуляції поведінки студентів на задоволеність навчальною діяльністю досі залишився поза увагою вчених, що й становило проблему нашого дослідження.

Проблемам співвідношення самоорганізації та професійного самовизначення особистості присвячено роботи І. Ващенко, З. Карпенко, Т. Титаренко та ін. У дослідженнях В. Барки, Ж. Вірної, В. Медведєва, В. Москальця, Н. Пов'якель, М. Савчина, Н. Дуднік та ін. розкривається роль самоорганізації в цілісному, безперервному процесі професіоналізації особистості. Також привернули увагу дослідників (І. Клименко, Р. Ковальчук, Я. Раєвська, М. Гринців, О. Добровольська, М. Сурякова та ін.) особливості самоорганізації в межах здійснення окремих видів професійної діяльності та в проведенні дозвілля.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та емпірично визначити індивідуально-психологічні чинники самоорганізації студентів.

Завдання дослідження:

- 1) проаналізувати наукову психолого-педагогічну літературу та визначити сутність основних понять дослідження;
- 2) дослідити особливості саморегуляції студентів та провідні мотиви навчання;
- 3) дослідити характер зв'язків між особливостями саморегуляції та навчальною мотивацією.

Гіпотеза дослідження: рівень самоорганізації студентів, залежить від мотивації до навчальної діяльності.

Об'єкт дослідження: саморегуляція поведінки студентів.

Предмет дослідження: індивідуально-психологічні чинники саморегуляції студентів.

Методи дослідження:

а) теоретичного рівня: аналіз, синтез, узагальнення, систематизація, порівняння літератури;

б) емпіричного рівня: Опитувальник "Діагностика особливостей самоорганізації" (автор - Ішков А.Д.) та Методика діагностики навчальної мотивації студентів (автори - А.А. Реан і В.А. Якунін, модифікація Н.Ц. Бадмаєвої).

в) статистичного рівня: t-критерій Стьюдента

РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ВИВЧЕННЯ ПРОБЛЕМИ САМООРГАНІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ

1.1. Сутність поняття «самоорганізація» в психолого-педагогічній літературі

Поняття людини як суб'єкта її діяльності та суб'єктивний підхід до аналізу людської діяльності, пов'язаного з цим баченням, стали фундаментальними для психології. У загальному контексті суб'єктивного підходу проблема законів саморегуляції людиною її діяльності займає одне з центральних місць.

Проблема людини як суб'єкта її діяльності та дій, здатного свідомо трансформувати об'єктивну реальність, творчо розвиватися, чітко сформульована у психології. Характеристика суб'єктивності дозволяє уявити людину як частку автора своєї дії, яка має певні переваги, певні ідеологічні позиції та відданість конвертора.

Аналіз наукової літератури з досліджуваної проблеми саморегуляції показав, що, незважаючи на велику кількість публікацій, багато дослідників не дають чіткого визначення поняття «саморегуляція».

Вперше у кібернетиці та теорії автоматичного управління з'явилося слово «саморегуляція», що означає «підтримання параметрів системи, працюючої у заданих межах сталості чи зміни» [5]. Семантичний аналіз терміна «саморегуляція» дозволяє виділити дві частини: «регулювання» (від латинського *regulare* – упорядкувати, виправити) і «Я», що вказує на те, що джерело регуляції знаходиться в системі.

Саморегуляція передбачає підпорядкування діяльності живої істоти внутрішнім факторам, які надають йому виборчу, глобальну та упорядковану організацію. На сучасному етапі розвитку психологічної науки поняття «саморегуляція» (розумова саморегуляція, особистісна саморегуляція) широко використовується в різних розділах загальної психології. психології мотивації,

особистості, прикладних галузях – психологія праці, віковій, нейрон- та патопсихологія. Його визначення часто змінюється, трансформується не як обсяг поняття, а й його зміст.

В самому широкому значенні це поняття визначається як «швидке функціонування живих систем різного рівня організації та складності» з акцентом на той факт, що регулювання досягається за допомогою розумового відображення та симуляції.

Суб'єктами саморегуляції вважаються: тіло – «розумова саморегуляція може бути визначена як регулювання різних станів, процесів, дій, що здійснюються самим тілом за допомогою його розумової діяльності»; людина – «психічна саморегуляція відноситься до впливу людини на себе за допомогою слів та відповідних образів»; особистість – «саморегуляція – це процес організації власної поведінки, який включає в себе момент, коли він включає результати самопізнання і аксіологічного/емоційного ставлення до нього» [5, с. 988].

У «Великому тлумачному словнику сучасної української мови» [там само, с.1290] самоорганізація визначається як:

1. Самостійна організація своєї роботи, поведінки.
2. Процес, у перебігу якого створюється, відтворюється або вдосконалюється організація складної динамічної системи.
3. Упорядкування яких-небудь елементів, обумовлене внутрішніми причинами, без зовнішнього впливу.

Важливою у нашій роботі є думка О. Ішкова, який вказує, що «в процесі самоорганізації беруть участь вольові зусилля, спрямовані на мобілізацію власних сил і концентрацію активності суб'єкта в заданому напрямі [10]. Самоорганізація пов'язана із самовизначенням, оскільки воно розглядається як заснований на вільному волевиявленні вибір людиною власного життєвого шляху, свого місця в суспільстві, способу життя та видів діяльності. Самостійність як одна з вольових властивостей особистості виявляється в

здатності систематизувати, планувати, регулювати й активно здійснювати свою діяльність без постійного керування та практичної допомоги ззовні і досягається шляхом готовності пам'яті як основи здобутих знань, навичок та вмінь діяти в конкретних ситуаціях [8].

У контексті навчання самоорганізація безпосередньо пов'язана з самоосвітою – формою організації освітньої діяльності того, хто навчається, – цілеспрямованою освітньою діяльністю, керованою самою особистістю без участі педагога. Самоосвіта включає самовиховання як діяльність людини, спрямовану на зміну своєї особистості відповідно до поставлених цілей, сформованих ідеалів та переконань; самонавчання – цілеспрямовану навчальну діяльність, керовану самою особистістю без участі педагога; саморозвиток – самостійний розвиток тими, хто навчається, свого життєвого досвіду в аспекті розвитку [7].

