

Эффективность любой деятельности обеспечивается регуляцией в форме направленной психической активности, которая обусловлена как внешними условиями, так и внутренними причинами. В качестве внешних условий выступают социально-экономические факторы. Внутренними условиями становятся психодинамические характеристики индивидуальности и свойства личности. Трансформация и изменения психической регуляции происходит прежде всего под влиянием внешних условий. Внутренние характеристики обладают большей устойчивостью. Особое значение изучение психической регуляции приобретает в профессиональной сфере. Проблема «человеческого фактора» в значительной степени раскрывается через форму психической регуляции. Исследование динамики и профессиональной специфики психической регуляции позволяет решать проблемы профессиональной пригодности и ее трансформаций.

К л ю ч е в ы е с л о в а : психический регулятор; регулятивная функция; рефлексия; профессионал; регулятивные психологические типы; потребностная психическая активность; мотивационная психическая активность; целевая психическая активность; доминирование.

The effectiveness of any activity is provided by regulation in the form of directed psychological activity determined either by external conditions or internal factors. External conditions are the socio-economic factors. Internal conditions are psycho-dynamic characteristics of individuality and properties of the individual. Transformation and change of psychological regulation is primarily influenced by external conditions. The internal characteristics are more resistant. Study of psychological regulation gets a particular importance in professional sphere. A problem of the “human factor” is mostly revealed through a form of psychological regulation. The study of the dynamics and specifics of professional psychological regulation is helpful for solving the problem of professional competence and its transformations.

К e y w o r d s : psychological control; regulatory function; reflection; professional; regulatory psychological types; requirement of psychological activity; motivational psychological activity; target psychological activity; dominance.

Л. Ю. Субботина

Ярославский государственный университет им. П. Г. Демидова

E-mail: sublara@mail.ru

Профессиональная специфика регулятивных функций у психологов*

Научная статья

L. Y. Subbotina

P. G. Demidov Yaroslavl State University

Professional Specifics of Regulatory Functions of Psychologists

Scientific article

За последние годы проблема взаимоотношения личности и профессии стала одной из самых популярных в психологии. Необходимо всесторонне исследовать сферу профессионального становления человека с целью помощи в нахождении адекватных способов и путей овладения профессией. Профессионализация должна приводить к удовлетворению своим трудом и способствовать всестороннему развитию и самореализации личности. Одним из важнейших механизмов профессионализации является психическая регуляция деятельности. Психические регуляторы как единицы анализа субъектно-объектных взаимосвязей, складывающихся у человека в трудовой деятельности, раскрывают особенно-

сти отражения субъектом объективной реальности и позволяют определить степень адекватности этого отражения [1, 2].

Поскольку всякое психическое явление — это и отражение действительности, и звено в регуляции деятельности, то в зависимости от деятельности психические регуляторы будут приобретать свою специфику. Но любая деятельность развивается в социальной среде, а значит, на психической регуляции будут отражаться и социальные изменения. Связь психических процессов с движением, действием существенно не только для практической деятельности, которая посредством этих психических процессов регулируется,

*Работа выполнена при финансовой поддержке гранта РГНФ, № проекта 16-06-00960.

но и для самих психических процессов: действия человека, изменяя обстоятельства, в которых протекают психические процессы, объективно обуславливают их содержание и направление [3]. Система регуляторов человеческого поведения своеобразна и представляет собой сложнейшую психическую структуру. Основные группы психических регуляторов выявил Е. А. Климов [1]. Это «образ субъекта», «образ объекта» и «образ субъект-объектных и субъект-субъектных отношений». Психическая регуляция неизбежно включает в себя учет среды через последнюю группу регуляторов. Образы самосознания человека (наряду с образами окружающего мира) — необходимая основа целесообразной регуляции, саморегуляции его трудовой деятельности и взаимодействия с окружающими людьми. Что именно для данного человека является «окружающим», зависит не просто от того, что физически его окружает, а от того, как он категоризирует и как видит это окружающее. В результате разные люди живут в разных «мирах». Социальная среда настолько сложна, изменчива, многофакторно обусловлена, что природа не могла в ходе эволюции создать для ориентировки и поведения в «социуме» подходящую систему «готовых» регуляторов. Такая система должна прижизненно сложиться, и она начинает складываться в ходе непростых кризисов развития. Существуют самые разнообразные регуляторы. Широкий класс внешних регуляторов занимают все социальные явления с определением «социальный», «общественный». Сюда относятся: общественное производство, общественные отношения, социальные движения, общественное мнение, социальные потребности, общественные интересы, общественные настроения и т. д. Однако на уровне механизмов они трансформируются в систему внутренних духовных, личностных, психических, субъектных регуляторов. В. С. Мерлин экспериментально показал, что для выполнения социального требования («социальной схемы», по словам автора) индивидуальные психические особенности личности (как, например, интравертированность или экстравертированность, свойства темперамента) взаимодействуют таким образом, чтобы обеспечить поведение, отвечающее социальному требованию. «Индивидуальность личности, — заключает В. С. Мерлин, — представляет собой одновременно индивидуализацию обобщенных социально-типичных отношений (социальных схем) и подчинение, регулирование проявлений индивидуума социальными схемами» [4, с. 213].

