

## ВОЛЕВЫЕ КАЧЕСТВА СТУДЕНТОВ В КОНТЕКСТЕ LIFELONG LEARNING: SMART-ЦЕЛИ КАК ИНСТРУМЕНТ ИХ РАЗВИТИЯ

Ф.Т.Хусаинова

доцент, Ташкентский государственный юридический университет,

г. Ташкент, Республика Узбекистан

E-mail: [fayruzakhusainova@gmail.com](mailto:fayruzakhusainova@gmail.com)

Тел.: +998(90) 317-96-95

DOI: [https://doi.org/ 10.5281/zenodo.22127216](https://doi.org/10.5281/zenodo.22127216)

Аннотация: в тезисе рассматривается роль волевых качеств студентов в контексте концепции Lifelong Learning. Особое внимание уделяется волевой регуляции самостоятельной образовательной деятельности и использованию SMART-целей и планирования «если-то» как практических инструментов организации обучения.

Ключевые слова: волевые качества, волевая регуляция, студенты, Lifelong Learning, самостоятельная образовательная деятельность, SMART-цели, планирование «если-то».

В условиях стремительных изменений в профессиональной и социальной сферах человеку необходимо постоянно обновлять знания, осваивать новые навыки и самостоятельно определять направления личностного и профессионального развития. Концепция Lifelong Learning предполагает не только наличие мотивации к обучению, но и способность человека самостоятельно организовывать образовательную деятельность, преодолевать возникающие трудности и сохранять целенаправленность на протяжении всей жизни. В связи с этим волевые качества – самодисциплина, настойчивость, смелость, целеустремлённость, ответственность, выдержка и самоконтроль – выступают важнейшими психологическими условиями реализации концепции Lifelong Learning.

Исследование Д.Д.Барабанова «Развитие волевой регуляции студентов» подчёркивает значимость волевой регуляции в организации учебной деятельности студентов. Особое значение развитию волевых качеств придаётся в студенческом возрасте, который рассматривается как переходный период от поздней юности к ранней зрелости. Именно на данном этапе происходит существенная перестройка учебной деятельности и возрастает степень самостоятельности личности. В отличие от школьного обучения, студент получает большую автономию в организации образовательной деятельности, самостоятельно принимает решения, связанные с выбором образовательной и профессиональной траектории, и несёт большую ответственность за результаты собственного обучения. В этих условиях возрастает необходимость волевой регуляции, обеспечивающей возможность самостоятельно ставить цели, организовывать деятельность, преодолевать возникающие трудности и сохранять направленность на достижение результата.

Важность преодоления трудностей как результата волевой регуляции подчёркивается в исследовании А.В.Быкова «Генезис волевой регуляции». Волевые усилия проявляются не только в достижении человеком конкретных внешних результатов деятельности, но и во внутренних личностных изменениях. Преодоление трудностей и достижение поставленных целей способствует развитию волевых качеств, повышению собственной компетентности и профессионализма, формированию эмоциональной устойчивости и изменению отношения человека к самому себе. Таким образом, успешное преодоление препятствий посредством волевой регуляции выступает не только условием достижения результата, но и механизмом личностного развития и самореализации.

В данном контексте особый интерес представляет технология постановки SMART-целей, которая может рассматриваться как практический инструмент организации деятельности и создания условий для проявления и развития волевых качеств студентов. Формулирование конкретных, измеримых, достижимых, значимых и ограниченных во времени целей позволяет студенту структурировать собственную образовательную деятельность, определить последовательность действий и контролировать продвижение к запланированному результату. Регулярное применение данной технологии создаёт условия для проявления и развития целеустремлённости, самодисциплины, ответственности и самоконтроля, поскольку требует от студента не только постановки цели, но и последовательного выполнения намеченных действий, преодоления возникающих трудностей и оценки полученного результата.

Технология SMART-целей может выступать одним из инструментов организации образовательной деятельности, в процессе которой формируются и закрепляются волевые качества, необходимые для самостоятельного обучения. Её применение в студенческом возрасте позволяет создавать условия для постепенного перехода от внешней организации учебной деятельности к самостоятельной регуляции и управлению собственным образовательным маршрутом. Постановка SMART-целей определяет направление образовательной деятельности, а волевая регуляция позволяет студенту сохранять целенаправленность, проявлять настойчивость, выдержку и самодисциплину, преодолевать препятствия и доводить начатое до результата.