Аналіз складових самоорганізації навчальної діяльності студентів: саморегуляція поведінки (особистісна складова) і самоуправління (процесуальна складова) дає підставу схематично представити структуру самоорганізації навчально-пізнавальної діяльності у вигляді схеми-блоку рис. 1.1. [2]:

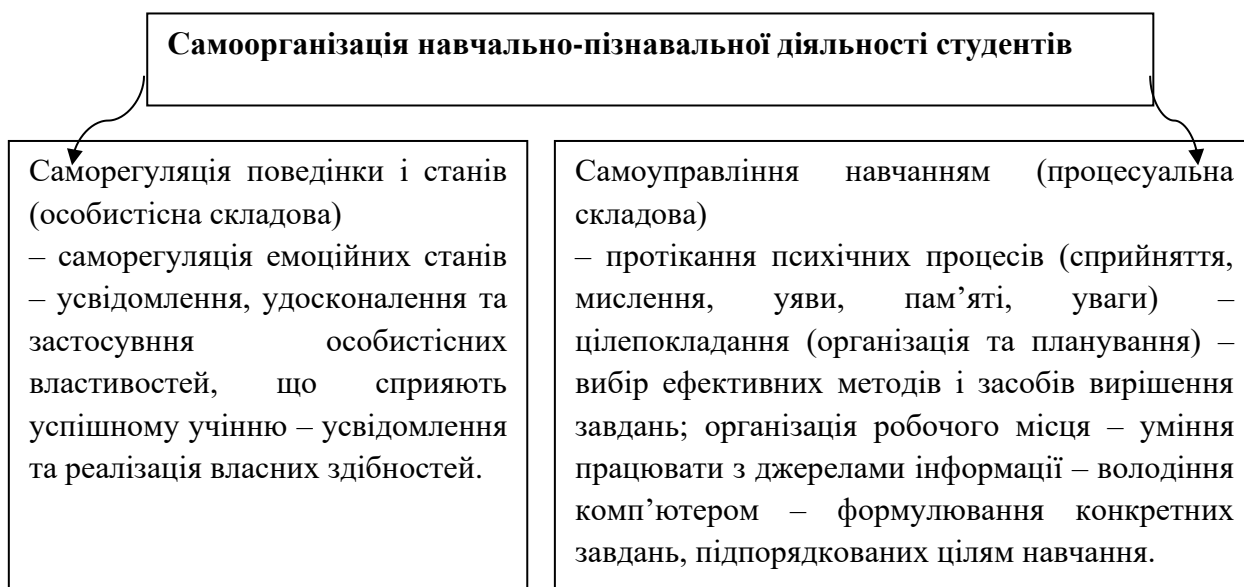


Рис. 1.1. Структура самоорганізації навчально-пізнавальної діяльності

Саморегуляція виступає засобом реалізації прийнятих програм, досягнення намічених цілей, служить корекції цих програм і цілей в ситуаціях, коли міняються зовнішні та внутрішні умови. Тобто, саморегуляція може здійснюватися за умови спроможності перетворювати власну активність (зовнішню та внутрішню) відповідно до моделі передбачуваної зміненої ситуації. Саморегуляція, таким чином, обумовлюється наявністю у людини можливості виходити за межі конкретної ситуації, долати безпосередні спонуки заради досягнення значущої цілі.

Наприклад, процес самоуправління навчанням, за М. Боришевським [2] має таку структуру:

- постановка цілі навчальної діяльності;
- аналіз наявної ситуації та прогноз її можливих перетворень, тобто створення моделей наявної та запланованої ситуацій;
- вишукування засобів та способів досягнення цілей, співвіднесення власних можливостей з вимогами ситуацій та поставленої мети;
- передбачення можливих наслідків власних дій та вчинків для оточуючих та особисто для себе, антиципація оцінки цих дій та вчинків оточуючими (референтними особами);
- прийняття рішення;
- виконання прийнятого рішення;
- критична оцінка результатів дій та вчинків, корекція поведінки (за умов наявності відхилень від поставленої мети) в залежності від відхилення мета може уточнюватися, частково змінюватися чи переформулюватися [14].

Серед досліджень самоорганізації нас передусім зацікавили підходи щодо її значення для цілеспрямованого особистісного саморозвитку. Тривалий час феномен «саморозвитку» ототожнювали з поняттям «саморуху» (уведеного Гегелем) як специфічної модифікації самоперетворення та самоорганізації системи, для якого був характерний перехід на більш високий ступінь

організації. Протиріччя, на думку філософа, є основою будь-якого руху як саморуху і є всезагальним принципом самовдосконалення [12, с. 16].

Пізніше К. Юнг, розвиваючи принципи аналітичної психології, звертав увагу на існування тенденцій до «індивідуації», що визначається як «шлях до себе» або «самореалізація», метою якої є набуття внутрішнього стрижня, усвідомлення людиною певного центру в її психічному бутті (але не в її Ego), що дозволяє їй більше не пов'язувати своє майбутнє, своє щастя, а іноді й життя із зовнішніми посередниками: обставинами, людьми, ідеями тощо. Цілісна особистість передбачає «пізнання і відповідальність за своє цілісне буття, за його позитивні та негативні сторони, вищі та нижчі функції» [19, с. 80]. На думку вченого, особистісне зростання означає розширення знань про світ і про себе, поєднання свідомого та несвідомого.

Вродженим, «центральною джерелом енергії в організмі людини» вважав прагнення до самореалізації (у межах гуманістичної парадигми) К. Роджерс. Він зазначав, що тенденція руху вперед реалізується лише за умови чіткого самосприйняття, розрізнення прогресивної і регресивної поведінки. Даючи оцінку особистісних характеристик, автор використовує термін «повноцінно функціонуюча людина», вважаючи, що такі індивіди активно реалізують власний потенціал, здібності та задатки, прямують до висот самопізнання, відкривають нові сфери власних переживань [13, с. 29].

Змістовний аналіз феномену саморозвитку підтверджує уявлення про нього як про неоднозначний, багатоплановий процес особистісних змін, що виявляється в різних формах, вимірах, аспектах, має свою динаміку, мотиви, способи, суб'єктивні й об'єктивні результати, а також індивідуальні особливості та рівні організації.