В действительности между объективными (внешними) и субъективными (внутренними) регуляторами существует постоянная взаимосвязь. Внешние регуляторы выступают как внешние причины социального поведения личности, а внутренние регуляторы выполняют функцию призмы, через грани которой преломляется действие этих внешних детерминант [5].

Один из аспектов рассмотрения проблемы регуляции поднимает в своем исследовании Н. А. Государев. Автор описал ряд психологических типов человека по критерию детерминант психической активности [6]. В данном случае психическая активность понимается как внутренняя деятельность, произвольно детерминирующая, регулирующая деятельность внешнюю. В качестве базовых психических регуляторов, иницирующих, направляющих и организующих поведение и деятельность, выделяются потребность, мотив и цель. На уровне нейропсихического анализа механизмов регуляции в парадигме формирования функциональной системы (по П. К. Анохину) Н. А. Государев предлагает выделять системы потребностной, мотивационной или целевой психической активности (сокращенно П-, М-, Ц- активности). Доминирование той или другой формы психической активности обуславливается соответствующими внешними и/или внутренними условиями. П-активность превращает в жизнь смысл получения процессуального удовольствия здесь и сейчас. Внешним фактором, стимулирующим мотивационную психическую активность, является дефицит условий удовлетворения потребностей здесь и сейчас. Ц-активность, связанная с планированием и программированием деятельности, направлена на реальное обладание предметом удовлетворения потребности, следовательно, должна учитывать сложившуюся обстановку, обладать полной информацией, рассчитывать всевозможные варианты действий.

Переход от одной доминантной формы активности к другой может быть затруднен, поскольку означает перемену ведущего способа деятельности, режима нервной регуляции, требует соответствующих условий, наличия или наработки специфических психологических качеств. В этой связи были разработаны положения концепции о переходах между доминантными состояниями потребностной, мотивационной, целевой активности [6]. Переходное состояние может протекать стремительно (революционно) или постепенно (эволюционно), бесконфликтно или затягиваться

(в случае конфликта необходимости и возможности смены доминирования психической активности). В итоге можно сделать вывод, что регулятивный психологический тип — это интеграция структур интеллекта и характера, когнитивных и коммуникативных функций посредством особенностей структуры регулятивных функций психики. В целом все данные регуляторы позволяют исследовать субъекта труда как сложно организованную динамичную иерархичную функциональную структуру. Наряду с этим появляется и новая трактовка такого сложного явления, как профессионализм [7].

Проблема регуляции имеет важнейшее значение в любой профессиональной деятельности, но ее структура специфична для конкретной профессии. На основе нашего пилотажного исследования, проведенного в 2012 г. (20 студентов факультета психологии 5-го курса университета им. П. Г. Демидова), мы выяснили специфическую роль психических регуляторов в профессиональной деятельности психолога. Они — связующее звено, мост от когнитивных процессов к исполнительским действиям. Регулятивные процессы тесно связаны с некоторыми важнейшими личностными качествами. Эта связь проявляется в том, что индивидуальная мера развития каждого из них сама по себе выступает как личностное качество. У психологов таким личностным регулятором выступает рефлексия (методика «Диагностика рефлексии» А. В. Карпова). Следовательно, особенности регуляции связаны не только с внешними факторами, но и с внутренними, т. е. человек, еще не вступив в ту или иную профессиональную среду, уже обладает определенной спецификой регулятивных функций. Процесс профессиональной подготовки должен предусматривать формирование системы психических регуляторов профессионального поведения. Целью нашего исследования и явилось

изучение профессиональной специфики регулятивных функций у психологов.

