

УДК 378.15

**Кудін Сергій**ORCID 0000-0002-9800-5525  
Researcher ID AAD-7545-2020

Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри біологічних основ фізичного виховання, здоров'я і спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка, лікар-реабілітолог, науковий консультант КЗ «Замглайський психоневрологічний інтернат» (м. Чернігів, Україна) E-mail: sergeykidun@gmail.com

**Мазур Тамара**ORCID 0000-0002-0609-6416  
Researcher ID F-5271-2016

Кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології, Чернігівський обласний інститут післядипломної педагогічної освіти імені К. Д. Ушинського, (м. Чернігів, Україна) E-mail: offerlund@gmail.com

**Кужельний Андрій**ORCID ID 0000-0001-5938-8589  
Researcher ID AAE-4992-2022

Кандидат педагогічних наук, доцент кафедри спорту, Національний університет «Чернігівський колегіум» імені Т. Г. Шевченка (м. Чернігів, Україна) E-mail: profsportukraine74@gmail.com

## ДОСЛІДЖЕННЯ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ЯК ЧИННИКА НАУЧУВАНОСТІ ОСІБ З ЛЕГКИМ СТУПЕНЕМ РОЗУМОВОЇ ВІДСТАЛОСТІ

**Мета роботи.** Метою нашого дослідження стало вивчення кореляції між рівнем саморегуляції і навчуваністю (ставленням до навчання, засвоєнням навчального матеріалу) в осіб з легким ступенем розумової відсталості. У дослідженні взяли участь підопічні відділення підтриманого проживання КЗ «Замглайський психоневрологічний інтернат» – дівчата (46 осіб) у віці від 14 до 25 років, у яких фахівцями був виявлений легкий ступінь розумової відсталості.

**Методологія.** Для вивчення рівня саморегуляції респондентів була використана методика О. К. Осницького «Саморегуляція» (у авторській модифікації). За допомогою опитувальника, що містить 20 запитань, оцінювалися наступні характеристики: цілепокладання, програмування дій, оцінювання результатів, забезпеченість регуляції в цілому, корекція результатів і способів дій, впорядкованість діяльності, деталізація регуляції дій, усвідомленість дій, відповідальність у справах і вчинках.

**Наукова новизна.** Адаптовано і експериментально перевірено блок запитань «Регулятивний компонент» вчительського опитувальника для виявлення сформованості різних компонентів пізнавальної діяльності. За допомогою удосконаленої шкали оцінки соціальної адаптації вивчалися взаємодія з оточуючими, вміння поводитися на групових заходах, засвоєння навчального матеріалу, ставлення до навчання, ставлення до праці, соціальна адаптація.

**Висновки.** Результати експериментальної роботи довели, що у респондентів з достатнім рівнем саморегуляції достовірно краще сформовані навички засвоєння навчального матеріалу, ніж у дівчат з низьким рівнем саморегуляції. Отже, достатній рівень саморегуляції можна вважати прогностично сприятливою ознакою для навчуваності та соціальної адаптації осіб з легким ступенем розумової відсталості. Результати дослідження можуть представляти інтерес для педагогів, що працюють в інклюзивних освітніх організаціях з учнями, які мають інтелектуальні розлади.

**Ключові слова:** розумова відсталість, саморегуляція, соціальна адаптація, підопічні, інклюзивна освіта.

**Постановка проблеми в загальному вигляді.** Зміни, що відбулися в останні десятиліття в суспільному житті України, позначилися також в посиленні уваги до проблем виховання, навчання і соціальної адаптації осіб з обмеженою життєдіяльністю, в переосмисленні парадигми інклюзивної освіти під впливом нових ціннісних орієнтацій суспільства і держави, нової законодавчої бази, нового розуміння прав людини [1, 12; 6, 193].

За даними американських вчених (Polloway K., Kolberg L.) розумова відсталість діагностується приблизно у 1% дітей [6, 194; 11, 241]. Діти зі зниженою здатністю до навчання (у сучасній психолого-педагогічній літературі синонім – научуваність) – найбільш різноманітна група. За статистичними даними Департаменту державних шкіл США саме ця група учнів складає дві третини школярів з особливими потребами [6, 194; 11, 260].