Особистісний саморозвиток – це свідомо, цілеспрямована і самокерована активність особистості, мета якої полягає в самозміні в позитивному напрямі, що і забезпечує особистісне зростання, самовдосконалення. Саморозвиток як суб'єктна діяльність передбачає наявність чітко усвідомлених цілей власного

перетворення, цілісної «Я»-концепції та концепції свого життя (образ світу та індивідуальні способи взаємодії з ним), а також особистісних настанов щодо готовності до саморозвитку: усвідомлення вектора змін, динаміки образу «Я», свободи вибору і відповідальності за нього.

В. Ямницький узагальнює і доповнює зазначене у своїй концепції життєтворчої активності, психологічні особливості процесу розвитку якої виявляються у такій послідовності рівнів її розгортання:

- 1) адаптаційний;
- 2) рефлексивний;
- 3) життєтворчий;
- 4) трансцендентальний.

Першому рівневі відповідають прояви (особистісні та поведінкові), що характеризують ступінь соціально-психологічної адаптації особистості; другому – прояви, що дозволяють засвідчити розвиток її рефлексивних можливостей; третьому – прояви самореалізації й самоактуалізації, трансцендентальності – культуротворчість, духовне служіння людству на ґрунті стійкого контакту із Внутрішнім «Я». Показники ж внутрішньої динаміки визначаються на підставі змін у «Я»-концепції особистості [23, с. 336-337].

Самоорганізація на особистісному рівні передбачає наявність умінь цілепокладання і подальшої реалізації цілей, а також самостійність у прийнятті рішень, уміння визначати своє місце в житті, розвинену здібність до організації часу в різних видах діяльності. Закономірності процесу самоорганізації стають основою становлення особистості та творчого саморозвитку в зрілому віці. Так, Т. Скрипкіна визначає самоорганізацію як здатність діяти самостійно й оцінювати результати своїх дій, здатність передбачати результати дій, самостійно визначати цілі й умови їх досягнення, формулювати завдання й знаходити шляхи їх вирішення. У свою чергу А. Болотова та В. Светоч характеризують самоорганізацію як спосіб особистісної організації

життєдіяльності, де важливим є розширення меж власної ініціативи й самодіяльності, самовдосконалення й саморегуляції [9].

Стверджуючи, що самоорганізація особистості опосередковується її психологічними характеристиками як суб'єкта та властивою людській психіці здатністю до рефлексування, І.Ральникова розглядає самоорганізацію в контексті рефлексивного проектування життєвих перспектив особистості, тобто як самоорганізацію у становленні життєвих перспектив, часу, способів, можливостей та умов для самореалізації їх у майбутньому. У цьому зв'язку людина продумує конкретні події та їх послідовність, часові інтервали та способи самореалізації [19].

Таким чином, під поняттям «саморегуляція» розуміємо процес, який включає в себе як внутрішню інтенційну діяльність людини, що досягається за допомогою системного участі, так і різні явища та рівні психіки. Саморегуляція включає: управління думками, емоціями, поведінкою, увагою.

1.2. Особливості саморегуляції студентів

Аналіз наукової літератури з питання професійно-особистісного саморозвитку особистості студента, вчителя, викладача, дослідники вказують на свідомий характер цього явища: особистість усвідомлює внутрішню мету діяльності, здійснюється взаємоузгодження та саморегуляція різних компонентів особистості як системи, відбувається усвідомлення, врахування і вироблення ставлення до зовнішніх цілей і впливів, у результаті чого вони можуть набути чи не набути внутрішньої значущості для особистості. При цьому здійснюється вибір особистістю подальшої поведінки, зважаючи на ступінь важливості для неї внутрішніх і зовнішніх цілей, а також ступеня активності та відповідних практичних дій для реалізації цих цілей.

Суттєвими ознаками самоорганізації дослідники визначають: співвіднесеність засвоєних знань зі ставленням особистості до себе та до

оточення; регуляцію навчально-практичних дій; доцільність самовиявлення у навчально-практичній діяльності; оцінку, контроль, корегування майбутнього фахівця як особистості й суб'єкта діяльності.

Загалом процес самоорганізації являє собою прагнення особистості досягти максимальної стійкості та цілісності через взаємодію двох механізмів: коливання рівня психічної активності та зростання рефлексії. Кожен із означених вище механізмів представлено відносно незалежними одне від одного та від предметної діяльності психічними процесами. Розвиток механізмів самоорганізації відбувається у бік підвищення ролі рефлексії (у поєднанні з її зростанням) і зменшення коливань психічної активності. Посилення ступеня їх взаємодії на підставі розвитку інтегральних процесів рефлексії призводить до підвищення стійкості особистості у навколишньому світі. Розвиток рефлексивних процесів є основним механізмом самоорганізації особистості студентів, а період студентства – сенситивний для розвитку рефлексії [8].

Процес самоорганізації особистості студентів має свої особливості, пов'язані з навчально-професійною діяльністю. Насамперед це – механізми формування навчально-професійної мотивації, становлення професійної самосвідомості та самоорганізації професійних знань. Також благополуччя особистості студента обумовлено розв'язанням характерної для юнацького віку проблеми ідентичності особистості в цілому. Різний ступінь прояву механізмів визначає типологічні особливості самоорганізації особистості студентів.

У функціональному плані основою саморегуляції є механізми регулювання окремого психічного стану [11]. Досягнення мети (бажаного стану) пов'язане з включеністю до регуляторного процесу ментальних структур (сміслових, рефлексії, переживань та ін), що здійснюється через ланцюг перехідних станів. Перехід від стану до стану здійснюється при використанні різних психорегулюючих прийомів та засобів. Інформація про досягнення бажаного стану реалізується за допомогою зворотного зв'язку. Регуляція відбувається за активної участі психічних процесів та з опорою на психологічні властивості

(темперамент, характер, здібності та ін.). Регуляторний процес здійснюється у конкретному соціальному середовищі на тлі культуральних, етнічних, професійних та ін впливів, у певній соціальній ситуації життєдіяльності: економічної, юридичної, навчальної; пов'язаної з місцем суб'єкта в малій групі: його соціальними ролями, статусами та ін, пов'язаний з характерним для нього способом життя [10; 12].

