

ПСИХОЛОГИЯ

УДК 159.923.2

М. В. Шабаловская, Т. Г. Бохан, И. Ю. Малкова, Л. В. Радишевская

САМОРЕГУЛЯЦИЯ КАК КРИТЕРИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ГОТОВНОСТИ К УСПЕШНОМУ ОСВОЕНИЮ ФАЗ НАУЧНО-ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ МОЛОДЫХ УЧЕНЫХ¹

Представлены результаты исследования саморегуляции поведения как критерия психологической готовности к успешному осуществлению научно-исследовательской деятельности. Наиболее выражены у молодых ученых процессы планирования и оценивания результатов в профиле саморегуляции. Выделены два фактора, указывающие на особенности стилей саморегуляции молодых ученых. Установлены гендерные различия в показателях процесса планирования. Выявлено, что аспиранты, в отличие от магистров, более самостоятельно формируют программу собственных действий для реализации задач научно-исследовательской деятельности.

Ключевые слова: *психологическая готовность, научно-исследовательская деятельность, саморегуляция, молодые ученые.*

В научно-образовательных центрах России актуальным является создание высокоэффективной культурной, образовательной, научной и инновационной среды, обеспечивающей эффективную подготовку инновационно активных специалистов для наукоемких и высокотехнологичных отраслей экономики, способных к предпринимательской деятельности, выходу во взаимодействие с поясом инновационного окружения на мировой уровень по заявленным приоритетным направлениям развития науки, техники и технологий. Важным показателем такой подготовки является готовность высокообразованной молодежи к продуктивной научно-исследовательской деятельности, ее практической реализации.

На сегодняшний день научно-исследовательская деятельность носит инновационную направленность, изучением которой занимаются разработчики теории психологических систем [1], в которой инновационное поведение связано с определением человека как целостной открытой саморазвивающейся системы.

Психологическая готовность рассматривается как сложное комплексное психическое образование, как сплав функциональных, операциональных и личностных компонентов, имеющий динамичную структуру с функциональными зависимостями [2, 3], как целостное системное личностное образование, проявляющееся как качество личности и обеспечивающее целенаправленное развитие и изменение личности для эффективного выполнения будущей профессиональной научной деятельности [4]. Психологическая готовность представляет единство когнитивного, аффективного и деятельностного компонентов [5]. Именно деятельностный компонент представляет для нас наибольший интерес.

В рамках концептуальной модели динамической структуры деятельности Р. Х. Шакуров [6] выделяет основные фазы деятельности (ориентировочную, программирование, реализа-

¹ Исследование выполнено при финансовой поддержке РФНФ. Проект «Психологические барьеры в научно-исследовательской деятельности и практической реализации ее результатов у молодых ученых» № 15-16-70001.

ция программы, контрольно-корректировочную), главную роль в динамизации которых играют барьеры. Он считает, что «именно барьеры, мешающие удовлетворению потребностей, дают импульс к движению деятельности, обуславливают содержание и смену ее фаз». На каждой фазе решаются определенные задачи. Первая фаза начинается с актуализации потребностей и операционализации системы. Здесь характерны трудности ценностно-информационного характера, проявляющиеся в нехватке или отсутствии информации о необходимых ценностях и возможностях получения доступа к ним в данной ситуации. На этой фазе происходит: 1) сбор информации и анализ ситуации с позиций наличия в ней желанных ценностей, необходимых для удовлетворения потребностей, и выяснения условий получения доступа к этим ценностям (содержания операционных барьеров и средств их преодоления); 2) первоначальный анализ барьеров и оценка вероятности успеха в их преодолении (прогноз); 3) целеобразование; 4) решение о продолжении деятельности. Однако цель еще диффузна, аморфна. На второй фазе программирования формируются конкретная цель и план последующих действий, принимается решение о реализации программы. Основными трудностями, стимулирующими активность субъекта, являются структурно-информационные. Реализация программы происходит на третьей фазе и состоит из исполнительских действий, стимулируемых предметно-преобразовательным барьером. Для этой фазы характерна уверенность в достижении цели, однако могут возникать трудно преодолимые или даже непреодолимые барьеры, сводящие к нулю надежду на успех, что может повлиять на прекращение деятельности и вызвать психологические переживания. Последняя фаза включает контрольно-корректировочные действия, когда человек контролирует, оценивает и корректирует свои действия и их результаты. На данной стадии действует барьер рассогласования (несоответствие результата деятельности заданным в программе требованиям). Позитивные результаты деятельности выражаются в получении доступа к желанным ценностям, в достижении цели и в чувстве удовлетворенности. В научно-исследовательской деятельности успешное освоение выделенных фаз зависит от многих психологических факторов, одним из которых является сформированная система осознанного регулирования собственного поведения [7].