Мы расширили исследовательскую программу по сравнению с 2012 г., включив в нее диагностику регуляции по опроснику «Особенности регулятивных функций» Н. А. Государева [8]. Для анализа специфики психической регуляции нами был введен показатель ДПА — «Доминирование психической активности». Данный показатель высчитывался по формуле:

$$\text{ДПА} = (\text{П-активность} - \text{М-активность}) + (\text{П-активность} - \text{Ц-активность}) + (\text{М-активность} - \text{Ц-активность}).$$

Таким образом, суммируя разницу между всеми формами активности, мы получим интегральный показатель активности с выявлением ее доминирующей формы. Чем более уравновешены формы активности, тем более ДПА будет стремиться к 0.

Выборка состояла из 80 человек профессиональных психологов (19 — муж., 61 — жен.; возраст — 27–54 лет) и 80 человек представителей технических профессий (32 — муж.; 48 — жен.; возраст — 22–53 лет). Статистическая обработка проведена с помощью U-критерия Манна-Уитни.

Полученные результаты подтвердили предположение о принципиальном различии психической регуляции у представителей разных профессий (см. табл. 1).

Кроме М-активности, по всем фиксируемым параметрам психологи и представители технических наук имеют значимые различия. Дальнейший анализ показал, что представители технических специальностей обладают доминирующей П-активностью. Человек с преобладанием данной активности живет исключительно в настоящем, общителен, социально смел, не терпит стеснения в своей внешней направленности, экспансии, агрессивно устремлен против всех сил, ее огра-

Таблица 1

Корреляционные отношения между показателями психической активности и рефлексии

Показатели	Средние значения		U	Z	Уровень значимости	
	Психологи	Не психологи			p	
П-активность	8,45	9,13	2590	-2,10	0,03	*
М-активность	7,89	7,60	2764,5	1,50	0,13	
Ц-активность	7,66	7,28	2497,5	2,42	0,01	*
ДПА	12,55	31,04	504	-9,27	0,00	***
Рефлексия	133,85	116,71	942	7,71	0,00	***

ничающих извне, прорастая из «негативизма» (как сопротивления чужой воле, по Л. С. Выготскому). Потребностная психическая активность, обусловлена сенсомоторной одаренностью, развитостью первой сигнальной системы, подкорковых образований мозга, что проявляется в видах деятельности, конгруэнтных указанным способностям, в бессознательной творческой сенсорной интуиции и моторной импровизации.

Психологам также присущи свойства П-активности, но она не имеет выраженной доминантности и сбалансирована с другими формами активности. С незначительным преобладанием у психологов фиксируется Ц-активность. Для Ц-активности характерна осмотрительная рациональная выдержка. Целевая психическая активность, связанная с планированием и программированием деятельности, требует учета сложившейся обстановки, обладания полнотой информацией, расчета всевозможных вариантов действий. В данном случае отмечается тот факт, что психологическая деятельность в той или иной сфере не всегда связана с непредсказуемостью и импровизацией. Для успешного решения определенной задачи требуется тщательное изучение ее нюансов, фактов. Ведущим способом деятельности становится рационально-интеллектуальный. Ц-активность, обязанный учитывать реальность для получения приспособительного результата, закладывает объективно-оценочное отношение к жизни, формирует черты осторожности, хитрости, деловитости, ответственности, дисциплинированности. Данные черты у психологов преобразуются в такие ПВК, как наблюдательность, аналитичность мышления, эмпатия.

Вместе с тем «негативные» стороны П-активности (не терпящая стеснения, требующая удовлетворения потребности здесь и сейчас, агрессивно устремлена против всех внешних сил) сдерживает проявление Ц-активности. Это наглядно проявляется у представителей технических специальностей.

По М-активности значимых различий в группах не зафиксировано. Но ее наличие придает деятельности эмоционально-волевой потенциал, мобилизующий в стрессогенных условиях резервы организма.