«Розгортання» регуляторного процесу, а також його параметри та їх зміни у життєдіяльності визначаються вимогами соціального функціонування суб'єкта, специфікою професійної діяльності та суб'єктно-особистісними особливостями людини.

В сучасних умовах, під час дистанційної форми навчання мотивація студентів до навчання досліджується досить активно. Дослідниками підкреслюється потенціал для розвитку в студента навичок самоорганізації, планування та відповідальності за своє навчання [14], які є підґрунтям для розвитку потужної внутрішньої мотивації до навчання. Але водночас дослідники відзначили, що система дистанційного навчання розрахована переважно на достатньо свідомих студентів, які не потребують постійного контролю з боку викладача [17, с. 29].

В умовах такого навчання існує обов'язкова потреба чіткого часового планування, необхідність участі слухачів у коригуванні структури, змісту й ефективності курсу [10]. Це означає, що успішність студентів за дистанційної форми навчання залежить, передусім, від їхньої мотивації, а також від здатності до самоорганізації, яка притаманна не кожному з них.

Ще одне, не менш суттєве обмеження дистанційної освіти дослідники пов'язують зі зміною характеру соціальної взаємодії між суб'єктами освітнього процесу [18]. Слабкою стороною дистанційного навчання є брак живого спілкування між студентом і викладачем [20], неможливість взаємодіяти із викладачем в режимі реального часу, отримати від нього вчасний зворотній

зв'язок. Мотиваційний потенціал заняття в таких умовах суттєво знижується [17].

Таким чином, процес самоорганізації особистості студентів має свої особливості, які пов'язані з навчально-професійною діяльністю, зокрема це механізми формування навчально-професійної мотивації, становлення професійної самосвідомості та самоорганізації професійних знань.

РОЗДІЛ 2.

ЕМПІРИЧНЕ ДОСЛІДЖЕННЯ ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНИХ ЧИННИКІВ САМООРГАНІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ

2.1. Дизайн та методи дослідження

Базою дослідження став Київський національний лінгвістичний університет. Участь у дослідженні взяли студенти 1-4 курсів факультету туризму, психології, бізнесу. Загальна кількість досліджуваних - 33 особи, серед них 21 жінка і 12 чоловіків. Опитування проводилося в онлайн форматі* та було повністю анонімним, єдині дані які були зібрані це відповіді на запитання в анкеті, а також стать опитаних студентів.

Відповідно до поставлених завдань дослідження були обрані наступні діагностичні методики.

1. Опитувальник "Діагностика особливостей самоорганізації" (автор - Ішков А.Д.). Методика дозволяє оцінити особливості самоорганізації студента за наступними шкалами: *цілепокладання (ЦП), аналіз ситуації (АС), планування (ПЛ), самоконтроль (СК), корекція (КОР), вольові зусилля (ВЗ)*. Опитуваним необхідно оцінити рівень їх згоди від -1 до +3, де (-1) означає, що опитуваний абсолютно не погоджується, а (+3) - абсолютно згоден з ствердженням.
2. Методика діагностики навчальної мотивації студентів (автори - А.А. Реан і В.А. Якунін, модифікація Н.Ц. Бадмаєвої). Методика дозволяє оцінити такі групи мотивів: *комунікативні мотиви (КМ), мотиви уникнення (МУ), мотиви престижу (МП), професійні мотиви (ПМ), мотиви творчої самореалізації (МТС), навчально-пізнавальні мотиви (НПМ), соціальні мотиви (СМ)*. Досліджуваним необхідно оцінити за 5-бальною шкалою значущість кожного з цих мотивів до навчання.

* <https://forms.gle/t9vqVjRqjjg3AWtz9>

Методики були перенесені на Google Forms для зручності виконання в дистанційному форматі.

З метою дослідження особливостей самоорганізації студентів в залежності від особливосте мотивації до навчання, застосовувалися методи описової статистики та частотний аналіз даних. Для виявлення значущості відмінностей середніх значеннях використовувався Т-критерій Стьюдента для незв'язаних вибірок. Для обробки даних застосовувалася програма математико-статистичного аналізу SPSS.

Отримані результати дослідження можуть бути використані для подальшого дослідження проблем навчальної мотивації та самоорганізації студентів. Наприклад, можна надати поради щодо оптимізації навчального процесу, особливо щодо його організації, з урахуванням особливостей самоорганізації та навчальної мотивації студентів.

2.2. Результати емпіричного дослідження та їх інтерпретація

Обробка та аналіз результатів дослідження за методикою діагностики навчальної мотивації студентів. В результаті проведеного дослідження, отримано дані, які занесені в таблицю (див. табл. 2.1), де 1 - низький рівень вираженості вмотивованості, а 5 - високий рівень. За результатами їх підрахунку та порівняння, було виявлено певну тенденцію прояву навчальної мотивації серед студентів.

Таким чином, серед двадцяти-однієї студентки жіночої статі, переважаючим стимулом мотивації стали професійні мотиви (ПМ). Тобто мотиви, пов'язані із бажанням досягнення певних цілей у сфері професійної діяльності. Цій групі властивий розвиваток в професійному плані, підвищення

рівеню кваліфікації, здобуток нових знань і навичок, покращення результатів своєї роботи, досягання кар'єрних цілей тощо.

Що стосується найменш діючої мотивації, то це мотив уникнення (МУ) - психологічний чинник, що пов'язаний із бажанням уникнути неприємних або небажаних ситуацій, стимулів чи наслідків.

