

УДК 159.9.072.43

UDC 159.9.072.43

19.00.00 Психологические науки

Psychology

**ЛИЧНОСТНЫЕ ОСОБЕННОСТИ  
СУБЪЕКТА САМОРЕГУЛЯЦИИ КАК  
ФАКТОР, ОБУСЛАВЛИВАЮЩИЙ  
СТРАТЕГИЮ САМООРГАНИЗАЦИИ В  
СИТУАЦИИ ВЫБОРА**

**PERSONAL FEATURES OF THE SELF-  
REGULATION SUBJECT AS A FACTOR  
DETERMINING THE SELF-  
ORGANIZATION STRATEGY IN A  
SITUATION OF CHOICE**

Гавриленко Татьяна Владимировна  
Аспирант факультета управления и психологии,  
кафедры психологии личности и общей  
психологии

Gavrilenko Tatyana Vladimirovna  
Post-graduate student, Faculty of Psychology and  
Management, Department of Personality  
Psychology and General Psychology

Рябикина Зинаида Ивановна  
Профессор кафедры психологии личности и  
общей психологии  
*Кубанский государственный университет,  
Краснодар, Россия*

Ryabikina Zinaida Ivanovna  
Professor at the Department of Personality  
Psychology and General Psychology  
*Kuban State University, Krasnodar, Russia*

В статье рассмотрены личностные особенности саморегуляции субъекта. Исследована учебная деятельность студентов. Результаты исследования демонстрируют вклад особенностей саморегуляции и связанных с ними иных характеристик личности (самоэффективность, жизнестойкость) в процессы самоорганизации студента в ситуации выбора учебного задания. Показаны различия стратегий самоорганизации (направленная на адаптацию и неадаптивная самоорганизация) при различающихся особенностях личности. Показана связь стратегий самоорганизации и их регуляторных особенностей с выборами, совершаемыми субъектом. Выявлены личностные особенности, являющиеся психологическим ресурсом устойчивой адаптивной стратегии самоорганизации, позволяющей совершить и реализовать выбор в пользу нового/сложного

In the article, personal features of self-regulation of the subject are considered. Training activity of the students is investigated. The results of the research demonstrate contribution of the self-regulation features and with them related other personality characteristics (self-efficacy, viability) to the processes of student self-organization in context of choice of a learning task. Differences in self-organization strategies (adaptation-aimed and non-adaptive self-organization) are shown, with different personality characteristics. A connection between the self-organization strategies and their regulatory features is shown, with the choices made by the subject. Personal characteristics are identified, which represent a psychological resource of a sustainable adaptive self-organization strategy, allowing making and realizing the choice in favor of a new/complex situation

Ключевые слова: СУБЪЕКТ,  
САМОРЕГУЛЯЦИЯ, ЛИЧНОСТНЫЕ  
ОСОБЕННОСТИ, САМОЭФФЕКТИВНОСТЬ,  
ЖИЗНЕСТОЙКОСТЬ, СТРАТЕГИЯ  
САМООРГАНИЗАЦИИ, СИТУАЦИЯ ВЫБОРА

Keywords: SUBJECT, SELF-REGULATION,  
PERSONAL FEATURES, SELF-EFFICACY,  
VIABILITY, SELF-ORGANIZATION  
STRATEGY, SITUATION OF CHOICE

**Doi: 10.21515/1990-4665-134-073**

Изменения, происходящие в обществе, ставят перед наукой проблему изучения психологических ресурсов личности в аспекте эффективного решения задач, связанных с выбором и построением оптимальных стратегий взаимодействия с внешним миром. Развитие

информационных и постиндустриальных форм культуры, современных технологий, обуславливают легкость объективации ментальных проектов, быстрое воплощение задуманного. «Бытие – все более продукт конкретного человека..., и в этом смысле оно (бытие) – все более следствие психологических закономерностей (достоинств, дефицитов) функционирования конкретного социального субъекта» [8, с 15].

Эти общественные изменения нашли отражение в возникновении научной и практической необходимости целостного понимания человека. Ключевые положения методологии субъектного подхода (С.Л. Рубинштейн, А.В. Брушлинский, К.А. Абульханова и др.) и психологии человеческого бытия (В.В. Знаков, З.И. Рябикина) получили свое продолжение и развитие в субъектно-бытийном подходе к рассмотрению личности (З.И. Рябикина, А.Р. Тиводар, Л.Н. Ожигова, Г.Ю. Фоменко, Ю.Б. Шлыкова и др.). Являясь теоретическим осмыслением личности, отражающим новые акценты во взглядах на человека и его отношения с действительностью бытия, субъектно-бытийный подход фокусирует свое внимание на направленности человека на переустройство пространств своего бытия в соответствии со структурой сложившихся личностных смыслов. Согласно субъектно-бытийному подходу к рассмотрению личности личностное бытие конкретного человека, является следствием его субъектной активности, его самоорганизации и саморегуляции [9].

