

УДК 159.9 : 372.881.1

**Г. Е. Гущина, К. О. Фролова,**

Институт иностранных языков,

Московский педагогический государственный университет

Научный руководитель: канд. филол. наук, доц. А. В. Гусякова

## Самоконтроль как залог успешного освоения иностранных языков у детей подросткового возраста

**Аннотация.** Исследование направлено на изучение взаимосвязи темперамента и самоконтроля как характеристик личности подростка в процессе овладения иностранным языком. В данной работе использованы разнообразные методы диагностики типа темперамента, уровня самоорганизации и самоконтроля. Методы статистической обработки данных (корреляционный и факторный анализы) позволили измерить, как темперамент, самоорганизация и оценка взаимосвязаны со школьной успеваемостью на уроках иностранного языка.

**Ключевые слова:** темперамент, самоконтроль, самоорганизация, самодисциплина, иностранные языки, успешность обучения, средний балл.

**Т**ермин «самодисциплина» обычно понимается как самоконтроль, сознательная дисциплина, самоорганизованность и внутренняя дисциплина. Саморазвитию сейчас посвящаются книги, блоги, видео, тренинги, появилось специальное направление — коучинг, где под руководством специалистов человек формирует свои soft-skills. Самые первые «гибкие» навыки, которые стремится развить каждый человек — это планирование времени и самоорганизация.

Самоконтроль связывают с определенными волевыми особенностями человека [2]. В тоже время отсутствует четкое понимание и представление о том, взаимосвязаны ли самоконтроль и тип темперамента. Нам известно, что темперамент может влиять на стиль обучения, но мы не знаем, как влияет самоконтроль на овладение той или иной дисциплиной.

Для исследования были опрошены 70 подростков образовательных учреждений города Москвы, Магнитогорска, Таганрога (Российская Федерация) и Алматы (Республика Казахстан) возрастом 12–15 лет.

Данные получены с помощью личностного опросника Айзенка, или ЕРІ [1], опросника волевого самоконтроля (ВСК) А. Г. Зверкова и Е. В. Эйдмана [3], опросника самоорганизации деятельности (на основе Time Structure Questionnaire, TSQ) Е. Ю. Мандриковой [4].

Статистическую значимость полученных данных исследования анализировали с помощью пакета программ расширенной аналитики — Statistica 10.0.1011.

Рисунок, приведенный ниже, иллюстрирует данные о распределении типов темперамента среди опрошенных подростков. Большинство респондентов обладают сангвиническим темпераментом (42 %). Примерно одна треть участников опроса (30 %) являются холериками. Количество флегматиков равно количеству меланхоликов (14 %) соответственно.



Распределение обследованных подростков по типам темперамента

Результаты корреляционного анализа продемонстрировали наличие статистически значимых положительных связей между чертами характера, которые составляют самоконтроль человека, и способностью к самоорганизации последнего.

Например, коэффициент корреляции между самоорганизацией и такой чертой характера, как настойчивость, соответствует 0,62. Аналогичная ситуация с такими чертами характера, как целеустремленность, умение планировать (сила

корреляций 0,71 и 0,62 соответственно). Таким образом, мы можем предположить, что успех учебы определяется умением организовывать и контролировать себя.

Мы также провели факторный анализ (табл.), который помог нам выявить две важные причины (факторы), влияющие на успешность обучения.

**Факторы, объясняющие зависимость  
успешности обучения  
от самоконтроля человека**

Переменные	Фактор нагрузки (Варимакс) Выделение: Главные компоненты, N = 70 (Отмечены нагрузки >,700000)
	Фактор 1
Индекс волевой саморегуляции	0,949246
Индекс настойчивости	0,941254
Индекс самообладания	0,883017
Планомерность	0,394418
Настойчивость	0,807525
Фиксация	-0,045335
Общий показатель самоорганизации	0,533769
Нейротизм	-0,839579

Выделенные факторы были названы в соответствии с максимальным весом значимой пере-

менной. Следовательно, факторами, объясняющими корреляцию между самоконтролем человека и успешностью обучения, являются следующие: фактор морально-волевых качеств (фактор 1); фактор концентрации и усидчивости (фактор 2).

Наши первичные данные показали, что корреляция между средним баллом и самоконтролем слабая. Мы пришли к такому же выводу на основе обработанных результатов тестов: подростки-сангвиники обладают высоким уровнем самоорганизации, но оценки по иностранному языку ниже среднего. Следовательно, уровень самоорганизации не зависит в подавляющем большинстве от оценки на иностранном языке. В то же время фактор морально-волевых качеств и умение концентрироваться влияют на успеваемость. Кроме того, фактор 1 имеет обратную связь с нейротизмом. Следовательно, холерики и меланхолики, для которых высокий нейротизм является общей характеристикой, сталкиваются с проблемами самоконтроля (успеха в обучении).

Таким образом, успех в обучении — это сильная взаимосвязь между фактором морально-волевых качеств, самоорганизацией и способностью концентрироваться на задаче в течение длительного периода времени. Тем не менее, темперамент и уровень самоконтроля человека связаны друг с другом. Чем ниже показатель нейротизма, тем сильнее человек владеет собой (сангвиники, флегматики) и, следовательно, тем успешнее он может быть в освоении иностранного языка.

1. Айзенк Г. Личностный опросник Айзенка // Psytests : [сайт]. — URL: <https://psytests.org/eyenck/epiA.html> (дата обращения: 24.10.2022).

2. Дмитриев Ю. А., Казак Б. Б. Пенитенциарная психология : учеб. для образоват. учреждений. — Ростов н/Д. : Феникс, 2007. — 681 с.

3. Зверков А. Г., Эйдман Е. В. Опросник волевого самоконтроля // School3 : [сайт]. — URL: <http://school3.mmc24308.cross-edu.ru/user-files/diagnos%20samokontr.pdf> (дата обращения: 24.10.2022).

4. Мандрикова Е. Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности // Психологическая диагностика. — 2010. — № 2. — С. 59–83.