Достоверные различия на уровне значимости $p < 0,001$ выявлены по показателям «ДПА» и «Рефлексия». Как и при диагностике 2012 г., у психологов уровень рефлексии выше, чем

у не психологов. При этом общий показатель ДПА выше у представителей технических специальностей ($p < 0,001$). Высокий уровень рефлексии у психологов связан с тем, что уже в процессе обучения студент стремится чувствовать свои состояния, объяснять себе, как они возникли и почему, осваивает способы их контроля и по мере профессионализации делает это все осознаннее. В результате этого обращения к себе и формируется рефлексия в целом, которая в дальнейшем закрепляется в профессиональной деятельности и становится ПВК. Вместе с тем анализ индивидуальных результатов позволил сделать вывод, что у профессиональных психологов уровень рефлексии соответствует средним значениям стандартной шкалы методики (хотя и значимо выше, чем у не психологов). Рефлексия профессиональных психологов описывается инвертированной «U-образной» кривой, т. е. наиболее оптимальными становятся средние значения интенсивности рефлексии как регулятора деятельности. Данный вывод согласуется с результатами исследования рефлексии у профессиональных управляющих [9]. Это позволяет выдвинуть предположение об общности данной динамики у представителей «субъект-субъектного» типа деятельности.

Дальнейший анализ результатов привел нас к выводу, что у психологов отсутствует яркое доминирование какой-либо психической активности как преобладающего регулятора деятельности. Гармония личности обусловлена интегративным слиянием в единую систему специальных, духовных и общих интеллектуальных способностей. В первую очередь это обеспечивается объединением П-, М-, Ц-активности. Уравновешенность и сбалансированность форм психической активности позволяют сформировать адекватную и эффективную психологическую систему деятельности.

Совершенно особые феномены, объясняющие регуляцию профессиональной деятельности, выявлены на внутривидовом уровне. На уровне значимости $p < 0,001$ выявлена обратная корреляция между П-активностью и всеми другими показателями (ДПА, рефлексией, М-активностью и Ц-активностью). Обратные корреляции между всеми формами психической активности указывают на то, что при доминировании одной формы снижают свою активность оставшиеся психические активности. Данные результаты мы объясняем «принципом доминанты» (по А. А. Ухтомскому) [10]. Вместе с тем

у современных профессионалов (как психологов, так и представителей технических специальностей) наблюдается некоторое преобладание П-активности. Современные технологии стимулируют получать результат немедленно (мобильные телефоны, интернет и т. д.), а это, в свою очередь, трансформируется в стремление к моментальному удовлетворению любых желаний. А деятельность П-активности как раз и заключается в претворении в жизнь получения процессуального удовольствия здесь и сейчас.

Эта общая закономерность у специалистов технического профиля деформируется в направлении прямой корреляции ДПА и П-активности. Следовательно, при повышении общего уровня психической активности начинает доминировать П-активность, что согласуется с общей характеристикой структуры функциональной регуляции профессионалов.

Корреляции между всеми формами психической активности в группе психологов зафиксированы только обратные ($p < 0,001$). Это свидетельствует о том, что в данной группе почти с равной вероятностью может доминировать любая из форм психической активности. Соответственно, у профессиональных психологов потребностная, мотивационная и целевая психические активности уравновешены между собой и обеспечивают сбалансированную регуляцию деятельности. У психологов интегральным регуляционным механизмом выступает рефлексия, которой подчинены все формы психической активности [11]. В совокупности это обеспечивает психологу высокий уровень психической регуляции, адекватной условиям внешней среды и внутриличностному состоянию.

Ссылки

1. Климов Е. А. Введение в психологию труда. М.: Культура и спорт; ЮНИТИ, 1998. 350 с.
2. Темпоральные характеристики профессиональной карьеры как объект и предмет психологического исследования / В. А. Толочек, Л. В. Винокуров, Н. И. Иоголевич, Е. В. Маркова // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2015. № 3. С. 93–97.
3. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.
4. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. М.: Педагогика, 1986. 256 с.
5. Журавлев А. Л. Социальная психология: учеб. пособие. М.: ПЕР СЭ, 2002. 351 с.
6. Государев Н. А. Практическая психодиагностика. М.: Ось-89, 2006. 238 с.
7. Маркова А. К. Психология профессионализма. М.: Знание, 1996. 312 с.
8. Государев Н. А. Психодиагностика. Методологии и методики исследования психологических типов: учеб. пособие. М.: Ось-89, 2009. 144 с.
9. Карпов А. В. Рефлексивная детерминация деятельности и личности. М.: РАО, 2012. 476 с.
10. Ухтомский А. А. Доминанта. СПб.: Питер, 2002. 448 с.
11. Саковская О. Н. Направленность рефлексии в кризисе профессионального развития // Вестник Ярославского государственного университета им. П. Г. Демидова. Серия Гуманитарные науки. 2011. № 3. С. 114–116.