

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ДИНАМІКИ ЦІННІСНО-СМИСЛОВИХ ОРІЄНТАЦІЙ КУРСАНТІВ ВИЩИХ ВІЙСЬКОВИХ НАВЧАЛЬНИХ ЗАКЛАДІВ В КОНТЕКСТІ РОЗВИТКУ ЇХ ПСИХІЧНОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ

Обговорюється проблема вивчення динаміки ціннісно-смислових орієнтацій курсантів в контексті розвитку їх психічної саморегуляції. Розглядаються ціннісно-смислові орієнтації як перспективний напрямок розвитку мультирегуляторного підходу. Пропонується методика вивчення смислових пріоритетів.

Ключові слова: ціннісно-смислові орієнтації, курсант, смисловий пріоритет.

Обсуждается проблема изучения динамики ценностно-смысловых ориентаций курсантов в контексте развития их психической саморегуляции. Рассматриваются ценностно-смысловые ориентации как перспективное направление развития мультирегуляторного подхода. Предлагается методика изучения смысловых приоритетов.

Ключевые слова: ценностно-смысловые ориентации, курсант, смысловой приоритет.

The problem of study of dynamics of valued-semantic orientations of cadets in the context of development of their self-regulation comes into question. The valued-semantic orientations as perspective direction of development of multi-regulation approach are considered. The method of study of semantic priorities is offered.

Key words: valued-semantic orientations, cadet, semantic priority.

Постановка проблеми у загальному вигляді. Проблема вивчення динаміки ціннісно-смислових орієнтацій курсантів в контексті розвитку їх психічної саморегуляції є актуальною у безперервному процесі пошуку шляхів підтримки їх особистісного зростання в процесі навчання у ВВНЗ. Положення теорії психічної саморегуляції людини розвивалися в межах різних методологічних підходів: системного та функціонального (П. Анохін, О. Конопкін, В. Мерлін, В. Русалов та ін.), мотиваційного та регуляційного (Г. Айзенк, Л. Виготський, К. Левін, В. Франкл та ін.), соціально-когнітивного та диспозиційного (Д. Аткинсон, А. Бандура, Д. Макклеланд, Дж. Роттер, Д. Узнадзе, Г. Хекхаузен та ін.). У військовій психології проблема психічної саморегуляції розглядалась у напрямку забезпечення емоційно-вольової стійкості військовослужбовців (В. Бодров, О. Караяні, В. Лефтеров, О. Маклаков, О. Тімченко та ін.). Визнаючи досягнення різних наукових підходів щодо з'ясування механізмів регуляції поведінки людини, необхідно констатувати певну їх обмеженість щодо опису варіативності проявів поведінки особистості, її саморегуляції.

Аналіз рівнів та структурно-функціональних моделей психічної саморегуляції різних психологічних шкіл свідчить про їх самодостатність, яка не завадила широкому впровадженню в психологічних дослідженнях таких феноменів регуляторних процесів як самоконтроль, диспозиція, локус контролю, інтроверсія, каузальна атрибуція, термінальні та інструментальні цінності, ціннісні орієнтації, соціальні норми тощо. Ціннісно-смислові орієнтації, виражаючи характер ставлення людини до різних аспектів матеріального й духовного світу, посідають істотне місце у структурі особистості, відображають рівень її розвитку, здійснюють регуляцію діяльності та поведінки. Разом із тим у психологічній літературі поки що немає достатніх даних про змістовні та структурно-динамічні характеристики системи ціннісних орієнтацій курсантів ВВНЗ різних спеціальностей; про взаємозв'язок ціннісних і смислових орієнтацій з іншими особистісними якостями. Це ускладнює отримання цілісного уявлення про особистість і духовний потенціал майбутніх офіцерів. У психологічній літературі недостатньо даних про характер та особливості впливу навчально-виховного процесу на формування ціннісних та смислових орієнтацій, особистісне зростання курсантів, формування професійно-значущої ієрархії ціннісних орієнтацій майбутніх офіцерів.