Особенности личности формируют устойчивые диспозиции, которые служат согласованию активности субъекта и требований объективных пространств его бытия и конкретизируется в индивидуальном стиле саморегуляции субъекта. Таким образом, способность субъекта к реорганизации сложившихся диспозиций или самоорганизации через понимание особенностей своих бытийных пространств, которые являются ее продолжением и входят в ее структуру является основным психологическим ресурсом, позволяющим личности развиваться и

переходить от решения адаптационных задач к оптимизационным задачам жизнедеятельности [9].

В рамках разработанных в психологии моделей саморегуляции деятельности (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, и др.) рассматриваются процессы саморегуляции, связанные с выбором мотива, целеполагания и целедостижения, процессом оценки результата. В исследованиях школы В.И. Моросановой (2001) было показано, что саморегуляция деятельности на различных ее этапах определяется разными индивидуальными особенностями, из совокупности которых складывается индивидуальный стиль саморегуляции. [4].

Д.А. Леонтьев с коллегами, развивая модель личностного потенциала как интегральную характеристику уровня личностной зрелости, формой проявления которой является феномен самодетерминации личности, предлагает трехкомпонентную функциональную модель саморегуляции. В рамках данной модели функции саморегуляции соотносятся с личностным потенциалом как структурным образованием и проявляются в самых разных ситуациях: достижения, угрозы, неопределенности и др., что позволяет субъекту быть готовым к формированию адекватного ситуациям поведения не на основе выученных автоматических реакций, а на основе гибкого ситуационного приспособления, учитывающего множественные критерии [3]. Так же в исследованиях Д.А. Леонтьева и его коллег была выявлена связь эффективности саморегуляции с такими факторами как жизнестойкость, локус каузальности, толерантность к неопределенности. В исследовании личностного выбора (Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова, 2005) выявлено, что психологические факторы играют важную роль в саморегуляции на этапе выбора деятельности.

Исследования Е.И. Рассказовой (2006, 2011) показали, что саморегуляция достижения осознанной цели, или саморегуляция действия является лишь частным случаем, но не универсальным прототипом

саморегуляции. То есть в определенных условиях изменение выбора может способствовать повышению эффективности деятельности и не является нарушением саморегуляции [7].

Однако, личностные особенности субъекта саморегуляции в ситуации выбора изучены недостаточно. Существует взаимосвязь психологического своеобразия сочетаний стиля саморегуляции и личностных особенностей субъекта и применяемой им стратегии самоорганизации в ситуации выбора. Поэтому целью нашего исследования является изучение личностных особенностей саморегуляции субъекта как фактора, обуславливающего стратегию самоорганизации в ситуации выбора.

Особенности саморегуляции субъекта, отражающие выбранные из ряда альтернатив стратегии самоорганизации как способ объективации субъективного в организации «пространств ее реализаций», являются объектом представленного в данной статье исследования. Предметом исследования является взаимосвязь особенностей саморегуляции и стратегии самоорганизации субъекта.

В ходе исследования проверялись следующие гипотезы. Основная эмпирическая гипотеза заключается в том, что группы с разными стратегиями самоорганизации значительно отличаются по стилю саморегуляции. Дополнительная гипотеза состоит в том, что компоненты стиля саморегуляции будут связаны с показателями жизнестойкости и параметрами самоэффективности, что характеризует психологическое своеобразие формирования стратегий самоорганизации выделенных групп респондентов.

В качестве модели исследования мы выбрали учебную деятельность студентов, в частности, выполнение курсовых проектов студентами-первокурсниками, обучающимися в КубГУ по направлению психология. Объем выборки составил 28 человек в возрасте от 18 до 21 года. На первом

курсе студентам был предоставлен выбор: выполнение курсового проекта в виде теоретического исследования, либо проведение эмпирического исследования и оформление научного отчета в рамках курсового проекта. Первый вариант выполнения задания являлся более привычным и отработанным навыком, схожим с написанием рефератов. Второй вариант представлялся для большей части студентов новым видом деятельности и требовал определенных навыков, которые им предстояло освоить.

Описанные условия позволяют смоделировать в ретроспективном анализе проделанной студентами работы ситуацию выбора и реализации задания, сопоставить их выбор стратегии самоорганизации деятельности и особенности стилей саморегуляции, а так же, для более глубокого изучения вариативности саморегуляции респондентов и связи ее с практической деятельностью, рассмотреть влияющие на нее личностные особенности.