По мнению В. И. Моросановой, особенности того, как человек планирует свою деятельность, программирует достижение поставленной цели, «учитывает значимые внешние и внутренние условия, оценивает и корректирует свою активность для получения субъективно приемлемых результатов» [8], отражаются в индивидуальном стиле саморегуляции поведения.

Способность к саморегуляции обеспечивает автономность и осознанный характер деятельности субъекта [9, 10].

Саморегуляция является основой для формирования индивидуальных стилей конкретных видов деятельности и реализации различных видов активности. Высокий уровень регуляторных процессов саморегуляции личности позволяет успешно проходить все фазы деятельности и преодолевать возникающие барьеры разных типов. Согласно В. И. Моросановой [11], индивидуальный стиль саморегуляции характеризуется комплексом индивидуально-типических, стилевых особенностей саморегуляции, к которым относятся индивидуальные особенности регуляторных процессов планирования целей произвольной активности, моделирования значимых условий их достижения, программирования действий, оценки и коррекции результатов, реализующих основные звенья саморегуляции.

Методы и выборка исследования. В исследовании использована методика В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) [11]. Проведена статистическая обработка в программе SPSS Statistics 17.0 с помощью метода анализа частот, метода сравнения

(критерий Манна – Уитни), факторного анализа. В исследовании принимали участие 88 молодых ученых: аспиранты (65) и магистры, задействованные в научно-исследовательской работе (23). Из них 37 мужчин и 51 женщина.

Результаты и их обсуждение.

Таблица 1

*Уровень выраженности компонентов саморегуляции поведения у молодых ученых
(% от количества респондентов)*

Регуляторный процесс	Уровень саморегуляции		
	низкий	средний	высокий
Планирование	17,0	36,3	45,6
Моделирование	16,0	44,3	39,7
Программирование	23,9	47,7	28,4
Оценивание результатов	9,1	53,4	37,5
Гибкость	28,4	50,0	21,6
Самостоятельность	26,1	52,3	21,6
Общий уровень саморегуляции	17,0	54,5	28,0

Исходя из табл. 1 у 45,6 % респондентов выявлены высокие показатели по шкале «планирование», это свидетельствует о сформированности потребностей в осознанном планировании деятельности, планы достаточно реалистичны, детализированы, иерархичны, действенны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно. У 17 % испытуемых – низкие показателями, т. е. потребность в планировании развита слабо, планы подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает достигнута. Планирование характеризует индивидуальные особенности целеполагания и удержания целей, уровень сформированности у человека осознанного планирования деятельности.

Моделирование позволяет диагностировать индивидуальную развитость представлений о системе внешних и внутренних значимых условий, степень их осознанности, детализированности и адекватности. С высокими показателями моделирования 39,7 % испытуемых, т. е. они способны выделять значимые условия достижения целей как в текущей ситуации, так и в перспективе, что проявляется в адекватности программ действий планам деятельности, соответствии получаемых результатов принятым целям. У 14 % испытуемых выявлены низкие показатели, что говорит о слабой сформированности процессов моделирования.

Программирование диагностирует индивидуальную развитость осознанного программирования человеком своих действий. Высокие показатели по этой шкале выявлены у 28,4 % респондентов, это свидетельствует о сформированности потребности продумывать способы своих действий и поведения для достижения намеченных целей. Низкие показатели по шкале программирования выявлены у 23,9 % респондентов, что указывает на неумение и нежелание продумывать последовательность своих действий. Такие испытуемые предпочитают действовать импульсивно, они не могут самостоятельно сформировать программу действий, часто сталкиваются с неадекватностью полученных результатов целям деятельности.