Аналіз останніх досліджень та публікацій. Психічна саморегуляція як система регуляції активності людини розглядалась дослідниками різних психологічних шкіл (Г. Айзенк, П. Анохін, А. Бандура, Н. Бернштейн, М. Магомед-Емінов, В. Мерлін, Г. Нікіфоров, А. Реан, Дж. Роттер, В. Русалов, В. Франкл, Д. Узнадзе, Г. Хекхаузен та ін.). Методологічні підходи щодо визначення рівнів психічної саморегуляції розвивалися в напрямку розробки якісних показників, починаючи з ідеї І. Сеченова про зворотній зв'язок через «темне м'язове відчуття», пропріорецепцію м'язів як механізм саморегуляції поведінки та предметних дій: нейродинамічний, психодинамічний та особистісний (В. Мерлін, В. Русалов); внутрішній та зовнішній (А. Бандура, Дж. Роттер); диспозиції рівнів розвитку особистості (Д. Узнадзе, Д. Ядов); орієнтація на стан та дію (Ю. Куль, Г. Хекхаузен); потребнісний, ціннісний та смисловий (Д. Леонт'єв, В. Франкл). Для структурно-функціональних моделей психічної саморегуляції головним психологічним механізмом саморегуляції було визначено самоконтроль людини та його взаємозв'язок з еталонами соціальної поведінки (П. Анохін, О. Конопкін, Г. Нікіфоров, В. Моросанова).

Мета статті - ознайомити з результатами емпіричного дослідження динаміки ціннісно-смислових орієнтацій курсантів ВВНЗ в контексті розвитку їх психічної саморегуляції.

Виклад основного матеріалу. Аналіз літературних джерел (Ю. Куль, Д. Леонт'єв, Дж. Роттер, В. Іванников, Г. Хекхаузен та ін.) дозволив виявити найбільш вагомий складовий регуляторного процесу, а саме мотиваційну, диспозиційну та атрибутивну. Ці складові репрезентують мотиваційний та регуляційний підходи до вивчення проблеми саморегуляції в психологічній науці та складають основу мультирегуляторного підходу.

Важливим напрямком розвитку мультирегуляторного підходу є психологічний аналіз наявних цінностей та смислів молоді людини з метою визначення особистісного потенціалу в контексті розвитку психічної саморегуляції курсантів. За свідченням Д. Леонт'єва, особистісні цінності є стійким мотиваційним утворенням, їх мотиваційний вплив не обмежується конкретною діяльністю, ситуацією, вони впливають на життєдіяльність у цілому та

мають високу ступінь стабільності [3, с.225]. На наш погляд, відомі стандартизовані підходи Д. Леонтєва і М.Рокича до визначення ціннісно-смыслових орієнтацій певною мірою обмежують аналіз їх потенціалу, тому є необхідність їх доповнення проєктивними методами, що надають можливість вільного формулювання смислів. Аналіз вільно сформульованих смислів дозволить розширити арсенал психологічного інструментарію для вивчення психологічних особливостей динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів ВВНЗ.

З метою психологічного вивчення динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів в процесі навчання ВВНЗ було використано порівняльний метод. Було створено два емпіричних комплекси:

курсантів 1-го та 3-го курсів спеціальності “Психологія” – для порівняння ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів з метою виявлення їх динаміки в процесі навчання;

курсантів 3-го курсу спеціальностей “Психологія” та “Фінанси” – для визначення відмінностей у ціннісно-смыслових орієнтаціях курсантів, що пов’язані з різними умовами навчання.

Крім того, було проаналізовано гендерні відмінності ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів 1-го та 3-го курсів спеціальності “Психологія”.

З метою реалізації завдань дослідження був використаний комплекс таких методів: теоретичні (оглядово-аналітичне дослідження психологічної літератури) – для з’ясування ступеню вивчення проблем психічної саморегуляції та ціннісно-смыслових орієнтацій в психологічних дослідженнях; емпіричні: тестування опитувальник “Тест смисложиттєвих орієнтацій” (“Ціль у житті” (Purpose-in-Life Test, PIL) Дж. Крамбо та Л. Махоліка) в адаптації Д. Леонтєва), опитувальник “Ціннісні орієнтації М. Рокича, проєктивна анкета – для вивчення ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів; методи статистичної обробки експериментальних даних: кореляційний аналіз за критерієм Пірсона, однофакторний дисперсійний аналіз за t-критерієм Стьюдента – для статистичної обробки результатів емпіричного дослідження, виявлення кореляційних зв’язків між змінними, виявлення індивідуально-психологічних відмінностей.