В исследовании использовались следующие методики: методика стиля саморегуляции поведения (В.И. Моросанова); тест жизнестойкости (модификация Е.Н. Осина, Е.И. Рассказовой); опросник общей самоэффективности (Р. Шварцер, М. Ерусалем, В. Ромек). Так же нами было проведено письменное анкетирование. Авторская анкета включала вопросы на обоснование выбора типа реализации курсового проекта; описание трудностей, с которыми столкнулись; изменение выбора, если таковое имело место, и его обоснование.

Для верификации основной гипотезы оценивалась значимость различий между группами с помощью непараметрического критерия Манна-Уитни (для попарного сравнения групп) и проводился анализ средних значений в группах для определения направления этих различий. Дополнительная гипотеза проверялась посредством расчета коэффициента ранговой корреляции по Спирмену и корреляционного анализа.

Практическая значимость заключается в том, что результаты

исследования вносят важный вклад в понимание механизмов саморегуляции личности на разных этапах самоорганизации ее деятельности; раскрывают психологическое своеобразие совершаемых субъектом выборов, внося вклад в изучение механизмов развития и становления личности. Полученные данные могут быть использованы в практической работе психолога, способствовать развитию образовательных практик.

Для реализации целей исследования вся выборка была поделена по типу совершенных студентами выборов. При помощи ответов на вопросы анкеты выборы респондентов были дифференцированы по степени сложности выбранного вида деятельности. Более половины студентов (59%) выбрали для реализации выполнение вида проекта, который по их оценкам выполнить проще, или данный вид деятельности им был уже знаком. Мы назвали такой выбор «выбор на понижение». Выбор на повышение, представляющийся наиболее сложным для реализации, сделали 41% респондентов. В последствии несколько человек (15%) изменили свой выбор. Из них 60% респондентов (10% от общей выборки) изменили выбор в пользу более сложного вида реализации проекта («выбор на повышение»), еще 40% (7% от общей выборки) сделали «выбор на понижение».

Работы студентов, сделавших выбор на повышение, были оценены на «отлично». Работы студентов, сделавших выбор на понижение сложности, имели более низкие оценки: 50% работ оценены на «отлично», 29% – «хорошо», 21% работ – не зачтены. Студенты, изменившие выбор, имеют следующие оценки: 29% – «хорошо», 40% – «отлично», и 20% – «удовлетворительно». Следовательно, наиболее продуктивной оказалась стратегия, связанная с выбором на повышение сложности, наименее продуктивной – обратная стратегия «выбор на понижение сложности».

Выбор простого/сложного вида реализации проекта тесно связан с

его объяснением. 57% респондентов группы «выбор на понижение сложности» объяснили свой выбор желанием выполнять проект привычным, знакомым способом, остальные 43% – безличными причинами (минимальное количество времени, задача первого курса).

В группе «выбор на повышение сложности» все респонденты объяснили свой выбор интересом узнать что-то новое, попробовать свои силы. В группе «изменение выбора на повышение» смену выбора студенты объяснили желанием более полно раскрыть тему с помощью эмпирики. В группе «изменение выбора на понижение» – тем, что не удалось справиться с эмпирической частью работы.

Для всех студентов группы «выбор на повышение» выбранный вид выполнения работы был новым, для студентов группы «выбор на понижение сложности» для 86% выборки – уже знакомым.

Расчет критерия Манна-Уитни для сравнения полученных данных в группах «выбор на повышение сложности» и «выбор на понижение сложности» показал значимые различия по следующим показателям саморегуляции (Таблица 1).

Таблица 1 СТАТИСТИКА РАЗЛИЧИЙ ПОКАЗАТЕЛЕЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Шкалы	Выбор на повышение	Выбор на понижение	U <sub>эмп</sub>	p
	Среднее значение	Среднее значение		
Планирование	6	5	39,5	–
Моделирование	5,9	5,3	46,6	–
Программирование	6,7	5	37	–
Оценка результатов	6,4	4,7	23,5	<0,01
Гибкость	6	8	42,1	–
Самостоятельность	5,9	6,8	42,5	–
Общий уровень саморегуляции	32	26	29	<0,05

Среди компонентов саморегуляции, статистически значимые различия обнаружены по показателям общего уровня саморегуляции

( $p < 0,05$ ) и оценке результатов своей деятельности ( $p < 0,01$ ). В группе «выбор на повышение сложности» уровень данных показателей выше. По показателям планирование, моделирование, программирование, самостоятельности, гибкости – статистически значимых различий между группами нет.

Анализ общего профиля саморегуляции выделенных групп респондентов показал, что профиль саморегуляции группы «выбор на повышение» характеризуется как гармоничный профиль с высоким общим уровнем саморегуляции (Рисунок 1).

