

**Сухенко Я.В.**

*Полтавський обласний інститут  
післядипломної педагогічної освіти  
ім. М.В.Остроградського*

## **ІНТЕРСУБ'ЄКТНА ТЕНДЕНЦІЯ У РОЗВИТКУ УЯВЛЕНЬ ПРО САМОРЕГУЛЯЦІЮ ОСОБИСТОСТІ**

*У статті досліджується інтерсуб'єктна тенденція у розвитку уявлень про саморегуляцію з позицій різних науково-психологічних підходів як основа для обґрунтування феномену інтерсуб'єктної саморегуляції.*

**Ключові слова:** саморегуляція, смислове поле, особистісна зміна, колективний суб'єкт.

### **Постановка проблеми**

Характерна ознака сучасного етапу розвитку психологічної науки — спрямованість на пізнання «особистості, яка змінюється, у світі, що змінюється» [1, 365]. Цей процес забезпечується переходом «від структурно-статичного дослідження психологічної організації особистості до процесуально-динамічного» [цит. за 8, 252–253].

Обґрунтування П.Лушиним загального психологічного феномену особистісної зміни як одного з базових вимірів особистості, що представляє собою відкриту систему, яка знаходиться у постійному переході до різних форм ідентичності, дає змогу по-іншому подивитися на психологічну допомогу, а також на сферу педагогічної зміни [11].

Натомість вивчення динамічної особистості передбачає зосередження уваги на міжособистісній природі людського існування, оскільки «Особистість не може існувати поза міжособистісним контекстом, тобто вона завжди включає в себе тих, з ким пов'язана. Неможливо зрозуміти переживання особистості в цей момент без звернення до «взаємособ'єктного поля», складовою якого вона є».

Виходячи з цього, одним із актуальних завдань сучасного наукового пошуку виступає осмислення природи «нелокальних систем організації образів світу ... де ніхто не є індивідуальним суб'єктом, де діяльність та образи течуть в «інтерпсихічному».

Якщо названі тенденції знаходять відображення у дослідженнях саморегуляції, що виступають невід'ємною складовою в системі наукового психологічного пошуку й мають широкий прикладний діапазон у психотерапії, педагогіці, медицині, менеджменті та інших галузях, то саморегуляція особистості набуває ознак інтерсуб'єктного психічного феномену.

*Метою роботи є розширення уявлень про саморегуляцію шляхом її дослідження з точки зору інтерсуб'єктного підходу.*

## Виклад основного матеріалу

Б.Ломов зазначає, що «Людина — найскладніша з відомих науці систем, яка володіє унікальними характеристиками, передусім здатністю до саморегуляції» [10, 78]. Результати дослідження проблематики саморегуляції узагальнено в працях Б.Базими, М.Боришевського, Л.Дикої, О.Конопкіна, В.Моросанової, Д.Леонтєва, П.Лушина, Н.Пов'якель, О.Прохорова, В.Ядова, М.Ярушкіна.

*У теорії усвідомленої регуляції довільної діяльності, її закономірностей та механізмів О.Конопкіна* відображено структура та функції процесуального боку усвідомленої регуляції довільної діяльності, яка визначається як системно-організована внутрішня психічна активність, що ініціює, будує, підтримує й керує різними видами та формами довільної активності, що безпосередньо реалізує досягнення схвалених людиною цілей [6].

Ланками саморегуляції в структурно-функціональній моделі виступають: схвалена суб'єктом мета, суб'єктивна модель значущих умов, програма виконавчих дій, система критеріїв успішності, інформація про реально досягнуті результати, рішення про коригування системи [6, 205].

Суть цієї концепції полягає в тому, що реалізуватися суб'єктній цілісності дає змогу цілісна система усвідомленої саморегуляції довільної активності, а змістовний аналіз суб'єктних характеристик передбачає зосередження уваги на тій або іншій усвідомлюваній цілеспрямованій активності, яка має певний особистісний сенс і стосовно якої людина виступає як її ініціатор і творець. Психологічними засобами регуляторного процесу є процеси активного віддзеркалення, внутрішнього моделювання та перетворення відображеної дійсності. Найважливіше місце серед них належить мовним засобам (оціночні дії, планування, формулювання критеріїв успішності, самоінструкції, самонакази тощо) [6].