Загальна вибірка складала 70 осіб, які були курсантами Військового інституту Київського національного університету імені Тараса Шевченка віком 17-20 років, з них 65% склали курсанти-чоловіки і 35% - курсанти-жінки.

Під час проведення емпіричного дослідження психологічних особливостей динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів ВВНЗ було здійснено поєднання методологічних підходів В. Франкла і Д. Леонтєва. Застосування принципів логотерапії і проєктивної рефлексії минулого, сьогодення і майбутнього мало за мету визначити смислові пріоритети курсантів, які певним чином можна буде використати у вивченні психологічних особливостей динаміки їх ціннісно-смыслових орієнтацій в процесі навчання. Для проведення психологічного вивчення ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів було розроблено проєктивну анкету, що передбачала вільні відповіді на запитання:

1. Десять подій, які зроблять моє життя значущим, прожитим не даремно.
2. Мрії мого життя.
3. Цілі мого життя (конкретно, плани).
4. Хто я? (Я – це...)
5. Без чого я – не я?
6. Мої хобі.
7. Як я можу реалізувати свої хобі у військовій службі?
8. Остання книга, яку я прочитав («для себе», не за програмою)?
9. Як я люблю проводити свій вільний час?
10. Хто і що сприяє моїй самореалізації і що мені заважає на шляху до цілі?
11. Ким я себе бачу через 20 років?
12. З найбільш приємних і 3 найбільш неприємних моменти, пов’язаних із військовою службою?
13. Що я роблю для реалізації моїх планів вже зараз?
14. Професійні плани на найближчі кілька років?

Контент-аналіз відповідей на анкету дозволив окреслити смислові пріоритети курсантів, які, на наш погляд, можуть певним чином характеризувати психологічні особливості динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів в процесі подальшого навчання.

Аналіз відповідей на анкету дозволив окреслити смислові пріоритети курсантів, які, на наш погляд, можуть певним чином характеризувати психологічні особливості динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів в процесі подальшого навчання. Так найбільш вагомими пріоритетами були визначені “освіта”, “сім’я, діти”, “улюблена робота”, “військова служба”, “друзі”. Недостатньо вагомими – “професіоналізм”, “кохання”, “життєвий досвід”, “наукова та навчальна діяльність”.

Аналіз кореляційних зв’язків між показниками дозволив конкретизувати визначені смислові пріоритети рейтинговою оцінкою наявних особистісних цінностей респондентів. Так, наявність прямого зв’язку показників “визнання суспільством” і „цікава праця” ($r=0,275$; $p<0,05$), а також зворотнього зв’язку між “визнання суспільством” і “пізнання нового” ($r=-0,258$, $p<0,05$), може свідчити про пріоритет служіння державі, суспільству, що може поєднати у свідомості курсанта пріоритети “улюблена робота” та “військова служба”. Інший результат свідчить про стереотипність оцінки майбутньої професійної діяльності на користь держави і суспільства, що підтверджує недостатність вагомості пріоритету “професіоналізм”. На жаль, чинник патерналізму, невисокий рівень престижу військової служби є непрямими чинниками формування подібних стереотипів у молоді, що впливають на смисли подальшого життя.

Суперечливий результат щодо визначення смислових пріоритетів “сім’я, діти” і “кохання” був виявлений в аналізі цінностей курсантів. Так спостерігається зворотній зв’язок показників “любов” і “життєва мудрість” ($r=-0,295$, $p<0,05$), “щасливе сімейне життя” з показниками “активне життя” ($r=-0,282$, $p<0,05$), “життєва мудрість” ($r=-0,347$, $p<0,01$). Але і прямий зв’язок “щасливе сімейне життя” із показником “любов” ($r=0,347$, $p<0,01$). Деяко суперечливі результати, на наш погляд, можуть свідчити про недостатній життєвий досвід курсантів, що пояснюється віковими особливостями. Хоча результати подальшого аналізу свідчать про позитивну тенденцію: спостерігається зв’язок показника “впевненість у собі” та “щасливе сімейне життя” ($r=0,269$, $p<0,05$).