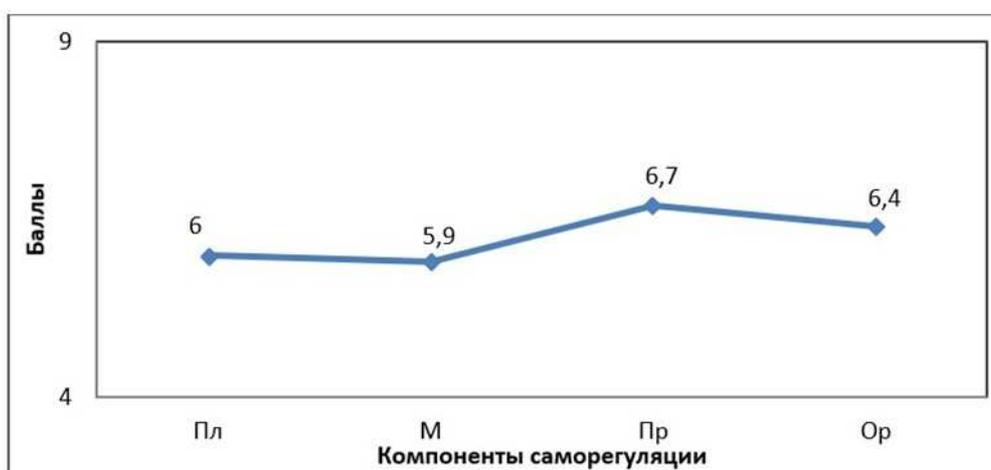


Рисунок 1 Общий профиль стиля саморегуляции группы «выбор на повышение»

Профиль саморегуляции группы «выбор на понижение» определен как гармоничный профиль с низким общим уровнем саморегуляции (Рисунок 2). Согласно типологии профилей стилей саморегуляции в концепции В.И. Моросановой, гармоничный профиль демонстрирует относительно равную развитость всех компонентов саморегуляции, но мера его эффективности связана с общим уровнем саморегуляции, на котором он сформирован [5]. Таким образом, общий профиль саморегуляции группы «выбор на повышение» является более эффективным.

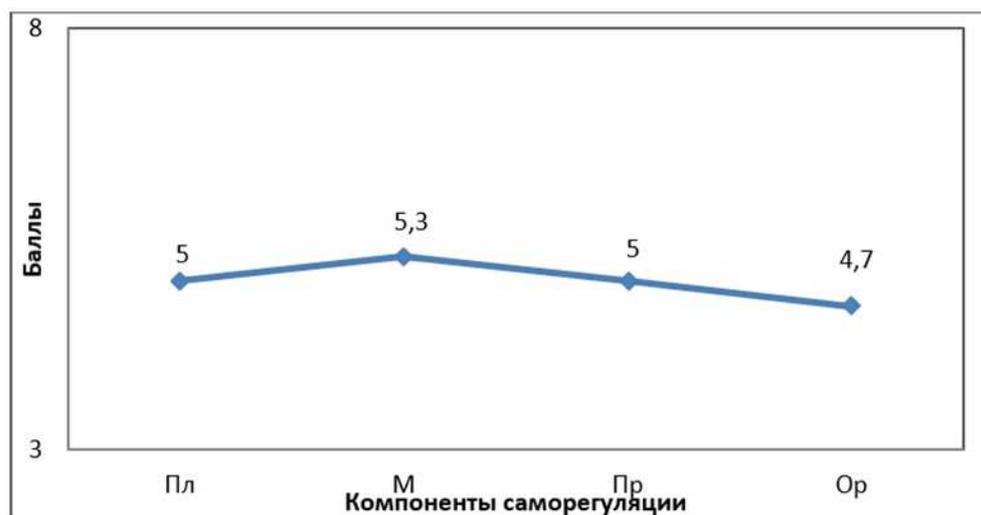


Рисунок 2 Общий профиль стиля саморегуляции группы «выбор на понижение»

Для более детального изучения и сравнения стилей саморегуляции рассматриваемых групп нами были рассмотрены различия по показателям жизнестойкости и самооффективности.

Выявлены статистически значимые различия по интегральному показателю жизнестойкости ( $p < 0,05$ ) (Таблица 2).

Таблица 2 СТАТИСТИКА РАЗЛИЧИЙ ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ

Шкалы	Выбор на повышение	Выбор на понижение	$U_{эмп}$	р
	Среднее значение	Среднее значение		
Вовлеченность	22,4	19	38,5	–
Контроль	18	15	35,5	$<0,05$
Принятие риска	13	11,5	47,5	–
Жизнестойкость	53	45	34,5	$<0,05$

Среди составных интегрального показателя жизнестойкости, в которые входят вовлеченность, принятие риска и контроль, статистически значимые различия обнаружены только по показателю «контроль» и по уровню самой жизнестойкости ( $p < 0,05$ ). Под жизнестойкостью авторы теории понимают сложный психологический фактор, способствующий успешному совладанию со стрессом и снижению внутреннего напряжения

[6]. Исходя из полученных данных, студентам данной группы ощущение беспомощности свойственно в меньшей мере, они склонны сами выбирать свой путь, осуществляя инвентаризацию и поиск ресурсов посредством контроля. Обладая большей жизнестойкостью, респонденты данной группы в меньшей степени зависят от ситуативных переживаний, легче преодолевают базовую тревогу, актуализирующуюся в ситуации неопределённости и необходимости выбора.