У зв'язку з наведеним вище, виникла проблема научуваності осіб з розумовою відсталістю. На думку багатьох дослідників, при розумовій відсталості розлади саморегуляції є закономірними [7, 8]. Ці розлади виявляються в труднощах прогнозування, планування та оцінки діяльності; імпульсивності, неорганізованості, низькому самоконтролі в ситуації навчання, у міжособистісному спілкуванні, в ставленні до праці тощо [6, 194; 7, 132].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** У вітчизняній науковій школі розумова відсталість трактується як стабільний стан, що супроводжує людину все життя [9]. Американські фахівці визначають цю дефініцію більш вільно – як ймовірний відновлювальний стан [11]. На думку вітчизняних учених, класична розумова відсталість формується у віці до трьох років [9]. Американські дослідники вважають, що розумова відсталість формується від моменту запліднення до 18 років [11].

Дослідження саморегуляції в осіб з розумовою відсталістю фахівці пов'язують з вирішенням однієї з фундаментальних проблем інклюзивної педагогіки – розвитком здатності індивіда до регуляції своєї поведінки, до подолання труднощів у різних видах діяльності [1; 2; 9].

Як зазначають науковці, дослідження саморегуляції відкриває великі можливості для розуміння та змістовного пояснення загальних закономірностей побудови та реалізації людиною своєї довільної активності (діяльності, поведінки, спілкування), для визначення умов успішного психічного розвитку індивіда, для розуміння феномену загального рівня суб'єктного розвитку людини, для дослідження індивідуально-типових особливостей діяльності та поведінки, для продуктивної участі у вирішенні широкого спектра дуже різноманітних практичних завдань [2–6; 9].

Таким чином, аналіз літературних джерел переконує, що однією з необхідних умов не тільки научуваності, але й соціальної адаптації людини є достатній рівень саморегуляції [2–6; 9].

**Метою** нашого дослідження стало вивчення взаємозв'язку саморегуляції і научуваності (ставлення до навчання, засвоєння навчального матеріалу тощо) в осіб з легким ступенем розумової відсталості.

**Виклад основного матеріалу.** У дослідженні взяли участь підопічні КЗ «Замглайський психоневрологічний інтернат» – дівчата (46 осіб) у віці від 14 до 25 років, у яких фахівцями був виявлений легкий ступінь розумової відсталості (фото 1–6).

Для вивчення рівня саморегуляції респондентів була використана методика О. К. Осницького «Саморегуляція» [8, 124] (в авторській модифікації) [6, 194].

За допомогою опитувальника оцінювалися такі характеристики: цілепокладання, програмування дій, оцінювання результатів, забезпеченість регуляції в цілому, корекція результатів і способів дій, впорядкованість діяльності, деталізація регуляції дій, усвідомленість дій, відповідальність у справах і вчинках [6, 194].

З метою верифікації отриманих даних самооцінки саморегуляції учасників дослідження використовувалася блок запитань «Регулятивний компонент» вчительського опитувальника для виявлення сформованості різних компонентів пізнавальної діяльності [2, 223].

За допомогою шкали оцінки соціальної адаптації вивчалася взаємодія з оточуючими і уміння поводитися на групових заходах (фото 1, 2), засвоєння навчального матеріалу (фото 3), ставлення до навчання (фото 4, 5), ставлення до праці (фото 6).

Для статистичної обробки результатів використовувалася програма Statistica 6.1 (ряди розподілу, середні значення, коефіцієнт кореляції Спірмена, оцінка достовірності відмінностей: t-критерій Стьюдента) [6, 194].

Аналіз результатів дослідження показав, що всі респонденти зазнавали труднощі в научуваності. Результати вивчення рівня саморегуляції підопічних показали, що у більшості з них виявився середній рівень саморегуляції (68%), у 32% – низький рівень. Високого рівня саморегуляції у респондентів виявлено не було [6, 194]. Отже, результати дослідження засвідчили значну варіабельність розподілу осіб з легким ступенем розумової відсталості за рівнями сформованості саморегуляції залежно від складності змісту діагностичних завдань, вимог до логіки виконання. Найбільш типовими варіантами розвитку для осіб з легким ступенем розумової відсталості виявилися середній і низький рівні сформованості саморегуляції. Отже, саме підвищення рівня саморегуляції може стати чинником покращання научуваності в осіб з легким ступенем розумової відсталості.