Подальший аналіз кореляційних зв'язків дозволив визначити ще одну суперечливу тенденцію: спостерігається зворотній зв'язок показника "забезпечене життя" з показниками "щастя інших" ($r=-0,263$, $p<0,05$). З іншого боку, спостерігається прямий зв'язок показника "освіта" з показником "забезпечене життя" ($r=0,289$, $p<0,05$), „продуктивне життя” ($r=0,287$, $p<0,05$), „щасливе сімейне життя” ($r=0,243$, $p<0,05$), зворотні зв'язки із „активне життя” ($r=-0,262$, $p<0,05$), „краса мистецтва” ($r=-0,259$, $p<0,05$), „високі вимоги” ($r=-0,246$, $p<0,05$), прямий зв'язок показника „ефективність у справах” ($r=0,331$, $p<0,01$), зворотній зв'язок показника „творчість” та показника „забезпечене життя” ($r=-0,319$, $p<0,01$), що характеризує зміст смислового пріоритету „освіта”. На наш погляд, існує тенденція відношення до освіти як інструменту забезпеченого життя, процес освіти не пов'язується з творчістю та відповідальністю (патерналістський підхід). Цікава тенденція визначення смислового пріоритету „друзі”: спостерігається зворотній зв'язок з показником „розвиток особистості” ($r=-0,24$, $p<0,05$).

Подальший аналіз інструментальних цінностей дозволив виявити таке: спостерігається зворотній зв'язок показника „акуратність” із показником „пізнання нового” ($r=-0,294$, $p<0,05$), з показником „вихованість” прямий ($r=0,459$, $p<0,01$), зворотній зв'язок із показником „продуктивне життя” ($r=-0,240$, $p<0,05$), прямий зв'язок показника „вихованість” із показником „здоров'я” ($r=0,286$, $p<0,05$) і зворотній із показником „свобода” ($r=-0,282$, $p<0,05$), „високі вимоги” із „життєва мудрість” ($r=0,300$, $p<0,05$) та „краса мистецтва” ($r=0,329$, $p<0,01$) та зворотній – із „щасливе сімейне життя” ($r=-0,293$, $p<0,05$) та „впевненість у собі” ($r=-0,259$, $p<0,05$). Цей результат дозволяє описати зв'язки інструментальних цінностей, що пов'язані з вихованням в сім'ї.

Що стосується ціннісних орієнтацій, що пов'язані з перспективами особистісного зростання, спостерігаються кореляційні зв'язки показника „життєрадісність” із показником „активне життя” ($r=0,300$, $p<0,05$), показників „незалежність” і „свобода” ($r=0,488$, $p<0,01$), показника „відповідальність” з показниками „здоров'я” ($r=0,415$, $p<0,01$), „свобода” ($r=0,331$, $p<0,01$), „щасливе сімейне життя” ($r=0,291$, $p<0,05$).

Аналіз кореляційних зв'язків показників смисложиттєвих орієнтацій (за Д. Леонтьєвим) з іншими змінними свідчить про прямий зв'язок показника „продуктивне життя” з показниками „мета” ($r=0,239$, $p<0,05$) і „процес” ($r=0,312$, $p<0,01$). На наш погляд, цей результат описує особливості ціннісної регуляції цілеспрямованої діяльності курсантів. Зворотній зв'язок показника „результат” із показниками „незалежність” ($r=-0,237$, $p<0,05$) і „краса мистецтва” ($r=-0,278$, $p<0,05$) свідчить, що результат цієї діяльності в ціннісно-смислової сфері особистості курсантів не пов'язується із творчістю (пріоритет „наукова та навчальна діяльність”) самодостатністю (особистісний показник). Прямий зв'язок показника „локус контролю-Я” з показником „друзі” ($r=0,241$, $p<0,05$) та зворотний зв'язок з показником „широта поглядів” ($r=-0,258$, $p<0,05$), прямий зв'язок показника „локус контролю-життя” з показником „друзі” ($r=0,244$, $p<0,05$) та зворотній зв'язок із показником „незалежність” ($r=-0,338$, $p<0,01$) свідчить про залежність ціннісного рівня регуляції курсантів від референтного оточення друзів, центрування на ньому, що притаманно молодим людям у віковому періоду переходу до юності.