Так же было выявлено, что у студентов, выбирающих новое (группа «выбор на повышение») выше показатель самоэффективности ( $p < 0,01$ ).

Сравнение показателей студентов, изменивших тип реализации проекта, и студентов, не менявших выбор, дало статистически значимые различия только по показателю вовлеченности: у студентов, не менявших выбор, этот показатель выше ( $p < 0,05$ ).

Вовлечённость наиболее тесно связана с показателями эмоционального благополучия (удовлетворённость жизнью) и неблагополучия (депрессия, выгорание), социальной поддержкой и эмоциональным копингом [6]. Следовательно, на изменение выбора может влиять меньшая удовлетворенность своей деятельностью, а также, желание улучшить результат для получения уверенности в своей состоятельности и принятия другими.

Провести сравнение данных групп студентов, изменивших свой выбор, не представилось возможным, по причине малого количества респондентов.

Для проверки гипотезы о связи компонентов стилей саморегуляции с показателями жизнестойкости и параметрами самоэффективности нами был проведен корреляционный анализ, который позволит выявить личностные особенности, являющиеся психологическим ресурсом, определяющим выбор стратегии самоорганизации респондентов.

Анализ взаимосвязей компонентов саморегуляции и параметров

самоэффективности в группе «выбор на повышение» показал, что чем более высоким уровнем самоэффективности обладает субъект, тем больше он склонен планировать свою деятельность ( $k=0,68$ ;  $p<0,05$ ). И тем большей продуктивности в достижении запланированного он достигает через оценку и сличение текущих результатов деятельности с планируемыми ( $k=0,68$ ;  $p<0,05$ ) (Таблица 3).

Таблица 3 КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ПАРАМЕТРОВ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ В ГРУППЕ «ВЫБОР НА ПОВЫШЕНИЕ»

Компоненты саморегуляции	Самоэффективность	p
Планирование	0,68	<0,05
Моделирование	0,64	–
Программирование	0,30	–
Оценка результатов	0,68	<0,05
Гибкость	-0,22	–
Самостоятельность	0,29	–
Общий уровень саморегуляции	0,86	<0,01

Сформированность системы осознанной саморегуляции деятельности положительно связана субъективным ощущением самоэффективности ( $k=0,86$ ;  $p<0,01$ ).

Обратимся к анализу взаимосвязей компонентов саморегуляции и показателей жизнестойкости (Таблица 4). Обнаруженные корреляционные связи позволяют сделать выводы, что уровень осознанного планирования деятельности напрямую связан с вовлеченностью в нее ( $k=0,75$ ;  $p<0,05$ ). Чем больше человек вовлечен в деятельность, тем меньшую гибкость имеют все его регуляторные процессы ( $k=-0,69$ ;  $p<0,05$ ). Общий уровень сформированности системы саморегуляции положительно связан с вовлеченностью ( $k=0,70$ ;  $p<0,05$ ), показателем контроля ( $k=0,69$ ;  $p<0,05$ ). Интегральный показатель жизнестойкости положительно связан с

планированием ( $k=0,68$ ;  $p<0,05$ ). Следовательно, чем большими ресурсами устойчивости обладает личность, тем выше уровень потребности в осознанном планировании деятельности и сформированность индивидуальных особенностей выдвижения и удержания целей, что снижает уязвимость субъекта для стрессовых ситуаций и определяет, в свою очередь, характер принимаемых им решений.

Таблица 4 КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ПОКАЗАТЕЛЕЙ ЖИЗНЕСТОЙКОСТИ В ГРУППЕ «ВЫБОР НА ПОВЫШЕНИЕ»

Компоненты саморегуляции	Вовлеченность	Контроль	Принятие риска	Жизнестойкость
Планирование	0,75*	0,58	0,57	0,68*
Моделирование	0,30	0,40	0,29	0,24
Программирование	0,04	0,02	-0,13	0,04
Оценка результатов	0,30	0,47	0,33	0,30
Гибкость	-0,69*	-0,30	-0,38	-0,60
Самостоятельность	0,31	-0,07	-0,08	0,04
Общий уровень	0,70*	0,69*	0,54	0,60
Примечание – * Коэффициент корреляции свидетельствует о значимости связи между обозначенными параметрами при $p<0,05$ ; ** – при $p<0,01$ ; красным цветом обозначены прямые корреляции; синим цветом обозначены обратные корреляции.				