Оценивание результатов характеризует индивидуальную развитость и адекватность оценки испытуемым себя и результатов своей деятельности и поведения. Высокие показатели по этой шкале выявлены у 37,5 % молодых ученых, что свидетельствует о развитости и адекватности самооценки, сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки успешности достижения результатов, что способствует принятию решения либо продолжению активности с прежней интенсивностью и в прежнем направлении, либо внесению коррективов в произвольную активность [8]. У 9,1 % испытуемых – низкие показатели по данной шкале, что говорит о некритичности к своим действиям. Субъективные

критерии успешности недостаточно устойчивы, что ведет к резкому ухудшению качества результатов.

Регуляторно-личностные процессы саморегуляции, такие как гибкость и самостоятельность, недостаточно выражены у большинства респондентов; 28,4 % респондентов демонстрируют низкий уровень сформированности регуляторной гибкости, у них вызывают трудности перемены в жизни, смена обстановки и образа жизни. Испытуемые с высокими показателями по шкале гибкости (21,6 %) демонстрируют пластичность всех регуляторных процессов. В отношении автономии – 21,6 % респондентов проявляют высокий уровень автономности в организации собственной активности, самостоятельно планируют деятельность, в том числе исследовательскую. В то же время 26,1 % испытуемых демонстрируют низкие показатели по шкале самостоятельности, они зависимы от мнений и оценок окружающих, собственные планы и программы действий разрабатываются несамостоятельно, часто некритично следуют чужим советам.

Общий уровень саморегуляции характеризует общий уровень сформированности индивидуальной системы осознанной саморегуляции произвольной активности человека. Большинство молодых ученых демонстрируют средний уровень общей саморегуляции. Для 28 % респондентов характерен высокий уровень осознанной саморегуляции, они более уверенно чувствуют себя в незнакомых ситуациях, стабильнее их успехи в привычных видах деятельности. Слабая же сформированность процессов саморегуляции становится препятствием для высоких достижений в научно-исследовательской деятельности на всех ее фазах.

С помощью непараметрического критерия Манна – Уитни выявлены различия в показателях регуляторных процессов среди представителей мужской и женской выборок, а также у аспирантов и магистров. По шкале «планирование» установлены достоверные различия между мужчинами и женщинами ($p = 0,03$). У мужчин показатели планирования достоверно выше, чем у женщин. По остальным регуляторным процессам достоверных различий не выявлено. У аспирантов и магистров выявлены достоверные различия по шкале «программирование» ($p = 0,04$). У магистров показатели программирования достоверно ниже, чем в группе аспирантов.

С помощью факторного анализа с веримакс-вращением показателей всех компонентов саморегуляции было выявлено два значимых фактора, указывающих на особенности стилей саморегуляции данной выборки респондентов (табл. 2).

Таблица 2

Факторные нагрузки компонентов саморегуляции

Регуляторный процесс	Фактор	
	1	2
Планирование	0,125	0,713**
Моделирование	0,887**	- 0,027
Программирование	0,329	0,710**
Оценивание результатов	0,708**	0,172
Гибкость	0,516*	0,308
Самостоятельность	- 0,296	0,692**

Примечание: * – уровень значимости $p < 0,05$; ** – уровень значимости $p < 0,01$.

Первый фактор представлен положительными связями таких показателей саморегуляции, как «моделирование», «оценивание результатов» деятельности и «гибкость», в соответствии с этим фактор был назван «гибкость в поиске решений и оценке результатов».

Данные результаты свидетельствуют о том, что молодые ученые проявляют гибкость в процессе выбора собственных действий при достижении целей, они могут быстро перестраивать свое поведение под меняющиеся условия научной деятельности. Кроме того, гибкость проявляется и в оценке результатов собственных действий. Аспиранты и магистры конструируют новые задачи и способы преодоления проблем в процессе исследовательской работы. Второй фактор включает показатели планирования, программирования и самостоятельности с положительными связями. Данный фактор был назван «самостоятельность в постановке целей». Самостоятельность как регуляторно-личностный процесс саморегуляции связан с процессами планирования и программирования. Молодые ученые проявляют автономность в постановке целей, разработке программы действий.

Выводы

1. Основные регуляторные процессы (планирование, моделирование, программирование, оценка результатов) в группе респондентов чаще представлены в пределах среднего уровня развития. Высокие показатели процессов планирования, моделирования и оценивания результатов у молодых ученых говорят о готовности к успешному освоению фаз научно-исследовательской деятельности.