Для порівняння ціннісно-смислових орієнтацій курсантів з метою виявлення їх динаміки в процесі навчання шляхом однофакторного дисперсійного аналізу було проведено вивчення індивідуально-психологічних відмінностей смисложиттєвих та ціннісних орієнтацій курсантів 1-го та 3-го курсів спеціальності „Психологія”, для визначення відмінностей у ціннісно-смислових орієнтаціях курсантів, що пов'язані з різними умовами навчання – курсантів 3-го курсу спеціальностей „Психологія” та „Фінанси”. Крім того, було проаналізовано гендерні відмінності смисложиттєвих орієнтацій 1-го та 3-го курсів спеціальності „Психологія”.

За результатами дисперсійного аналізу виявлені індивідуально-психологічні відмінності між курсантами 3 курсу спеціальностей „Психологія” та „Фінанси” за показниками „активне життя”, „щасливе сімейне життя”, „впевненість у собі”, „друзі”, „свобода”, „здоров'я”, „освіта”, „відповідальність”, „раціоналізм”, „чуйність” ($p<0,05$). Таким чином, отриманий результат свідчить про наявність розподілу показників смисложиттєвих та ціннісних орієнтацій за умовами навчального процесу та професійною ознакою. Це свідчить, що в процесі навчання курсантів динаміка смисложиттєвих орієнтацій пов'язана з професійними (корпоративними) цінностями і нормами. У курсантів спеціальності „Психологія” виявлений більш високий рівень оцінки цінностей „чуйність” та „активне життя”, що свідчить про характер формування професійної етики фахівця-психолога. У курсантів спеціальності „Фінанси” виявлений більш високий рівень оцінки цінностей „раціоналізм”, „освіта”, „відповідальність”, „впевненість в собі”, „щасливе сімейне життя”, „друзі”, „здоров'я” і „свобода”. На нашу думку, цінності „раціоналізм”, „освіта”, і „відповідальність” пов'язані із специфікою професійної діяльності фахівців-фінансистів. В цілому курсанти обох спеціальностей визнають пріоритетними цінності: „здоров'я”, „щасливе сімейне життя”, „освіта” і „відповідальність”, тобто дані цінності є характерними, спільними пріоритетами, які проявляються незалежно від специфіки професійної діяльності та умов навчання курсантів за спеціальністю.

Вивчення індивідуально-психологічних відмінностей смисложиттєвих та ціннісних орієнтацій курсантів 1-го та 3-го курсів спеціальності „Психологія” дозволило виявити індивідуально-психологічні відмінності смисложиттєвих орієнтацій курсантів, що пов'язані з їх динамікою в процесі навчання, між показниками „свобода”, „забезпечене життя”, „відповідальність”, „раціоналізм” і „самоконтроль” ($p<0,05$). Пріоритетними для курсантів 1-го курсу визначені цінності „свобода”, „відповідальність”, „раціоналізм” і „самоконтроль”. Щодо цінності „самоконтроль” цікавим є факт, що показник значно відрізняється для курсантів-чоловіків і майже не відрізняється у курсантів-жінок. Цінність „забезпечене життя” є найбільш пріоритетною для курсантів 3 року навчання, що може свідчити про те, що курсанти старших курсів починають задумуватися про майбутнє після навчання.

Щодо розподілу за ознакою статі, значно вищим є середнє значення показника „відповідальність” для курсантів-жінок, що описує характер гендерних відмінностей у курсантів-жінок. Для курсантів-жінок більш пріоритетними є показники „раціоналізм” і „забезпечене життя”, ніж для курсантів-чоловіків. Для курсантів-чоловіків більш значимим є цінність „свобода”, ніж для курсантів-жінок, що описує характер гендерних відмінностей у курсантів-чоловіків.

Аналіз результатів виявив значущі індивідуально-психологічні відмінності між курсантами 1-го та 3-го років навчання, а також між курсантами-чоловіками та курсантами-жінками спеціальності „Психологія” за показниками смисложиттєвих орієнтацій (за Д. Леонтьєвим): мета в житті, процес життя або інтерес і емоційна насиченість життя, результативність життя або задоволеність самореалізацією, локус контролю – я, локус контролю – життя ($p<0,05$).