В группе «выбор на повышение» статистически значимых взаимосвязей показателей самооффективности и жизнестойкости не выявлено.

По результатам корреляционного анализа компонентов стиля саморегуляции и параметров самооффективности группы «выбор на понижение» получены следующие данные (Таблица 5). Выявлена лишь одна статистически значимая обратная связь показателя самооффективности и самостоятельности ( $k=-0,63$ ;  $p<0,05$ ). Следовательно, студент данной группы руководство как источник помощи воспринимает с

трудом. Полагаясь только на свои силы (в которые он не очень верит из-за низкого субъективного ощущения личностной эффективности), студент отказывается от выбора на повышение сложности.

Таблица 5 КОРРЕЛЯЦИОННЫЙ АНАЛИЗ КОМПОНЕНТОВ САМОРЕГУЛЯЦИИ И ПАРАМЕТРОВ САМОЭФФЕКТИВНОСТИ В ГРУППЕ «ВЫБОР НА Понижение»

Компоненты саморегуляции	Самоэффективность	p
Планирование	-0,02	–
Моделирование	-0,23	–
Программирование	-0,39	–
Оценка результатов	0,46	–
Гибкость	-0,11	–
Самостоятельность	-0,63*	<0,05
Общий уровень	-0,02	–

Корреляционный анализ компонентов интегральных показателей жизнестойкости и стиля саморегуляции статистически значимых связей не выявил. Статистически значимых связей по параметру самоэффективности и компонентам жизнестойкости в данной группе респондентов так же не обнаружилось.

Анализ связей в группах студентов, изменивших свой первоначальный выбор, не проводился из-за недостаточного количества испытуемых. Но интересным на наш взгляд представляется тот факт, что на уровне тенденций в группе студентов, изменивших выбор на повышение сложности, просматриваются отрицательные связи компонентов саморегуляции, таких как планирование и самостоятельность, и параметров самоэффективности. Так же обратные связи на уровне тенденций наблюдаются между компонентами стиля саморегуляции и составными интегрального показателя жизнестойкости. Особенно интересна тенденция отрицательных связей принятия риска и большинства компонентов саморегуляции. Положительные тенденции просматриваются только в связи жизнестойкости и оценки результатов, самоэффективности и принятии риска. Данные наблюдения являются

предпосылками к выводу о том, что изменение выбора в сторону повышения сложности, связанного с освоением нового вида деятельности, сопровождается дефицитом саморегуляции или компенсаторными свойствами ее акцентуированных компонентов (оценка результатов), когда личностные особенности (жизнестойкость, самоэффективность) становятся существенным ресурсом для всей системы осознанной саморегуляции, что мы планируем проверить в дальнейших исследованиях.

В части обсуждения результатов исследования, важно отметить, что на первом этапе было выявлено, что выбор привычного задания – доминирующая стратегия студентов (59%). Данная модель выбора и ее объяснение студентами своего выбора согласуется с парадигмой выбора привычного – выбора нового [2].

По нашим данным, на этапе выбора психологические факторы определяют не столько тип задания, сколько субъективные основания, по которым выбор делается, что согласуется с результатами упоминавшегося исследования личностного выбора Д.А. Леонтьева и Е.Ю. Мандриковой, а также исследования психологических факторов саморегуляции Е.И. Рассказовой [7]. Модели исследований при этом значительно различались. В исследовании Д.А. Леонтьева и Е. Ю. Мандриковой речь шла о выборе деятельности на паре, мы использовали временной интервал в один семестр. Е.И. Рассказова в своем исследовании изучала второстепенную деятельность студентов в аспекте способности учитывать другие важные для них типы деятельности. В нашем исследовании деятельность была связана с профильным предметом для студентов и выполнением одного из самых академически важных проектов курса. Важным являлось то, что выбор для студентов был связан в большей мере с выбором нового вида деятельности, более сложного, в выполнении которого им предоставлялось научное руководство, или привычного – более легкого в реализации (с тем же условием).

Дополняя данные приведенных исследований, можно указать на то, что выбор нового/сложного обусловлен более высоким общим уровнем саморегуляции и оценкой результатов деятельности, снижением компенсаторной гибкости саморегуляции, позволяющей выбрать более простую в реализации стратегию. Так же данный выбор сопровождается большей самоэффективностью, жизнестойкостью, контролем, вовлеченностью в деятельность.

Выбор более привычного/простого может быть связан с понижением самоэффективности, жизнестойкости, контроля, общего уровня саморегуляции, оценки результатов деятельности и повышением компенсаторной гибкости и самостоятельности в саморегуляции.