2. Аспиранты, по сравнению с магистрами, имеют более высокий уровень программирования, свидетельствующий об успешной постановке и решении проективных задач в процессе научно-исследовательской деятельности. У мужчин, по сравнению с женщинами, преобладает процесс планирования, который выражается в постановке реалистичных, детальных и достаточно устойчивых целей.

3. Установлена пластичность в конструировании нового, не существующего ранее; в корректировке собственных результатов деятельности. Проявляется самостоятельность в целеобразовании, что и является одной из важных задач успешного освоения фаз научно-исследовательской деятельности.

Список литературы

1. Ключко В. Е., Галажинский Э. В. Психология инновационного поведения. Томск: Томский гос. ун-т, 2009. 240 с.
2. Деркач А. А. Акмеологические основы развития профессионала. М.: Изд-во Московского психолого-социального ин-та; Воронеж НПО «МОДЭК», 2004. 752 с.
3. Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека. М.: Изд. корпорация «Логос», 1996. 320 с.
4. Шипилова Е. В. Формирование психологической готовности студентов-психологов к профессиональной деятельности: дис. ... канд. психол. наук. М., 2007. 226 с.
5. Францева Е. Н. Психологическая готовность к инновациям в профессионально-педагогической деятельности у будущих учителей: дис. ... канд. психол. наук. Армавир, 2003. 153 с.
6. Шакуров Р. Х. Барьер как категория и его роль в деятельности // *Вопр. психологии*. 2001. № 1. С. 3–18.
7. Шабаловская М. В. Роль ментальности в развитии произвольной активности личности // *Вестн. Томского гос. пед. ун-та (TSPU Bulletin)*. 2007. № 10 (73). С. 64–67.
8. Моросанова В. И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // *Психол. журн*. 2002. Т. 23. № 26. С. 5–17.
9. Конопкин О. А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека: структурно-функциональный аспект // *Вопр. психологии*. 1995. № 1. С. 5–12.
10. Ильин А. Н. Антропология субъекта [Электронный ресурс] // Информационный гуманитарный портал «Знание. Понимание. Умение». 2010. № 1. Философия. Политология. URL: <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2010/1/ilyin/> (дата обращения: 29.01.2016).
11. Моросанова В. И. Опросник «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ): Руководство. М.: Когито-Центр, 2004. 44 с.

Шабаловская М. В., кандидат психологических наук, доцент.

Сибирский государственный медицинский университет.

Московский тр-т, 2, Томск, Россия, 634050.

Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050.

E-mail: m_sha79@mail.ru

Бохан Т. Г., доктор психологических наук, доцент, зав. кафедрой.

Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050.

E-mail: btg960@sibmail.com

Малкова И. Ю., доктор педагогических наук, доцент, профессор.

Национальный исследовательский Томский государственный университет.

Пр. Ленина, 36, Томск, Россия, 634050.

E-mail: malkovoi@yandex.ua

Радишевская Л. В., кандидат философских наук, доцент.

Томский государственный университет систем управления и радиоэлектроники.

Пр. Ленина, 40, Томск, Россия, 634050.

E-mail: Radishevskaya_LV@sibmail.com

Материал поступил в редакцию 26.01.2016.

M. V. Shabalovskaya, T. G. Bokhan, I. Yu. Malkova, L. V. Radishevskaya

SELF-REGULATION AS A CRITERION OF PSYCHOLOGICAL READINESS TO SUCCESSFUL MASTERING THE PHASES OF RESEARCH ACTIVITY OF YOUNG SCIENTISTS

The results of study of self-regulation of behaviour as a criterion of psychological readiness to successful implementation of research activity are presented. The main phases of research activity within conceptual model of the activity dynamic structure by R. Kh. Shakurov are considered. The study sample included 88 postgraduate students and masters engaged in research work. For revealing the features of the processes of self-regulation of young scientists' behavior, "Style of Self-Regulation of Behavior" technique by V. I. Morosanova was used. Processes of planning and estimation of results are the most expressed ones in young scientists' profile of self-regulation. Two factors, tentatively named "flexibility in search for decisions and estimation of results" and "independence in goal setting", indicating features of styles of self-regulation of young scientists have been distinguished. Gender differences in indicators of the process of planning have been established. Young scientists of male sample had more developed individual features of goal setting and goal retention. It has been revealed that postgraduate students, as opposed to the masters, are forming their program of actions for implementation of tasks of research activity more independently.