О.Конопкін вважає, що різні умови та шляхи розвитку загальної здатності до саморегуляції (ЗЗС) у дітей, зокрема здатності до самостійної усвідомленої побудови регуляції в нових видах та формах діяльності, здатності до продуктивної творчої саморегуляції в процесі становлення суб'єктності, розташовуються на шкалі розвитку саморегуляції, полярними значеннями якої є «повна творча пасивність, наслідування, репродукція, або ініціативність, повністю усвідомлена активність, продуктивна самостійність» [7, 131]. Співвідношення пасивно-репродуктивних та активно-творчих тенденцій у розвитку ЗЗС визначається особливостями організації навчально-виховного процесу [7]. Розвинена ЗЗС характеризується здатністю до усвідомлення своїх слабкостей, сили та максимальної компенсації одних засобів саморегуляції іншими, тобто представляє собою «своєрідний рефлексивний підхід до самого себе» [7, 134].

*У концепції стилю саморегуляції довільної активності людини В.Моросанової* доведено, що особистісні структури різного рівня впливають на те, які цілі визначає людина, на їх зміст, а також певним чином модулюють особливості їх досягнення. А ступінь суб'єктної активності, яка проявляється в таких суб'єктивних якостях, як автономність та наполегливість, визначає здатність долати внутрішні та зовнішні перешкоди на шляху до мети та завдяки регуляторному досвіду впливає на формування особистісних якостей, таких, напри-

лад, як самостійність та відповідальність. Стиль саморегуляції може змінюватися залежно від ступеня суб'єктної активності в процесі досягнення схваленої мети [13].

Як резерви подолання невизначеності в кожній ланці регуляторного процесу розглядаються суб'єктивно-особистісні чинники. Ситуації, у яких «працюють» механізми усвідомленої саморегуляції довільної активності, характеризуються як визначені, передбачувані, програмовані, послідовні, обернені.

Інший бік проблеми, а саме саморегуляцію психічних станів, досліджувала Л.Дика, представивши її в *системно-діяльнісній концепції психічної саморегуляції функціонального стану*, яка відображає цілісну систему взаємодії професійної діяльності, екстремальних умов, особистості та психологічних механізмів регуляції функціональних станів [4].

Емпірично доведено, що психічна саморегуляція функціонального стану в напружених та екстремальних умовах професійної діяльності виявляється у формі цілеспрямованої активності, яка має три рівні: мимовільний і неусвідомлюваний (орієнтовна діяльність, когнітивна активація), довільний та мотиваційно-діяльнісний, що забезпечуються методом біологічного зворотного зв'язку, аутотренінгу, систем йоги. Критерієм успішної саморегуляції визначається збереження наявного стану або перетворення його в необхідний для виконання професійної діяльності.

У процесі адаптації до умов діяльності, на основі взаємовпливу динамічних рис особистості та психічних станів, що включають перехідний етап нерівноважних станів, розвиваються нові системні якості суб'єкта — емоційна стійкість/нестійкість до дії чинників діяльності [4].

Дослідження О.Прохоровим *функціональних структур та засобів саморегуляції психічних станів* показали, що негативні психічні стани регулюються переключенням на діяльність, зверненням за підтримкою до близьких людей, аналізом ситуації, переоцінкою життєвих цілей, активізацією спілкування, піклуванням про дітей [15, 78]. Зафіксовано також різницю у прийомах саморегуляції, які використовуються учнями та вчителями: «на відміну від дорослих, учні стихійним шляхом прийшли до використання деяких елементів групової психотерапії, наче віддають свій стан групі, завдяки чому відбувається регуляція більшої кількості негативних станів, тоді як учителі використовують методи та засоби саморегуляції» [14].

Отже, у концепціях, що базуються на діяльнісному підході, який «дав змогу розмежувати аспекти поведінки, пов'язані з дією природних сил та соціальних впливів, аспекти поведінки, пов'язані зі специфічно людським видом активності — діяльністю» [9, 5], досліджується процесуальний, особистісний та емоційно-вольовий компоненти саморегуляції, яка здійснюється на індивідуальному рівні, обґрунтовуються її механізми та методи в стабільних і екстремальних умовах діяльності. У ряді емпіричних досліджень доведено, що соціальні чинники впливають на різні аспекти індивідуальної саморегуляції, а саме:

- формування загальної здатності до саморегуляції у дитячому віці визначається особливостями організації навчально-виховного процесу;

- звернення за підтримкою до близьких людей та активізація спілкування є регуляторами негативних психічних станів;
- стихійні звернення учнів до соціальних форм регуляції негативних станів, поряд із використанням учителями методів і засобів індивідуальної саморегуляції, є ефективними прийомами саморегуляції;
- особливості потребово-мотиваційної сфери впливають на здатність людини змінювати ступінь суб'єктної активності, що відображається на особливостях усвідомленої саморегуляції довільної активності в стабільних умовах діяльності.