Фото 1. Дослідження взаємодії з оточуючими і уміння поводитися в групі



Фото 2. Дослідження взаємодії з оточуючими і уміння поводитися на групових заходах



Фото 3. Дослідження засвоєння навчального матеріалу



Фото 4. Дослідження ставлення до навчання



Фото 5. Дослідження ставлення до навчання



Фото 6. Дослідження ставлення до праці

Результати експериментальної роботи довели, що у дівчат з достатнім рівнем саморегуляції, достовірно краще сформовані навички засвоєння навчального матеріалу, ніж у дівчат з низьким рівнем саморегуляції: ( $6,94 \pm 0,72$  і  $4,31 \pm 0,95$  відповідно,  $p < 0,03$ ).

Найбільш типовими особливостями прояву саморегуляції осіб з легким ступенем розумової відсталості можна виділити такі: відсутність пізнавального інтересу до навчальних завдань; недостатнє орієнтування на правила завдання, часткове їх прийняття та переважно сенсорного характеру; утруднення попереднього планування до неможливості його здійснення; відсутність вербалізації плану дії.

У ході виконання завдання спостерігається слідування лише частини правил, невміння запитувати й отримувати допомогу, нездатність бачити помилку, а звідси і нездатність її виправити. На етапі оцінювання виявилася неможливість адекватної самооцінки через несформованість дії звірення досягнутого результату з правилами завдання. Спостерігалися виражені труднощі словесного звіту про завдання (часто досліджувані взагалі не могли його згадати).

Виявлені якісні характеристики підкреслюють значну несформованість сфери саморегуляції в більшості осіб з легким ступенем розумової відсталості порівняно з можливостями віку, що дозволяє говорити про крайню міру загальної психічної незрілості осіб цієї категорії.

Натомість, було виявлено, що ця група респондентів характеризувалася позитивним ставленням до праці ( $6,28 \pm 0,20$  і  $4,12 \pm 1,35$  відповідно,  $p < 0,03$ ) і демонструвала кращу соціальну адаптацію ( $6,11 \pm 0,62$  і  $4,35 \pm 0,77$  відповідно,  $p < 0,01$ ) [6, 194].

Отже, результати дослідження підтвердили необхідність спеціальної комплексної та диференційованої роботи з особами з легким ступенем розумової відсталості, спрямованої на реалізацію їхніх потенційних можливостей. Іншими словами, вони переконали у необхідності цілеспрямованого та кваліфікованого педагогічного управління формуванням саморегуляції осіб з легким ступенем розумової відсталості.

**Висновки.** Результати виконаного дослідження зв'язку саморегуляції і загальної здатності до навчованості осіб з легким ступенем розумової відсталості дозволили сформулювати такі висновки.

Формування саморегуляції як загальної здатності до навчованості перебуває у прямій залежності від сформованості дій самоконтролю на всіх етапах навчання: орієнтування у завданні, реалізації дій та операцій, співставлення отриманого результату з вимогами завдання, оцінки його виконання.

Саморегуляція у навчанні осіб з легким ступенем розумової відсталості має специфічні якісні особливості формування, зумовлені насамперед дефектом їх психічного розвитку, без вивчення яких неможлива ефективна організація психолого-педагогічної допомоги цій категорії пацієнтів.

За підсумками дослідження отримано та систематизовано фактичні дані, що характеризують індивідуальні прояви саморегуляції у навчанні осіб з легким ступенем розумової відсталості: такі особи приймають лише загальну мету діяльності, конкретизуючи її простими сенсорними правилами; самостійне програмування майбутньої роботи є для них дуже важким (внутрішній план діяльності), часто неможливим, особливу складність становить розгорнута вербалізація майбутніх кроків діяльності; у ході виконання завдання втрачають частину засвоєних ними правил; найчастіше вони дають невмотивовану, переважно завищену позитивну оцінку результату своєї діяльності.

Є всі підстави зробити висновок про те, що достатній рівень саморегуляції можна вважати прогностично сприятливою ознакою для навчованості та соціальної адаптації осіб з легким ступенем розумової відсталості. Результати дослідження можуть бути корисними для педагогів, що працюють в інклюзивних освітніх організаціях.

