

УДК 159.9

Плахотникова И.В.

Московский государственный областной университет

ВЗАИМОСВЯЗЬ ВОЛЕВЫХ КАЧЕСТВ И ПРОЯВЛЕНИЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПРОИЗВОЛЬНОЙ АКТИВНОСТИ

I. Plakhotnikova

Moscow State Regional University

INTERCONNECTION OF VOLITIONAL QUALITIES AND VOLUNTARY ACTIVITY SELF-REGULATION MANIFESTATIONS

Аннотация. В статье представлены результаты исследования взаимосвязи индивидуальных особенностей саморегуляции и волевых качеств личности. Показано, что высокий уровень саморегуляции обеспечивается такими волевыми качествами, как упорство, дисциплинированность, самостоятельность, напористость и установка на успех. Респонденты, имеющие высокий уровень саморегуляции более собранны и независимы, полагаются на собственные силы, стремятся преодолевать трудности на пути к цели, стремятся к повышению своего социального статуса. При развитой волевой регуляции показатели всех звеньев саморегуляции имеют высокие значения, развивается гармоничный стиль саморегуляции.

Ключевые слова: волевая регуляция, качества личности, произвольная активность, регуляторно-личностные свойства, саморегуляция, индивидуальный стиль саморегуляции.

Abstract. The article presents the results of studying the interconnection of individual self-regulation peculiarities and volitional qualities of a person. It's shown that high level of self-regulation is based on such volatile qualities as persistence, discipline, independence, assertiveness and success-orientation. The respondents having high level of self-regulation are more focused and independent, they are self-relied, they try to overcome difficulties on their way to the goal and strive to raise their social status. If volitional regulation is highly developed, all self-regulation elements have high range of values, it helps in developing harmonious style of self-regulation.

Keywords: volitional regulation, personal qualities, voluntary activity, personal-regulation qualities, self-regulation, individual style of self-regulation

В современных условиях основная проблема исследований по саморегуляции состоит не только в том, чтобы установить соотношение тех или иных этапов осуществления регуляции, но раскрыть влияние индивидуальных качеств личности на весь комплекс саморегуляции. В исследованиях, посвященных изучению индивидуальных различий в саморегуляции, показано, что особенности системы саморегулирования зависят от субъективных критериев успешности действий и определяются индивидуально-психическими особенностями и требованиями внешней деятельности. Как показано в научных исследованиях, индивидуальный стиль саморегуляции характеризуется регуляторными процессами, реализующими основные звенья саморегуляции, регуляторно-личностными свойствами, выступающими личностными характеристиками субъекта произвольной активности. Выявление функциональной роли личностных структур в индивидуально-типических особенностях саморегуляции позволяет проследить способы построения и организации произвольной активности в зависимости от личностного типа. Данное положение подтверждено на различных видах деятельности при рассмотрении личностных типологий, а именно темперамента и характера [3; 4; 5; 6].

Регуляторно-личностные свойства связаны со структурой системы саморегуляции в целом и в то же время являются личностными свойствами. Первоначально к ним относили: адекватность, осознанность, надежность и устойчивость. Дальнейшие исследования свойств

самостоятельности, гибкости, надежности позволили доказать их регуляторную природу путем выделения специфических для каждого из них индивидуально-типических комплексов индивидуальных особенностей регуляции [4; 6; 8]. Были исследованы такие личностные качества, как ответственность, рефлексивность, уверенность, тревожность, напористость [6; 7].

В то же время диапазон личностных качеств, проявляющихся при индивидуальных особенностях саморегуляции, может быть шире. Именно поэтому одной из задач настоящего исследования является исследование взаимосвязи регуляторных особенностей и волевых качеств личности.

Вопрос о роли личности в процессах произвольной саморегуляции ставился, в первую очередь, при исследовании волевой регуляции (В.А. Иванников, Т.И. Шульга, Б.А. Быков и др.).

Т.И. Шульга, А.В. Быков рассматривают волевую регуляцию как высший уровень произвольности, когда человек не только направляет свои действия на выполнение конкретной деятельности [1; 2]. Именно волевая регуляция несет в себе следующие особенности: осознанность, преднамеренность, целеполагание, – идущие от самого субъекта.

Волевая регуляция проявляется как способность человека согласовывать разнообразные характеристики своей личности с точки зрения регуляции его активности, направленной на достижение необходимых для личности целей. Волевые качества — это также механизм волевой регуляции. Они, определяя характер действия, его стиль (упорство, решительность, настойчивость, целеустремленность и т. д.), непосредственно создают условия или, наоборот, мешают в достижении стабильности деятельности.

Таким образом, целью настоящего исследования является изучение взаимосвязи индивидуальных особенностей произвольной саморегуляции поведения и качеств, характерных для волевой личности – дисциплинированность, настойчивость, упорство, решительность, смелость, выдержка, само-

стоятельность, организованность, деловитость, инициативность, целеустремленность.

В данном исследовании принимали участие 78 респондентов. Индивидуальные особенности саморегуляции исследовались с помощью опросника «Стиль саморегуляции поведения – 98». Для каждого из испытуемых измерялись показатели по шкалам планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, гибкости, самостоятельности. Опросник определения волевой регуляции личности и анкета для определения волевых качеств, характерных для волевой личности – дисциплинированность, настойчивость, упорство, решительность, смелость, выдержка, самостоятельность, организованность, деловитость, инициативность, целеустремленность, – а также методика Г. Айзенка для определения личностных свойств – напористости, манипулятивности, поиска стимуляции, догматизма.