Поряд із цими, у літературі представлено результати досліджень особливостей регуляції соціальної поведінки особистості. Вони мають широкий діапазон — від визнання факту впливу людини на соціальне оточення та здатності перетворювати його, обґрунтування й емпіричного підтвердження існування цілісного двостороннього адаптивно-перетворюючого процесу взаємодії особистості з соціумом до повного ототожнення процесів саморегуляції та регуляції поведінки людини [2]. Зупинимося на них докладніше.

Під керівництвом В.Ядова вивчено мотиваційну сферу та її роль у саморегуляції й прогнозуванні соціальної поведінки особистості, розроблено *диспозиційну концепцію*. Її зміст полягає у виділенні ієрархічних структур потреб, умов діяльності та, власне, диспозиційних утворень, які формуються на межі потреб та умов (предметів) її реалізації. Згідно з концепцією, «механізм взаємозв'язку між різними елементами диспозиційної структури та ситуацією поведінки потрібно розглядати саме як механізм мотивації, який забезпечує доцільне управління поведінкою особистості, її саморегуляцію». Інтерсуб'єктна тенденція в цій концепції виявляється лише на рівні того, що «...поведінка людей перетворює соціальне середовище та прямо впливає на зовнішні для суб'єктів обставини діяльності. Однак цей зв'язок від індивіда до соціальних норм та умов діяльності в цій роботі не розглядається...».

Розроблена *М.Ярушкіним концепція закономірностей і механізмів регуляції соціальної поведінки особистості* базується на уявленнях про взаємозв'язок різних позицій особистості як об'єкта та суб'єкта соціальних відношень із процесами її саморегуляції та самоорганізації, які визначають відповідно адаптивну та неадаптивну спрямованість поведінки особистості та детермінуються особливостями її інтра- та інтерструктури. У праці показано, що «процеси самоорганізації та саморегуляції мають загальний системний характер і визначають тісні взаємозв'язки між особистістю та її мікро- та макросередовищем». Отже, у концепції М.Ярушкіна долаються стереотипи соціальної психології, які полягають «у дослідженні психологічних закономірностей та механізмів регуляції соціальної поведінки особистості, згідно з якими, особистість реально розглядалася лише як об'єкт соціальних взаємин, а її поведінка — як суто адаптивна», а також закладається підґрунтя для дослідження суб'єкт-суб'єктних стосунків та інтерсуб'єктної саморегуляції.

Підхід Б.Базими базується на тому, що психіка має діяльнісну природу, але «сама діяльність потребує розгляду під дещо іншим кутом зору через кате-

горію, яка стосовно неї має більш загальний характер і дає змогу зрозуміти саму діяльність не ізольовано від інших форм активності, а включеною в їх єдиний ряд. Такою категорією є взаємодія» [2, 10]. Виходячи з того, що суб'єктом може бути як окремих індивід, носій певної активності, так і група індивідів, яких об'єднує певний вид діяльності — колективний суб'єкт, психіка визначається як взаємодія суб'єктів, яка опосередковується об'єктом, носієм інформації. Метою такої взаємодії є взаємна регуляція життєдіяльності суб'єктів життя: «Людина, як психічний суб'єкт ніколи не залишається сам на сам ані з природним, ані зі штучним об'єктом, навіть коли вона фізично одна. В цьому випадку вона вступає у взаємодію з ідеальними суб'єктами. Неможливість такої взаємодії означає і неможливість продовження психічного життя» [2, 18]. У цьому підході психіка розуміється як суто колективний феномен, розглядаються механізми виключно взаємної регуляції різних видів взаємодії, зокрема індивідуальний рівень регуляції людини розуміється як взаєморегуляція з ідеальним суб'єктом.

Як бачимо, результати емпіричних досліджень свідчать про динамічну обмеженість і штучність теоретичних моделей індивідуальної саморегуляції та соціальної регуляції поведінки у «чистому вигляді», але їх інтеграція — розгляд як взаємодоповнюючих елементів системи вищого рівня організації — колективного суб'єкта дають змогу описати функціонування окремої особистості. З цієї точки зору, дослідження індивідуальної саморегуляції та регуляції соціальної поведінки можуть розглядатися як перехідні форми в процесі формування уявлення про саморегуляцію як інтерсуб'єктний феномен.