Табл. 2.1

Результати групи студенток жіночої статі за методикою для діагностики навчальної мотивації студентів

№	КМ	МУ	МП	ПМ	МТС	НПМ	СМ
Ж1	5	1,4	2,6	5	5	4,4	4,6
Ж2	4,5	1	1,6	3,8	4,5	3,1	3,2
Ж3	3,5	1	1	4	2,5	2,7	2,8
Ж4	2,3	2,4	1,4	1,8	2	2,6	2
Ж5	3,3	2,4	2,6	4,2	3	3	2,4
Ж6	4	2,2	1,6	3,7	2,5	3,3	4
Ж7	4,3	2,8	2,6	4,2	4	3,7	4
Ж8	4	1,8	1,4	1,3	3	1,7	1,6
Ж9	2,5	1,4	2,4	4,7	3,5	4,3	4,2
Ж10	2,8	1,2	1	4,8	4	3,9	3,6
Ж11	3,5	1	1,8	3,7	3	1,4	2,6
Ж12	2,5	1,8	1,4	5	5	4,3	3,4
Ж13	3,8	3,2	4	4,8	4	4,4	4,4
Ж14	4,8	1,8	2,6	4,8	4,5	4,1	4
Ж15	4,5	1	1	5	3,5	4,1	4,2
Ж16	3,3	2	4,6	3,8	4	4	3,4
Ж17	3,3	1,6	1,2	3	2	2	2,4
Ж18	1,8	1	1	4,2	4	2,3	1,2
Ж19	2	1	1,6	4	5	3,9	3,2
Ж20	4,5	3	4,4	4,7	5	4,7	3,8
Ж21	4,5	1,2	1	5	5	4,3	4,2
Сер. значення:	3,6	1,7	2,0	4,1	3,8	3,4	3,3

Результати чоловічої вибірки за даною методикою представлені в таблиці 2.2. Серед дванадцяти студентів чоловічої статі, переважаючим стимулом мотивації так само став вищеописаний професійний мотив (ПМ). На другому місці, свою значущість відіграють соціальні мотиви (СМ). Тобто в переважній більшості ними керують психологічні чинники, які впливають на поведінку людини в соціальних ситуаціях. Ці мотиви можуть бути пов'язані з бажанням отримати приналежність до групи, соціальну підтримку, дружбу, любов, повагу тощо. Вони формуються в результаті взаємодії з навколишнім середовищем і суспільною культурою, в якій людина живе.

В той же час, найменшим стимулом до мотивації стали мотиви престижу (МП) та уникнення (МУ). Тобто на відміну від схвалення з боку соціуму, для цієї групи не є важливим власна перевага над соціальним статусом інших.

Дану групу не мотивує конкретно той соціальний мотив, який пов'язаний із бажанням отримати визнання, повагу і високий статус у суспільстві. Дана група в більшості своїй не вмотивована досягати успіху і визнання в тих галузях, які суспільно цінуються. Вони не прагнуть визнання своїх досягнень і лідерства в групі. Ця група так само не схильні уникати або відкладати виконання завдань, які викликають у них відчуття тривоги, невизначеності або загрози, не бояться втратити щось цінне, уникнути неприємних наслідків або почуття невпевненості.

Таблиця 2.2

Результати групи студентів чоловічої статі за методикою для діагностики навчальної мотивації студентів

№	КМ	МУ	МП	ПМ	МТС	НПМ	СМ
Ч1	5	5	5	5	5	5	5
Ч2	2,5	1	1,4	4,8	4,5	3,9	4
Ч3	3	3,2	3,6	4	3	3,7	2,8
Ч4	3,5	1,4	1,2	2,7	1	1,3	2,2
Ч5	2,5	4,2	4	4,2	4	4,3	3,6
Ч6	3	2,2	1,6	3	1,5	2	3,2
Ч7	2,8	2,6	2,4	4	2,5	3,1	3,2
Ч8	3	2,8	2,6	2,8	4	2,9	4
Ч9	2,5	2,2	2,8	4,2	3	3,1	3,6

Продовдження таблиці 2.2

Результати групи студентів чоловічої статі за методикою для діагностики навчальної мотивації студентів

Ч10	4,3	1,4	1,8	5	4	3,9	3,4
Ч11	4	1,6	2,2	4,8	2	4	3,6
Ч12	3,8	2	1,8	2,8	3	2,7	4
Сер. значення:	3,3	2,5	2,5	3,9	3,1	3,3	3,6

За результатами порівняння виявлено, що переважаючий мотив для обох груп є однаковим, так само як мотив що не є яскраво вираженим, є спільним для обох груп.

Обробка та аналіз результатів дослідження за методикою діагностики особливостей самоорганізації. По завершенню проходження досліджуваними методики, отримано результати, які внесено до таблиці у форматі “стенів”, де. З отриманих даних, можна зробити висновок про те, що серед студенток жіночої статі 1-2 = низький, 3-4 = нижчий середнього, 5-6 = середній, 7-8 = вище середнього та 9-10 = високий рівень розвитку самоорганізації. Середнє значення усіх шкал є "Рівнем самоорганізації" (РС), що відображає загальний рівень розвитку навичок організації досліджуваним процесу власної діяльності, а саме - чим вищі показники, тим вищим рівнем самоорганізації володіє досліджуваний.

Таким чином, серед двадцяти-однієї студентки жіночої статі, домінуючими індивідуальними особливостями самоорганізації є аналіз ситуації та планування.

Таблиця 2.3

Результати групи студентів жіночої статі за методикою діагностики
особливостей самоорганізації

№	ЦП	АС	ПЛ	СК	КОР	ВЗ	РС (AVG)
Ж1	10	8	8	8	10	10	9
Ж2	7	6	7	6	5	7	6,3
Ж3	5	8	7	6	5	6	6,2
Ж4	4	6	7	6	5	5	5,5
Ж5	7	8	8	7	5	7	7
Ж6	5	7	7	6	3	6	5,7
Ж7	3	6	5	5	5	4	4,7
Ж8	5	6	7	6	5	5	5,7
Ж9	8	10	9	9	5	7	8
Ж10	5	7	7	6	5	5	5,8
Ж11	6	6	7	6	7	8	6,7
Ж12	7	7	6	6	7	7	6,7
Ж13	9	7	7	7	5	8	7,2
Ж14	9	9	10	9	6	10	8,8
Ж15	8	8	8	7	6	7	7,3
Ж16	8	8	8	7	7	7	7,5
Ж17	3	6	6	5	5	4	4,8
Ж18	7	8	7	6	9	6	7,2
Ж19	7	7	8	7	7	7	7,2
Ж20	6	9	8	8	5	5	6,8
Ж21	9	9	8	9	8	10	8,8

Результати за шкалою "Аналіз ситуації" (АС) відображають рівень розвитку навичок виявлення та аналізу обставин, суттєвих для досягнення поставленої мети.

Результати за шкалою "Планування" (ПЛ) відображають рівень розвитку навичок планування людиною власної діяльності.