Респонденты, изменившие свой первоначальный выбор, были менее вовлечены в свою деятельность. Изменение выбора можно объяснить желанием получать большее удовлетворение от своей деятельности.

Рассмотреть особенности стиля саморегуляции с учетом направления изменения выбора удалось лишь на уровне тенденций в группе студентов, изменивших выбор на повышение сложности проекта. В данной группе наблюдается снижение общего уровня саморегуляции, планирования, моделирования, программирования, гибкости и самостоятельности. При этом повышаются самоэффективность, принятие риска, оценка результатов и жизнестойкость. То есть изменение выбранного типа задания в сторону более сложного требует хорошо развитых процессов оценки результатов и сопровождается дефицитом регуляторного обеспечения. Это позволяет говорить об акцентуированном профиле саморегуляции респондентов данной группы, эффективность которого зависит от развитости личностных свойств, компенсирующих ее слабые стороны.

Эти наблюдения согласуются с результатами исследования Е.И. Рассказовой, согласно которым изменение деятельности является самостоятельным звеном саморегуляции, и обеспечивается

специфическими психологическими механизмами, не сводясь напрямую ни к саморегуляции на этапе реализации деятельности, ни к саморегуляции на этапе выбора [7].

«В основе зарождения любой новой деятельности лежит порождаемый развитием самой деятельности источник – надситуативная активность» [1, с.78]. Следовательно, для совершения выбора в пользу нового требуется ресурс жизнестойкости, дающий возможность изменить привычный способ действия и выйти за рамки адаптивной активности. Необходим отказ от прежней стратегии, слом регуляторных механизмов, и переход на новый уровень самодетерминации. Следовательно, чем больше человек убежден в том, что его действия повлияют на результат, тем больше он обретает способность отказаться от привычных внутренних схем и реализовать новый творческий замысел, готов действовать в отсутствие надежных гарантий успеха.

Затем, после «перехода» или изменения стратегии, субъект формирует новый стиль саморегуляции деятельности, и выбор «на повышение» становится для него приоритетным. Так, в группе «выбор на повышение» отчетливо прослеживаются уже устоявшиеся положительные связи планирования с вовлеченностью, жизнестойкостью и самоэффективностью; отрицательные связи гибкости и вовлеченности; положительные связи общего уровня саморегуляции с вовлеченностью, контролем и самоэффективностью. На наш взгляд, в данном исследовании выявленные эмпирические факты и наблюдаемые тенденции наглядно демонстрируют разные стратегии самоорганизации. Студенты, не изменившие свой выбор, демонстрируют адаптивную стратегию самоорганизации, основанную на устойчивой гармоничной (по формальному основанию в связи с состоянием структуры профиля) системе осознанной саморегуляции, но различающуюся по содержательным характеристикам: эффективной в группе «выбор на

повышение» и малоэффективной в группе «выбор на понижение». Студенты, изменившие свой выбор в сторону повышения сложности, демонстрируют неадаптивную стратегию самоорганизации, основанную на акцентуации стиля саморегуляции респондентов данной группы. Реализация данной стратегии опирается в большей мере на чувство самоэффективности субъекта и психологические ресурсы устойчивости, содержательно раскрывающиеся в компонентах интегрального показателя жизнестойкости, чем на регуляторные процессы деятельности. Данный вывод определяет перспективы дальнейшего изучения психологических факторов стратегий самоорганизации субъекта.

По результатам проведенного исследования нами были сформулированы следующие выводы.

1. Выбор студентами стратегии самоорганизации или ее изменение в ситуации вариативности предлагаемых учебных задач (сложность, новизна) обусловлен личностными особенностями.

2. Стратегии самоорганизации субъекта учебной деятельности обусловлены личностными особенностями: стиль саморегуляции, параметры жизнестойкости и самоэффективности.

3. Студенты, выбравшие вид учебной деятельности, отличающийся новизной и большей сложностью в выполнении, характеризуются более высоким уровнем сформированности системы осознанной саморегуляции и произвольной активности. Им в большей степени свойственна адекватность в оценивании себя, результатов своей деятельности и поведения. Они отличаются более высоким общим уровнем жизнестойкости, вовлеченности в деятельность, контролем жизнестойкости и более высоким уровнем субъективного ощущения личностной эффективности.

4. Решение об изменении сделанного выбора учебного задания связано с низким уровнем вовлеченности и с эмоциональной

неудовлетворенностью личности своей деятельностью. Этап перехода или смены вида деятельности является самостоятельным звеном саморегуляции и сопровождается ее общим снижением на фоне увеличения оценки результатов деятельности, принятия риска, самоэффективности и жизнестойкости.

5. Продуктивность выполняемой учебной деятельности достигает наивысшего значения при наличии сформированной системы осознанной саморегуляции, важными составляющими которой являются планирование и способность к оценке результатов; а так же субъективного ощущения личностной эффективности, жизнестойкости.