Інтерсуб'єктна тенденція проявляється також в уявленнях про саморегуляцію у *загальній психологічній концепції смислу* Д.Леонтьєва. Їх розвиток відбувається на тлі введення нового поняття «міжособистісного смислового поля», що задають «процеси циркуляції смислів у діалогічних взаємостосунках особистість — особистість та особистість — культура» [8, 494].

Д.Леонтьєв розглядає процеси інтрапсихічної саморегуляції за методологією Л.Виготського як генетично похідні від інтерпсихічної регуляції, спрямованої на іншу людину: «відповідно до відомої послідовності: спочатку батько впливає на дитину в зовнішньому плані, потім дитина навчається обертати аналогічну дію на батька, потім дитина застосовує цю дію до самої себе в зовнішньому ж плані, і нарешті, вона переміщується у внутрішній план саморегуляції» [8, 350]. Виходячи з цього, Д.Леонтьєв зазначає, що прийоми саморегуляції (їх у контексті смислової регуляції називають психотехніками) за своєю психологічною структурою збігаються із прийомами впливу на інших, які застосовуються у вихованні, міжособистісній маніпуляції та рекламі [8].

Взаємодія зі смисловими світами як інших особистостей, так і творів мистецтва розглядається як можливість розширювати межі власного смислового світу, відкривати нові можливості, тим самим розширюючи ресурси саморегуляції [8, 496].

Отже, динаміка уявлень про саморегуляцію в концепції смислу:

- представляє собою перехід від вивчення статично-морфологічної структури смислової сфери завдяки дослідженню процесуально-динамічних аспектів

сміслової регуляції і саморегуляції на індивідуальному рівні до визначення перспектив їх дослідження в контексті міжособистісного смислового поля;

- забезпечується розширеним розумінням саморегуляції — від адаптивно-репродуктивного за своєю природою механізму в контексті поняття «особистісний смисл» до визнання його цілісного адаптивно-перетворюючого потенціалу в контексті поняття «сміслове поле»;

- інтегрує (зближує) поняття саморегуляції як індивідуального феномену та регуляції як соціального феномену;

- стверджує пріоритети соціальної природи саморегуляції та людського існування, у цілому;

- конгруентна сучасним тенденціям розвитку психологічної науки.

Основні положення екофасилітативного підходу, розробленого П.Лушиним і *розкритого в авторській теорії особистісної зміни*, базуються на визначенні особистості як відкритої динамічної системи, метою якої є підтримка життя людини завдяки самоорганізації в єдності із середовищем, яка знаходиться у постійному переході до різних форм ідентичності [11]. Особистісна зміна є її базовим виміром, вона забезпечується особистісним розвитком у межах існуючого особистісного потенціалу в стабільних періодах життя та міжсистемним переходом до принципово нового потенціалу особистості [11].

На думку П.Лушина, «...звернення за допомогою до іншого, включаючи професіонала, виступаючи актом комунікації, також є проявом механізму саморегуляції завдяки розподілу відповідальності за збереження себе як особистості, свого психофізичного здоров'я» [11, 90].

З точки зору екофасилітативного підходу саморегуляція особистості:

- полягає в усвідомленні особистісних та соціальних ресурсів розвитку;
- розглядається «у складі декількох взаємопов'язаних та взаємообумовлених рівнів (особистісного та соціального): а) такого, що обмежується ресурсами стабільного розвитку особистості, і б) того, що пов'язаний із процесом особистісної зміни як виживання, і відповідно переходом на соціальний рівень саморегуляції» [12, 91];

- представляє собою не стільки засвоєння культурно-історичного досвіду саморегуляції, скільки вироблення нових його способів на рівні колективного суб'єкта, за допомогою колективного генерування інсайту, тому визначається як процес соціально-психологічної творчості, що забезпечується методом екофасилітації.

У цих положеннях відображається формування нової тенденції у поглядах на саморегуляцію особистості в інтерсуб'єктній перспективі, оскільки саморегуляція визначається як процес соціально-психологічної творчості, який здійснюється на рівні колективного суб'єкта. З'являються можливості вносити в загальні психологічні та педагогічні дослідження соціальний аспект. Виходячи з цього, емпатія, як загально-психологічний феномен, що, за визначенням Л.Журавльової, має біопсихосоціодуховну природу, може розглядатися як чинник саморегуляції [5].