В цілому у курсантів 1-го курсу навчання спостерігається більш високі результати, порівняно з курсантами 3-го курсу. На нашу думку, отриманий результат підтверджує складність проблеми вивчення психологічних особливостей динаміки ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів під час навчання. Таким чином, курсанти 1-го року навчання, які щойно подолали фрустрацію під час вступу до ВВНЗ, показують результати більшої впевненості у результативності свого життя, задоволеність прожитою частиною життя, переконаність у здатності керувати подіями свого життя, задоволення досягнутими цілями, цілеспрямованість, переконаність в тому, що людині дано контролювати своє життя, вільно ухвалювати рішення і утілювати їх в життя. Натомість курсанти 3 року навчання знаходяться на перехідному етапі, коли попередні цілі (адаптації до навчання) вже досягнуті, а нові (професійно-орієнтовані) ще не сформовані, перебувають у стані невизначеності, стосовно майбутнього професійного визначення і розподілу на первинні посади.

Стосовно відмінностей за статеву ознакою спостерігаються деякі суттєві розбіжності. Показник „мети”, хоч в цілому є вищим у курсантів-жінок 1 року навчання, але він є вищим у курсантів-жінок порівняно з курсантами-чоловіками 3 курсу, що свідчить про більшу цілеспрямованість курсантів-жінок на цьому етапі. Щодо показника „процес”, його рівень є дещо вищим у курсантів-жінок 3-го курсу, порівняно з курсантами-чоловіками, і значно нижчим, ніж у курсантів-чоловіків 1 курсу. Показник „результат” – майже не відрізняється на 1-ому році навчання у курсантів-чоловіків і курсантів-жінок, і є нижчим у курсантів-жінок 3-го року навчання, порівняно з курсантами-чоловіками. Показник „локус контролю-Я” – набагато вищий у курсантів-жінок 3-го року навчання, ніж у курсантів-чоловіків, і дещо нижчий у курсантів-жінок 1-го курсу порівняно з курсантами-чоловіками. Показник „локус контролю-життя” – значно вищий у курсантів-жінок порівняно з курсантами-чоловіками 3 року навчання, і дещо вищий у курсантів-жінок порівняно з курсантами-чоловіками 1-го року навчання.

Висновки: Таким чином, аналіз результатів емпіричного дослідження свідчить, що динаміка ціннісно-смыслових пріоритетів пов'язана з особливостями соціалізації молодих людей, які обрали професію військового, в складних умовах реформування Збройних Сил України, невизначеності майбутнього тощо. Можна припустити, що ціннісні орієнтації як усталений еталон психічної саморегуляції, є впливовим чинником особистісного розвитку в період остаточного формування особистості курсанта та його професійного самовизначення. Смыслові пріоритети в цьому контексті є результатом рефлексії ціннісно-смыслові сфери і характеризують рівень зрілості особистості. За результатами емпіричного дослідження було визначено принаймні три проблемних періоди розвитку ціннісно-смыслових орієнтацій курсантів: адаптація до навчання (1 курс), невизначеність смыслових пріоритетів (3 курс), професійне та життєве самовизначення (5 курс).

Перспективні напрямки дослідження. Перспективами подальшого дослідження є: удосконалення психодіагностичних методів вивчення ціннісно-смыслових орієнтацій в контексті розвитку психічної саморегуляції; з'ясування гендерних особливостей психічної саморегуляції, пошук шляхів актуалізації саморозвитку особистості курсантів в межах екзистенціального підходу в психології.

1. Васильев, С. П. Рівні та структурно-функціональні моделі саморегуляції людини / С. П. Васильев // Проблеми загальної та педагогічної психології : зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України / за ред. С. Д. Максименка. – К., 2010. – Т. XII, ч. 4. – С. 56–66. 2. Конопкин, О. А. Психологические механизмы регуляции деятельности / О. А. Конопкин. – М. : Наука, 1980. – 270 с. 3. Леонтьев, Д. А. Психология смысла. Природа, структура и динамика смысловой реальности / Д. А. Леонтьев. – М. : Смысл, 1999. – 487 с. 4. Никифоров, Г. С. Самоконтроль человека / Г. С. Никифоров. – Л. : ЛГУ, 1989. – 192 с. 5. Наследов, А. Д. Математические методы психологического исследования. Анализ и интерпретация данных : учеб. пособ. / А. Д. Наследов. – СПб. : Речь, 2007. – 392 с. 6. Шапкин, С. А. Экспериментальное изучение волевых процессов / С. А. Шапкин. – М. : Смысл, 1997. – 140 с.