Key words: *psychological readiness, research activity, self-regulation, junior scientists.*

References

1. Klochko V. E., Galazhinskiy E. V. *Psikhologiya innovatsionnogo povedeniya* [Psychology of innovative behavior]. Tomsk, Tomskiy gosudarstvennyy universitet Publ., 2009. 240 p. (in Russian).
2. Derkach A. A. *Akmeologicheskiye osnovy razvitiya professionala* [Akmeological bases for professional development]. Moscow, Moskovskiy psikhologo-sotsial'nyy institut: NPO "MODEK" Publ., 2004. 752 p. (in Russian).

3. Shadrikov V. D. *Psikhologiya deyatel'nosti i sposobnosti cheloveka* [Psychology activity and person's ability]. Moscow, Logos Publ., 1996. 320 p. (in Russian).
4. Shipilova E. V. *Formirovaniye psikhologicheskoy gotovnosti studentov-psikhologov k professional'noy deyatel'nosti: Dis. kand. psikhol. nauk* [Formation of psychological readiness of students-psychologists to professional activity. Thesis of cand. psychol. sci.]. Moscow, 2007. 226 p. (in Russian).
5. Frantseva E. N. *Psikhologicheskaya gotovnost' k innovatsiyam v professional'no-pedagogicheskoy deyatel'nosti u budushchikh uchiteley: Dis. kand. psikhol. nauk* [Psychological readiness to innovations in professional and educational activities of the future teachers. Thesis of cand. psychol. sci.]. Armavir, 2003. 153 p. (in Russian).
6. Shakurov R. Kh. Bar'er kak kategoriya i ego rol' v deyatel'nosti [The barrier as the category and its role in activity]. *Voprosy psikhologii – Questions of Psychology*, 2001, no. 1, pp. 3–18 (in Russian).
7. Shabalovskaya M. V. Rol' mental'nosti v razvitii proizvol'noy aktivnosti lichnosti [The role of mentality in any activity of the individual development]. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta – TSPU Bulletin*, 2007, no. 10 (73), pp. 64–67 (in Russian).
8. Morosanova V. I. Lichnostnye aspekty samoregulyatsii proizvol'noy aktivnosti cheloveka [Personal aspects of self-regulation of any human activity]. *Psikhologicheskij zhurnal – Psychological Journal*, 2002, vol. 23, no. 26, pp. 5–17 (in Russian).
9. Konopkin O. A. Psikhicheskaya samoregulyatsiya proizvol'noy aktivnosti cheloveka: strukturno-funktsional'nyy aspekt [Psychic Self-Regulation of any human activity: structural and functional aspect]. *Voprosy psikhologii – Questions of Psychology*, 1995, no. 1, pp. 5–12 (in Russian).
10. Il'in A. N. Antropologiya sub'ekta [Anthropology subject]. *Informatsionnyy gumanitarnyy portal "Znaniye. Ponimaniye. Umeniye"* [Information Humanitarian Portal "Knowledge. Understanding. Skill"]. 2010, no. 1. *Filosofiya. Politologiya*. URL: <http://www.zpu-journal.ru/e-zpu/2010/1/ilyin/> (accessed 29 January 2016) (in Russian).
11. Morosanova V. I. *Oprosnik "Stil' samoregulyatsii povedeniya" (SSPM): Rukovodstvo* [Questionnaire "My self-regulation of behavior" (MPF): Manual]. Moscow, Kogito-Tsentr Publ., 2004. 44 p. (in Russian).

Shabalovskaya M. V.
Siberian State Medical University.
Moskovskiy tr-t, 2, Tomsk, Russia, 634050.
National Research Tomsk State University.
Pr. Lenina, 36, Tomsk, Russia, 634050.
E-mail: m_sha79@mail.ru

Bokhan T. G.
National Research Tomsk State University.
Pr. Lenina, 36, Tomsk, Russia, 634050.
E-mail: btg960@sibmail.com

Malkova I. Yu.
National Research Tomsk State University.
Pr. Lenina, 36, Tomsk, Russia, 634050.
E-mail: malkovoi@yandex.ua

Radishevskaya L. V.
Tomsk State University of Control Systems and Radioelectronics.
Pr. Lenina, 40, Tomsk, Russia, 634050.
E-mail: Radishevskaya_LV@sibmail.com