Найменш домінуючу індивідуальну особливість самоорганізації показали результати за шкалою "Корекція" (Кор), які відображають рівень розвитку навичок корекції людиною своїх цілей, способів і спрямованості аналізу суттєвих обставин, плану дій, критеріїв оцінки, форм самоконтролю, вольової регуляції та поведінки загалом.

Серед дванадцяти студентів чоловічої статі, домінуючими індивідуальними особливостями самоорганізації є так само аналіз ситуації.

Таблиця 3.4

Результати групи студентів чоловічої статі за методикою діагностики особливостей самоорганізації

№	ЦП	АС	ПЛ	СК	КОР	ВЗ	РС (AVG)
Ч1	8	10	10	9	7	9	9
Ч2	5	8	7	8	7	10	7,5
Ч3	6	7	7	7	7	6	6,7
Ч4	6	7	7	6	6	6	6,3
Ч5	6	9	7	8	7	8	7,5
Ч6	4	6	6	6	5	4	5,2
Ч7	7	6	7	6	10	7	7,2
Ч8	5	6	7	6	7	5	6
Ч9	9	9	9	8	5	9	8,2
Ч10	7	9	8	8	5	7	7,3
Ч11	6	7	8	7	5	6	6,5
Ч12	9	9	8	8	7	10	8,5
Сер. значення:	6,5	7,8	7,6	7,3	6,5	7,3	7,2

Отже, у представників чоловічої статі так само високий рівень розвитку навичок виявлення та аналізу обставин, суттєвих для досягнення поставленої мети.

Найменший показник так само має індивідуальна особливість самоорганізації за шкалою "Корекція" (Кор), однак такими ж не значущими є показники за шкалою "Цілепокладання" (Ц/п), яка відображає рівень розвитку навичок прийняття й утримання мети: чим вищі показники, тим ефективніше реалізується цей функціональний компонент.

За отриманими результатами по шкалі рівня самоорганізації прораховано середнє значущє.

Порівняння середнього значущого

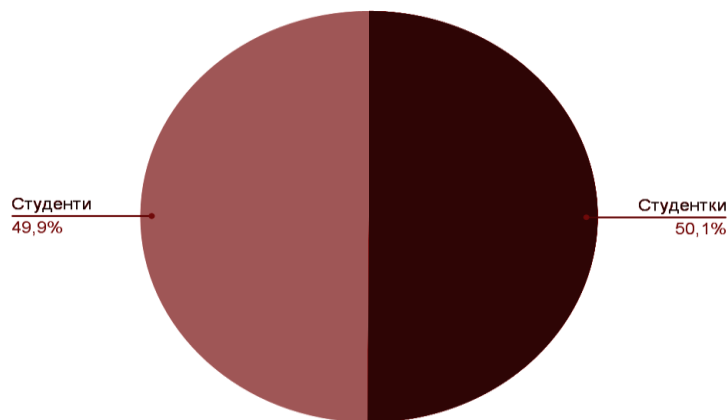


Рис. 2.1. Співвідношення середнього статистичного різних статевих груп

За результатами середнього значущого видно, що обидві групи мають наближено однаковий рівень розвитку самоорганізації, що дорівнює 7,2 та 6,8 відповідно. Це свідчить про достатній рівень розвитку індивідуальних особливостей самоорганізації як серед представників жіночої, так і чоловічої статі.

Обробка та аналіз математичної статистики результатів дослідження.

За основу взято вибірку з тридцяти трьох студентів не поділену на групи за статтю. На основі даної вибірки проведено математично-статистичний кореляційний аналіз, задачею якого є співставлення результатів двох вищезгаданих методик - для діагностики навчальної мотивації студентів та діагностики особливостей самоорганізації.

Таким чином, отримано таблицю результатів, на основі якої буде проведено подальше співставлення.

Таблиця 2.3.

Результати кореляційного аналізу

			КМ	МУ	МП	ПМ	МТС	НПМ	СМ
Spearman's rho	ЦП	Correlation Coefficient	0,271	-0,065	0,310	0,504**	0,450**	0,519**	0,469**
	АС	Correlation Coefficient	0,176	0,007	0,267	0,575**	0,410*	0,582**	0,488**
	ПЛ	Correlation Coefficient	0,315	-0,041	0,361*	0,417*	0,314	0,478**	0,433*
	СК	Correlation Coefficient	0,245	0,087	0,428*	0,570**	0,474**	0,669**	0,594**
	КОР	Correlation Coefficient	-0,126	-0,095	0,065	0,182	0,405*	0,166	0,110
	ВЗ	Correlation Coefficient	0,186	-0,139	0,247	0,476**	0,457**	0,448**	0,486**
	РС	Correlation Coefficient	0,171	-0,047	0,354*	0,573**	0,525**	0,590**	0,539**
** Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).									
*.Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed)									

За результатами бачимо, що 20 результатів з 49 мають збіг, що говорить про їх пряму кореляцію. Розглянемо корелюючі шкали більш детально.

Шкала “Цілепокладання” співвідноситься з шкалою “Професійних мотивів” (0,504), що говорить про те, що студенти, які високо цінують свої цілі, мають більш високий рівень професійних мотивів. Зі шкалою “Мотивів творчої

самореалізації”, що говорить про те що студенти, які мають високий рівень цілепокладання, можуть бути більш зацікавлені в творчій самореалізації та розвитку свого потенціалу. Зі шкалою “Навчально-пізнавальних мотивів”, що говорить про те, що студенти, які мають високий рівень цілепокладання, можуть бути більш зацікавлені в навчанні та пізнанні нових речей. Це може бути пов'язано з тим, що ці люди мають чітку уяву про свої цілі та бажають досягти їх, а навчання та пізнання можуть бути однією з цих цілей. Зі шкалою “Соціальних мотивів”, що говорить про те, що те що студенти, які мають високий рівень цілепокладання, можуть мати більш розвинуті соціальні мотиви. Це може бути пов'язано з тим, що такі люди можуть бути більш орієнтовані на досягнення своїх цілей через взаємодію з іншими людьми, а соціальні мотиви можуть допомагати їм досягати цих цілей шляхом взаємодії та співпраці з іншими людьми.