## References

1. Колупасва А. А. Інклюзивна освіта: реалії та перспективи: Монографія. Київ, 2009. 272 с. (Серія «Інклюзивна освіта»).  
Kolupaieva, A. A. (2009). Inklusivna osvita: realii ta perspektyvy [Inclusive education: realities and prospects]: monograph, Kyiv, Ukraine : «Sammit-Knyha» [In Ukrainian].
2. Конопкин О. А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект). *Вопросы психологии*. 1995. № 1. С. 5–12.  
Konopkin, O. A. (1995). Psikhicheskaia samoreguliatciia proizvolnoi aktivnosti cheloveka (strukturno-funktsionalnyi aspekt) [Mental self-regulation of voluntary human activity (structural and functional aspect)]. *Voprosy psikhologii- Questions of Psychology*, 1, 5–12. [In Russian].

3. Кудін С. Ф. Формування культури саморегуляції майбутніх учителів фізичного виховання у процесі вивчення валеологічних дисциплін: дис. ... канд. пед. наук : 13.00.02. Чернігів, 2016. 270 с.  
Kudin, S. F. (2016). Formuvannia kultury samorehuliatcii maibutnix uchyteliv fizychnoho vykhovannia u protsesi vyvchennia valeolohichnykh dystsyplin [Forming of Self-regulation Culture of Future Physical Training Teachers in the Process of Studying Valeological Disciplines]. *Candidate's thesis: 13.00.02*. Chernihiv, Ukraine : Chernihiv National T. G. Shevchenko Pedagogical University [In Ukrainian].
4. Кудін С. Ф. Особливості формування культури саморегуляції у майбутніх учителів фізичного виховання. *Вісник Чернігівського національного педагогічного університету імені Т. Г. Шевченка*. Чернігів : ЧНПУ, 2015. Вип. 130. С. 205–208.  
Kudin, S. F. (2015). Osoblyvosti formuvannia kultury samorehuliatcii u maibutnix uchyteliv fizychnoho vykhovannia [Forming of self-direction culture to future physical training teachers]. *Visnyk Chernihivskoho natsionalnoho pedahohichnoho universytetu imeni T. H. Shevchenka – Bulletin of the Chernihiv National T.H. Shevchenko Pedagogical University*, 130, 205–208. [In Ukrainian].
5. Кудин С. Ф. Формирование культуры саморегуляции студентов факультета физического воспитания. *Физическое воспитание студентов*. 2016. № 1. С. 49–54. URL : <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2016.0107>  
Kudin, S. F. (2016). Formirovanie kultury samoreguliatcii studentov fakulteta fizicheskogo vospitaniia [Formation of selfregulation culture of physical education faculty]. *Fyzycheskoe vospytanye studentov – Physical education of students*, 1, 49–54. Retrieved from : <http://dx.doi.org/10.15561/20755279.2016.0107> [In Ukrainian].
6. Кудін С. Ф. Вивчення взаємозв'язку саморегуляції і здатності до навчання осіб з легким ступенем розумової відсталості. *Матеріали третього міжнародного симпозіуму «Освіта і здоров'я підростаючого покоління»*: Вип. 3. Київ: Алатон, 2021. С. 193–195.  
Kudin, S.F. (2021). Vyvchennia vzaiemozviazku samorehuliatcii i zdatnosti do navchannia osib z lehkym stupenem rozumovoi vidstalosti [Studying the relationship between self-regulation and the ability to teach people with mild mental retardation]. *Mateialy tretoho mizhnarodnoho sympoziumu «Osvita i zdorovia pidrostaiuchoho pokolinnia*. Kyiv, Ukraine : Alaton, 3, 193–195. [In Ukrainian].
7. Лубовский В.И. Развитие словесной регуляции действий у детей (при нормальном и нарушенном развитии)). Москва: Буки Веди, 2013. 198 с.  
Lubovskij, V.I. (2013). Razvitie slovesnoj regulyacii dejstvij u detej (pri normal'nom i narushennom razvitii) [The development of verbal regulation of actions in children (with normal and impaired development)]. Moscow, Russia : Buki Vedi. [In Russian].
8. Осницкий А. К. Психологические механизмы самостоятельности. Москва: Обнинск: ИГ-СОЦИН, 2010. 232 с.  
Osnickij, A. K. (2010). Psihologicheskie mekhanizmy samostoyatel'nosti [Psychological mechanisms of independence]. Moscow, Russia : IG– SOCIN. [In Russian].
9. Повьякель Н. И. Профессиогенеза саморегуляции мышления практического психолога: [монография]. Москва, 2003. 295 с.  
Pov'yakel', N. I. (2003). Professioгенеza samoregulyacii myshleniya prakticheskogo psihologa [Professiogenesis of self-regulation of thinking of a practical psychologist]: monograph. Moscow, Russia. [In Russian].
10. Четверик-Бурчак А. Г. Опис та адаптація опитувальника «шкала соціального благополуччя» К. Кіза. *Вісник Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна. Серія : Психологія*. 2014. № 1099, Вип. 54. С. 28–33.  
Chetviryk-Burchak, A. H. (2014). Opys ta adaptatsiia opytuvalnyka «shkala sotsialnoho blahopoluchchia» K. Kiza [Description and adaptation of the questionnaire «scale of social welfare» K. Keys]. *Visnyk Kharkivskoho natsionalnoho universytetu imeni V. N. Karazina – The Journal of V. N. Karazin Kharkiv National University. A Series of «Psychology»*, 1099/54, 28–33. [In Ukrainian].
11. Lepofsky M. D. A report card on the Charter's Guarantee of Equality to Persons with Disabilities After 10 Year – What Progress? What prospects? *National Journal of Constitutional Law*. 1997. № 7. P. 241–263.