## Висновки

Теоретичний аналіз досліджень саморегуляції з позицій діяльнісного, смислового й екофасилітативного підходів підтвердив гіпотезу щодо відображення загальної парадигмальної тенденції до інтерсуб'єктності в дослідженнях саморегуляції і довів, що ступінь її прояву співвідноситься зі спрямованістю на вивчення динамічної особистості та міжособистісної природи людського існування.

Теоретичні моделі індивідуальної саморегуляції не містять міжособистісного компонента, але результати емпіричних досліджень констатують вплив соціальних чинників на різні аспекти індивідуальної саморегуляції і визначають вектор наукового пошуку.

Дослідження особливостей регуляції соціальної поведінки особистості свідчать не лише про вплив людини на соціальне оточення та здатність його перетворювати, а й про існування цілісного двостороннього адаптивно-перетворюючого процесу взаємодії особистості з соціумом та, у своєму крайньому вираженні, ототожнення процесів саморегуляції й регуляції поведінки людини.

Завдяки обґрунтуванню таких порівняно нових психологічних понять, як колективний суб'єкт, особистісна зміна, смислове поле, з'являються перспективи для розгляду саморегуляції як інтерсуб'єктного феномену, що інтегрує моделі індивідуальної саморегуляції та соціальної регуляції поведінки і представляє собою процес різноспрямованого переходу у діаді індивідуальний — соціальний рівень на основі усвідомлення особистісних та соціальних ресурсів розвитку й обумовлюється наявністю стабільних та перехідних етапів розвитку особистості.

Перспектива подальших досліджень нами вбачається у розробці теоретичної моделі розвитку саморегуляції, що обумовлюється особливостями колективного суб'єкта та дослідженням її чинників.

## ЛІТЕРАТУРА

1. Асмолов А.Г. Психология личности / А.Г.Асмолов. — М., 1990. — 367 с.
2. Базыма Б.А. К вопросу о природе психики / Б.А.Базыма // Вестник Харьковского университета. — 1999. — № 432. — С. 9–18. — (Серия «Психология»).
3. Базыма Б.А. Пространство психики / Б.А.Базыма. — Режим доступа : <http://www.colorpsy.boom.ru/Spacepsy.htm>
4. Дикая Л.Г. Психология функционального состояния субъекта в экстремальных условиях деятельности : автореф. дис. на соискание ученой степени д-ра психол. наук : 19.00.03 / Л.Г.Дикая. — М., 1998. — 40 с.
5. Журавльова Л.П. Психология емпатії : монографія / Л.П.Журавльова. — Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І.Франка, 2007. — 328 с.
6. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности / О.А.Конопкин. — М., 1980. — 225 с.
7. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития / О.А.Конопкин // Вопросы психологии. — 2004. — № 2. — С. 128–135.

8. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. – 2-е, изд. испр. / Д.А.Леонтьев. — М. : Смысл, 2007. — 511 с.

9. Личностные и когнитивные аспекты саморегуляции деятельности человека / В.И.Моросанова, И.В.Плахотникова, Е.А.Аронова и др.; под ред. В.И.Моросановой. — М., 2006. — 320 с.

10. Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии / Б.Ф.Ломов. — М. : Наука. — 1984. — 444 с.

11. Лушин П.В. Личностные изменения как процесс: теория и практика / П.В.Лушин. — Одесса : Аспект, 2005. — 334 с.

12. Лушин П.В. Проблематика и эволюция представлений о саморегуляции (на примере ситуации личностного изменения) / П.В.Лушин // Журнал практикующего психолога. — 2005. — Вып. 11. — С. 88–93.

13. Моросанова В.И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека / В.И.Моросанова // Психологический журнал. — 2002. — Т. 23. — № 6. — Режим доступа : <http://humanities.edu.ru/db/msg/38827>

14. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний в учебной и педагогической деятельности / А.О.Прохоров // Вопросы психологии. — 1991. — № 4. — С. 159–161.

15. Прохоров А.О. Функциональные структуры и средства саморегуляции психических состояний / А.О.Прохоров // Психологический журнал. — 2005. — Т. 26. — № 2. — С. 68–80.

*В статье исследуется интерсубъектная тенденция в развитии представлений о саморегуляции с позиций разных научно-психологических подходов в качестве основы для обоснования феномена интерсубъектной саморегуляции.*

**Ключевые слова:** саморегуляция, смысловое поле, личностное изменение, коллективный субъект.

*In the article is explored intersubjectivity tendency in development of pictures of self-regulation from positions of different scientifically-psychological approaches in quality basis for argument to the phenomenon of intersubjectivity self-regulation.*

**Key words:** self-regulation, semantic field, personality change, collective subject.