Шкала “Аналізу ситуації” співвідноситься з шкалою “Професійних мотивів”, що говорить про те, що студенти, які мають більш високий рівень професійних мотивів, можуть бути більш схильні до аналізу ситуації та пошуку ефективних способів досягнення своїх цілей. Це може бути пов'язано з тим, що люди з високим рівнем професійних мотивів можуть бути більш зосереджені на досягненні своїх професійних цілей, і аналіз ситуації може допомогти їм зрозуміти, які дії необхідні для досягнення цих цілей. Зі шкалою “Навчально-пізнавальних мотивів”, що говорить про те, що люди, які мають більш високий рівень навчально-пізнавальних мотивів, можуть бути більш схильні до аналізу ситуації та пошуку нових знань та рішень. Це може бути пов'язано з тим, що люди з високим рівнем навчально-пізнавальних мотивів можуть бути більш мотивовані до пошуку нових знань та розвитку своїх когнітивних навичок. Аналіз ситуації може бути корисним для таких людей, оскільки це допоможе їм зрозуміти, які знання потрібні для вирішення проблеми, та знайти способи залучення необхідних знань. Зі шкалою “Соціальних мотивів”, що говорить про те, що ці дві шкали не є повністю ідентичними і не можуть замінити одна одну.

"Аналіз ситуації" відображає, як особа оцінює і аналізує різні аспекти ситуації, тоді як "Соціальні мотиви" відображають бажання особи діяти залежно від соціальних чинників. Отже, можна сказати, що студенти, які мають високий рівень "Аналізу ситуації", можуть бути більш схильні до дій, що залежать від соціальних мотивів.

Шкала "Планування" співвідноситься лише з шкалою "Навчально-пізнавальних мотивів", що говорить про те, що студенти, які мають високий рівень планування, можуть бути більш мотивовані досягати своїх навчально-пізнавальних цілей, оскільки вони мають здатність ефективно організувати свій час та ресурси.

Шкала "Самоконтролю" співвідноситься з шкалою "Професійних мотивів", що говорить про те, що студенти, які мають високий рівень самоконтролю, можуть бути більш мотивовані досягати своїх професійних цілей, оскільки вони мають здатність контролювати свої дії та поведінку, що може допомогти їм зосередитися на важливих завданнях та уникнути зайвих ризиків. Однак, важливо розуміти, що інші фактори, такі як особистісні характеристики та зовнішні фактори, також можуть впливати на професійні мотиви та успішність. Зі шкалою "Мотивів творчої самореалізації", що говорить про те, що самоконтроль відображає здатність людини контролювати свої дії та поведінку, а також регулювати свої емоції та думки. Це може бути корисним для досягнення творчих цілей, оскільки вимагається зосередженість, дисципліна, цілеспрямованість, вміння працювати в стресових ситуаціях та контролювати емоції. Зі шкалою "Навчально-пізнавальних мотивів", що говорить про те, що студенти, які мають високий рівень самоконтролю, можуть бути більш успішними в досягненні своїх навчальних та пізнавальних цілей, оскільки вони мають здатність контролювати свої дії та поведінку, що може допомогти їм зосередитися на важливих завданнях та уникнути зайвих ризиків. Зі шкалою "Соціальних мотивів", що говорить про те, що студенти з високими соціальними мотивами часто прагнуть досягти успіху в групі або команді, і для цього

необхідний дисциплінований підхід до власної роботи та поведінки. З іншого боку, більш високий рівень самоконтролю може підтримувати та зміцнювати соціальні мотиви, оскільки людина може досягати поставлених цілей та зазнавати успіху у групі.

Шкала “Вольового зусилля” співвідноситься зі шкалою “Професійних мотивів”, що говорить про те, що студенти з високим рівнем професійних мотивів мають більш розвинене вольове зусилля. Це може бути пов'язано з тим, що для досягнення професійної мети необхідно володіти дисциплінованим підходом до роботи та зосередженням на поставленій меті. Зі шкалою “Мотивів творчої самореалізації”, що говорить про те, що студенти, які мають високий рівень вольового зусилля, мають більшу ймовірність мати мотивацію до творчої самореалізації. Відповідно, ці люди можуть бути більш успішними у реалізації своїх творчих потенціалів та досягненні особистісного розвитку. Зі шкалою “Навчально-пізнавальних мотивів”, що говорить про те, що студенти, які мають більш високі результати на шкалі “Вольового зусилля”, можуть бути більш мотивовані до досягнення навчальних цілей та більш нахильні до саморегуляції та самоконтролю в процесі навчання. Це може бути корисно для досягнення успіху в навчанні та розвитку особистості. Зі шкалою “Соціальних мотивів”, що говорить про те, що студенти, які мають більш високі результати на шкалі “Вольового зусилля”, можуть бути більш схильні до досягнення соціальних цілей та більш мотивовані до соціального взаємодії та співпраці з іншими людьми. Це може бути корисно для досягнення успіху в соціальній взаємодії, роботі в колективі та розвитку комунікативних навичок.

Шкала “Рівня самоорганізації”, як середнє значущє всіх вищезазначених шкал, має такі самі співвідношення відповідно.

ВИСНОВКИ

Саморегуляція – це внутрішня цілеспрямована активність людини, яка реалізується за рахунок системної участі різних явищ та рівнів психіки, що включає управління думками, емоціями, поведінкою, увага. Характер поведінки людини тісно пов'язаний з особливостями її саморегуляції. Низький рівень розвитку саморегуляції, як правило, наводить до деструктивної поведінки, розчарування у вибраній професії та відрахування з університету.

Суттєвими ознаками самоорганізації дослідники визначають: співвіднесеність засвоєних знань зі ставленням особистості до себе та до оточення; регуляцію навчально-практичних дій; доцільність самовиявлення у навчально-практичній діяльності; оцінку, контроль, корегування майбутнього фахівця як особистості й суб'єкта діяльності. Процес самоорганізації особистості студентів має свої особливості, пов'язані з навчально-професійною діяльністю. Насамперед це – механізми формування навчально-професійної мотивації, становлення професійної самосвідомості та самоорганізації професійних знань. Також благополуччя особистості студента обумовлено розв'язанням характерної для юнацького віку проблеми ідентичності особистості в цілому. Різний ступінь прояву механізмів визначає типологічні особливості самоорганізації особистості студентів.