**Kudin S.**

ORCID ID 0000-0002-9800-5525  
Researcher ID AAD-7545-2020

PhD in Pedagogical Sciences, Associate professor of department of biological bases of physical education, health and sports, T. G. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium» (Chernihiv, Ukraine) E-mail: sergeykudyn@gmail.com

**Mazur T.**

ORCID ID 0000-0002-0609-6416  
Researcher ID F-5271-2016

PhD in Psychology, Associate professor of department of Psychology, K. D. Ushynskiy Chernihiv Regional Institute of Postgraduate Pedagogical Education (Chernihiv, Ukraine) E-mail: offerlund@gmail.com

**Kuzhelnyi A.**

ORCID ID 0000-0001-5938-8589  
Researcher ID AAE-4992-2022

PhD in Pedagogical Sciences, Associate Professor at the Department of Sports, T.H. Shevchenko National University «Chernihiv Colehium» (Chernihiv, Ukraine) E-mail: profsportukraine74@gmail.com

#### RESEARCH OF SELF-REGULATION AS A FACTOR OF LEARNING OF PEOPLE WITH MILD MENTAL RETARDATION

**Objective.** The objective of our research is an interrelation of self-regulation and ability to learn (attitude to learning, picking up learning material, etc.) where subjects of learning are people with a mild degree of mental retardation. The participants of the research are the wards of Municipal Establishment «Zamhlai psycho-neurological orphanage», namely 46 girls aged 14-25 with confirmed mild mental retardation.

**Methodology.** O. Osnytskyi «Self-regulation» methods were taken as a basics by the author with correspondent modification and then applied to study the self-regulation level of respondents. A survey of 20 questions was created to estimate the following characteristics: setting goals, action programming, results' assessment, providing general regulation, results and action methods correction, order of the activity, detailed action regulation, realizing of actions, responsibility concerning actions.

**Scientific Innovation.** A set of questions «Regulatory component» was used to verify the obtained data concerning own estimation of participants' self-regulation as well as to specify different components of their cognitive activity. An estimation scale of social adaptation helped to study the interrelation with surrounding people, ability to behave during group events, learning educational material, attitude to learning, work and social adaptation.

**Conclusions.** The results of experiment proved that those respondents with an efficient level of self-regulation have better learning skills in comparison to those, having low level. Thus, the efficient level of self-regulation can be considered as a positive feature to prognose the ability to learn and social adaptation of people with mild mental disorders. The research results might be applied by the teachers of inclusive educational establishments who work with students having mental disorders.

**Key words:** Mental retardation, self-regulation, self-estimation, social adaptation, wards, inclusive education.

Стаття надійшла до редакції 25.06.2022

Рецензент: доктор педагогічних наук, професор С. Г. Приймак