В материале Кендалл Терри «From SMART Goals to SMART Habits: A Neuroscience-Informed Framework for Teacher Growth», опубликованном Southern Association of Independent Schools (SAIS), подчёркивается, что постановка цели сама по себе не гарантирует её достижения. Автор обращает внимание на разрыв между намерением и его реализацией и отмечает необходимость перехода от общей цели к конкретным действиям и устойчивым привычкам. В данном подходе SMART-цель рассматривается как средство определения направления деятельности, тогда как систематические действия и повторяющиеся поведенческие практики обеспечивают последовательное продвижение к запланированному результату.

К.Терри также рассматривает планирование по принципу «если–то» (if–then planning), которое связывает поставленную цель с конкретной ситуацией и заранее определённым действием. Такой способ планирования позволяет перевести намерение в конкретную поведенческую последовательность – если возникает определённая ситуация, то человек выполняет заранее выбранное действие. Например, применительно к студенту это может быть сформулировано следующим образом:

«Если после занятий я прихожу домой и отдыхаю 30 минут, то затем в течение 40 минут работаю с профессиональной литературой» или

«Если при выполнении учебного задания возникает желание его отложить, то я выполняю ещё один запланированный этап работы, прежде чем сделать перерыв».

Таким образом, конкретная ситуация становится сигналом для заранее определённого действия. Применение данного подхода в студенческом возрасте имеет особое значение, поскольку самостоятельная образовательная деятельность требует способности самостоятельно организовывать время, контролировать выполнение учебных задач и преодолевать возникающие трудности.

В контексте развития волевых качеств студентов данный подход может рассматриваться как практический инструмент организации образовательной деятельности, создающий условия для их проявления и постепенного закрепления.

Таким образом, между постановкой SMART-цели и её достижением целесообразно выделить промежуточный механизм – конкретный план действий. SMART-цель определяет, чего студент стремится достичь; план «если–то» конкретизирует, когда и каким образом он будет действовать; волевая регуляция обеспечивает устойчивость и последовательность этих действий. В результате создаются условия для проявления и развития самодисциплины, настойчивости, смелости, целеустремлённости, ответственности, выдержки и самоконтроля, что соответствует основным принципам концепции Lifelong Learning.

В качестве практического вывода можно отметить, что развитие волевых качеств студентов целесообразно осуществлять не только посредством формирования мотивации к обучению, но и через организацию образовательной деятельности, требующей самостоятельной постановки целей, планирования, самоконтроля и последовательного выполнения намеченных действий. В данном контексте преподаватель может выступать не только источником знаний, но и организатором образовательных условий, способствующих проявлению и развитию самодисциплины, настойчивости, смелости, целеустремлённости, ответственности, выдержки и самоконтроля.

Практические аспекты развития волевых качеств студентов:

- использовать SMART-технология для обучения студентов постановке конкретных, реалистичных и достижимых образовательных целей;
- помогать студентам переводить долгосрочную цель в последовательность небольших конкретных действий;
- использовать планирование по принципу «если–то», связывая образовательную цель с конкретными ситуациями повседневной учебной деятельности;

- создавать ситуации, в которых студенту необходимо самостоятельно принимать решения, преодолевать трудности и доводить начатое до результата;
- при оценивании учитывать не только конечный результат, но и проявление самодисциплины, настойчивости, смелости, целеустремлённости, ответственности, выдержки и самоконтроля в процессе выполнения задания;
- использовать краткую рефлекссию, позволяющую студенту анализировать собственное продвижение – что было запланировано, что выполнено, какие трудности возникли и какие волевые качества помогли их преодолеть.

Таким образом, развитие волевых качеств студентов может рассматриваться как важное условие формирования готовности к Lifelong Learning. Практическая задача преподавателя заключается не только в передаче знаний, но и в создании условий для развития волевых качеств. Использование SMART-целей в сочетании с планированием «если–то», поэтапным выполнением задач и рефлексией результатов позволяет переводить образовательные намерения студентов в конкретные действия. При этом преподавателю важно постепенно переходить от внешней организации деятельности к её самостоятельной регуляции студентом. Такой подход создаёт психологическую основу для непрерывного самообразования и профессионального развития на протяжении всей жизни.

Литература:

1. Барабанов Д.Д. Развитие волевой регуляции студентов: дис. ...канд. психол. наук: 19.00.01. – Москва, 2015. – 188 с.
2. Быков А.В. Генезис волевой регуляции: монография. – М., 2003. – 248 с.
3. Terry K. From SMART Goals to SMART Habits: A Neuroscience-Informed Framework for Teacher Growth [Электронный ресурс]. – SAIS. – <https://sais.org/resource/from-smart-goals-to-smart-habits-a-neuroscience-informed-framework-for-teacher-growth/>