#### **Список источников:**

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека : учеб. / А.Г. Асмолов. – 4-е изд., испр. – М : Смысл : Академия, 2010. – 448 с.
2. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю. Моделирование «экзистенциальной диллемы» : эмпирическое исследование личностного выбора / Д.А. Леонтьев, Е.Ю. Мандрикова // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология. 2005. – С. 259-260
3. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал как потенциал саморегуляции /Д.А. Леонтьев // Личностный потенциал: структура и диагностика / Под ред. Д.А. Леонтьева. – Смысл М, 2011. – С. 107-130
4. Моросанова В.И. Психическая саморегуляция в становлении субъектности человека / В.И. Моросанова // Психология субъекта и психология человеческого бытия / Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикиной, Е.А. Сергиенко. Краснодар, 2010. – С.79-95
5. Моросанова В.И. Психология саморегуляции: учебное пособие. / В.И. Моросанова – М. ; СПб. : Нестор-Истрия, 2012. – 280 с.
6. Осин Е.Н. Факторная структура краткой версии Теста жизнестойкости / Е.Н. Осин // Организационная психология. 2013. - Т. 3. - №3. – С. 42-60
7. Рассказова Е.И. Психологические факторы саморегуляции на разных этапах выполнения учебного задания / Е.И. Рассказова // Психологический журнал. – 2010. - Т.32. - № 2. – С. 36-47
8. Рябикина З.И. Особенности современности: изменчивая реальность и гибкая личностная идентичность / З.И. Рябикина // Личность и бытие: человек как субъект социокультурной реальности: Материалы Всерос. Науч.-практ. Конф. / Под ред. З.И. Рябикиной, В.В. Знакова. – Краснодар: КубГУ, 2016. – С.15-20
9. Рябикина З.И. Субъектно-бытийный подход к личности как основание для интерпретации ее со-бытия / З.И. Рябикина // Личность и бытие : проблемы, закономерности и феноменология со-бытийности. Краснодар, 2012. С. 46–50

**References:**

1. Asmolov A.G. Psihologija lichnosti: kul'turno-istoricheskoe ponimanie razvitija cheloveka : ucheb. / A.G. Asmolov. – 4-e izd., ispr. – M : Smysl : Akademija, 2010. – 448 s.
2. Leont'ev D.A., Mandrikova E.Ju. Modelirovanie «jekzistencial'noj dillemy» : jempiricheskoe issledovanie lichnostnogo vybora / D.A. Leont'ev, E.Ju. Mandrikova // Vestnik Moskovskogo universiteta. Ser. 14. Psihologija. 2005. – S. 259-260
3. Leont'ev D.A. Lichnostnyj potencial kak potencial samoreguljarii /D.A. Leont'ev // Lichnostnyj potencial: struktura i diagnostika / Pod red. D.A. Leont'eva. – Smysl M, 2011. – S. 107-130
4. Morosanova V.I. Psihicheskaja samoreguljacija v stanovlenii sub#ektnosti cheloveka / V.I. Morosanova // Psihologija sub#ekta i psihologija chelovecheskogo bytija / Pod red. V.V. Znakova, Z.I. Rjabikinoj, E.A. Sergienko. Krasnodar, 2010. – S.79-95
5. Morosanova V.I. Psihologija samoreguljarii: uchebnoe posobie. / V.I. Morosanova – M. ; SPb. : Nestor-Istrija, 2012. – 280 s.
6. Osin E.N. Faktornaja struktura kratkoj versii Testa zhiznestojkosti / E.N. Osin // Organizacionnaja psihologija. 2013. - T. 3. - №3. – S. 42-60
7. Rasskazova E.I. Psihologicheskie faktory samoreguljarii na raznyh jetapah vypolnenija uchebnogo zadanija / E.I. Rasskazova // Psihologicheskij zhurnal. – 2010. - T.32. - № 2. – S. 36-47
8. Rjabikina Z.I. Osobennosti sovremennosti: izmenchivaja real'nost' i gibkaja lichnostnaja identichnost' / Z.I. Rjabikina // Lichnost' i bytie: chelovek kak sub#ekt sociokul'turnoj real'nosti: Materialy Vseros. Nauch.-prakt. Konf. / Pod red. Z.I. Rjabikinoj, V.V. Znakova. – Krasnodar: KubGU, 2016. – S.15-20
9. Rjabikina Z.I. Sub#ektno-bytijnyj podhod k lichnosti kak osnovanie dlja interpretacii ee so-bytija / Z.I. Rjabikina // Lichnost' i bytie : problemy, zakonomernosti i fenomenologija so-bytijnosti. Krasnodar, 2012. S. 46–50