В сучасних умовах, під час дистанційної форми навчання мотивація студентів до навчання досліджується досить активно. В умовах такого навчання існує обов'язкова потреба чіткого часового планування, необхідність участі слухачів у коригуванні структури, змісту й ефективності курсу. Це означає, що успішність студентів за дистанційної форми навчання залежить, передусім, від їхньої мотивації, а також від здатності до самоорганізації, яка притаманна не кожному з них.

В ході емпіричного дослідження, було виявлено співвідношення між рівнем самоорганізації та навчальної мотивації студентів в умовах дистанційного

навчання. За основу взято репрезентативну вибірку з тридцяти трьох студентів, а саме двадцяти-однієї дівчинки та дванадцяти хлопців, на основі порівняння результатів якої, чітко можна простежити взаємозв'язок певного рівня мотивації з відповідним рівнем самоконтролю. Варто зазначити, що попри нерівномірність вибірки за характеристикою статі, її можна вважати репрезентативною через те, що в ході дослідження було виявлено дуже наближені результати зі сторін обох статевих груп. Таким чином, виходить, що кореляція кожних з статистичних даних, підтверджує гіпотезу про те, що рівень самоорганізації студентів, залежить від мотивації до навчальної діяльності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Алексюк А. М. Педагогіка вищої освіти України. Історія. Теорія : підруч. для студентів, аспірантів та молодих викладачів вищих навчальних закладів. Київ: Либідь, 1998. 558 с.
2. Борисенко Л. Психолого-дидактичні чинники самоорганізації навчально-пізнавальної діяльності студентів. URL: <https://core.ac.uk/download/pdf/43282095.pdf>
3. Вагіс А. І. Самоорганізація самостійної роботи студентів з фізики. URL: <https://enpuir.npu.edu.ua/handle/123456789/8108>
4. Васильєва Н. Шляхи підвищення самоорганізації студентів в умовах дистанційного навчання. Молодь і ринок. № 3-4 (182-183). 2020. С. 115-121.
5. Великий тлумачний словник сучасної української мови (з дод. і допов.). Київ: Ірпінь : ВТФ «Перун», 2005. 1728 с.
6. Вихрущ В. О., Гуменюк С. В., Вихрущ-Олексюк О. А. Психодидактика вищої школи: інноваційні методи навчання. Навчальний посібник. Тернопіль, 2017. 132 с.
7. Гук І. П. Теоретичні аспекти самоорганізації навчально-пізнавальної діяльності студентів. Педагогічні науки: теорія, історія, інноваційні технології, 2015. № 9 (53). С. 216-223.
8. Демченко О. Науковий тезаурус базових понять самоорганізації вчителя у професійній діяльності. Проблеми підготовки сучасного вчителя : зб. наук. праць Уманського державного педагогічного університету імені Павла Тичини. Умань : ПП Жовтий, 2011. Вип. 3. С. 225-234.
9. Занюк С. С. Психологія мотивації. Київ : Либідь, 2002. 304 с.
10. Іваненко Ю. Дистанційне навчання як засіб розвитку самоорганізації студентів. Збірник наукових праць «Проблеми сучасної психології». 2020. № 49. С. 60–83.

11. Ковальчук Р. О. Самоорганізація особистості як психологічний феномен. Правничий вісник Університету «КРОК». 2013. Вип. 15. С. 163-169.
12. Колісник О. П. Саморозвиток духовності особистості. Практична психологія та соціальна робота. 2006. № 2. С. 12–18.
13. Мерзлякова О. Самореалізація особистості. Науковий світ. 2007. № 9. С. 28-29.
14. Мирончук Н. М. Професійно орієнтовані ситуації самоорганізації у діяльності викладача вищої школи: практикум. Житомир: Житомирський державний університет ім. І.Франка, 2020. 40 с.
15. Основи самоорганізації у професійній діяльності: навчально-методичний посібник. Житомир: Житомирський державний університет ім. І.Франка, 2020. 133 с.
16. Партико Т. Саморегуляція навчальної діяльності у студентів з різною схильністю до самоактуалізації. URL: <https://social-science.uu.edu.ua/article/877>
17. Прибилова В. Проблеми та переваги дистанційного навчання у вищих навчальних закладах України. Проблеми сучасної освіти. № 4. С. 27-36.
18. Ржевська-Штефан З. Особливості мотивації студентів-першокурсників в умовах дистанційного карантинного навчання. Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 12. Психологічні науки. Випуск 14 (59). 2021. С. 80-89.
19. Савуляк В. Особливості самоорганізації студентів закладу вищої освіти різних спеціальностей. Нова педагогічна думка. 2019. № 2 (98). С. 78-82.
20. Смульсон, Ю.Л. Дистанційне навчання: психологічні засади. (Монографія). Кіровоград : Імекс-ЛТД, 2012. 122 с.
21. Смульсон М. Л. Інтелектуальний саморозвиток у віртуальному освітньому середовищі: зміна парадигми. Актуальні проблеми психології : Психологічна теорія і технологія навчання. Київ: Вид-во НПУ імені М. П. Драгоманова, 2009. Т. 8, вип. 6. С. 250–259.

22. Юдіна Н. О. Діагностика особливостей мотивації навчання студентів. Науковий часопис НПУ імені М. П. Драгоманова. Серія №12. Психологічні науки : збірник наукових праць. Київ: НПУ імені М. П. Драгоманова, 2007. № 17 (41). Част. II. С. 252–257.

23. Ямницький В. М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент. Одеса : ПНЦ АПН України. СВД Черкасов М. П., 2006. 362 с.

24. B. Perry N. Childhood Self-Regulation as a Mechanism Through Which Early Overcontrolling Parenting Is Associated With Adjustment in Preadolescence. American Psychological Association. 2018. 54. P. 1542–1554. URL: <https://www.apa.org/pubs/journals/releases/dev-dev0000536.pdf>

25. David J. Bridgett, Kate B. Oddi, Lauren M. Laake, Kyle W. Murdock, and Melissa N. Bachmann. Integrating and Differentiating Aspects of Self-Regulation: Effortful Control, Executive Functioning, and Links to Negative Affectivity. American Psychological Association. 2012. 13. P. 47–63. URL: <https://www.apa.org/pubs/journals/features/emo-a0029536.pdf>