Результаты исследования

Корреляционный анализ. При помощи корреляционного анализа изучалось наличие и выраженность корреляционной связи показателей по шкалам саморегуляции и личностных качеств. Корреляционный анализ позволяет проследить основные тенденции взаимосвязей между показателями.

В результате исследования получены положительные взаимосвязи волевой регуляции с планированием ($r=0,30$), программированием ($r=0,24$), гибкостью ($r=0,29$), самостоятельностью ($r=0,25$) и общим уровнем саморегуляции ($r=0,38$).

Таким образом, результаты показывают, что с направленностью на изменение человеком своей деятельности, поведения, овладение собой, преодоление возникающих трудностей, изменяются и регуляторные особенности – самостоятельно планировать свои действия и поведение; создаются и детально прорабатываются конкретные программы собственных действий, что определяет характер, последовательность и способы реализации достижения цели. Результаты показывают, что волевая регуляция взаимосвязана с общим уровнем саморегуляции поведения,

такие люди самостоятельно, гибко и адекватно реагируют на изменения условий, выдвижение и достижение целей у них в большей степени осознанно.

Еще одной задачей нашего исследования было выделение волевых качеств, взаимосвязанных с процессом саморегуляции. Результаты показывают, что существует положительная корреляционная связь между таким показателем саморегуляции, как планирование и волевое качество – самостоятельность ($r=0,28$); программирование и целеустремленность ($r=0,31$); программирование и такое личностное качество, как установка на успех ($r=0,27$); программирование и уровень волевой регуляции ($r=0,24$); гибкость с напористостью ($r=0,41$) и поиск стимуляции ($r=0,38$); регуляторная гибкость и такие волевые качества, как настойчивость ($r=0,23$), смелость ($r=0,34$), решительность ($r=0,29$) и инициативность ($r=0,27$). При развитой волевой регуляции человек более детально выстраивает планы своей деятельности, разрабатывает программы для достижения поставленных целей, больше полагаясь на собственные силы, не прибегая к помощи других, а также берет на себя ответственность за свои дела и поступки. Чем человек настойчивее, смелее, решительнее или более инициативен, тем быстрее и точнее способен оценивать изменения внешних условий, на их основе он перестраивает и тактику своего поведения, и ход работы, деятельности. Чем более люди амбициозны, трудолюбивы и стремятся повысить свою значимость, тем больше они овладевают навыками самостоятельного построения развернутых программ для достижения целей, которые отличаются своей устойчивостью и реалистичностью, а также неизменны независимо от обстоятельств.

Нами получены положительные взаимосвязи между показателем оценивания результатов и дисциплинированностью ($r=0,31$) и отрицательные – со смелостью ($r=-0,25$). Для того чтобы более реалистично и точно оценивать промежуточные результаты своих действий, их соответствие планам, необходимо подчиняться требованиям окружающей среды, но при этом снижаются возможности

человека к решению каких-либо задач в условиях риска или опасности.

Получена положительная взаимосвязь общего уровня саморегуляции с такими волевыми качествами, как упорство ($r=0,26$), самостоятельность ($r=0,32$), деловитость ($r=0,23$), инициативность ($r=0,30$), целеустремленность ($r=0,26$); напористость ($r=0,31$) и установка на успех ($r=0,31$) и уровень волевой регуляции ($r=0,38$). Таким образом, при высоком уровне саморегуляции произвольной активности человека наблюдается развитость волевой регуляции, субъект своими действиями создает такую систему регуляции, внутреннюю самоорганизованность, которая помогает ему преодолевать значительные трудности на пути к цели, выражающаяся в умении продуктивно работать, ставить и удерживать цели, исходя из определенных жизненных принципов. Человека с высоким уровнем саморегуляции отличает стремление быть независимым, порой – чрезмерно настырным, желание получать социальное уважение и признание, а также трудолюбивость и амбициозность.

Регуляторная самостоятельность имеет прямые взаимосвязи с такими личными качествами, как агрессивность ($r=0,33$), напористость ($r=0,33$), манипулятивность ($r=0,35$) и догматизм ($r=0,23$). Человек с высоким уровнем самостоятельности более независим в построении своей системы саморегуляции, стремится следовать только своим интересам при осуществлении деятельности, а также имеет устоявшиеся мнения и твердые взгляды, что помогает ему быть результативнее.

В исследовании выявлены отрицательные взаимосвязи между моделированием и поиском стимуляции ($r=-0,34$); оцениванием результатов и личностными свойствами агрессивность ($r=-0,25$). Те люди, которые тянутся иногда к рискованным ситуациям, не любят predetermined событий, они с трудом выделяют значимые условия на пути к цели.

Анализ результатов при помощи *t*-критерия Стьюдента показал, что существуют значимые различия у респондентов по общему уровню саморегуляции.

Таблица 1

**Сравнительный анализ уровня саморегуляции и личностных качеств
с применением t-критерия Стьюдента**

| Качества | Общий уровень саморегуляции | М | t | Уровень знач. |
|--------------------|-----------------------------|------|--------|---------------|
| Настойчивость | низкий | 1,80 | -2,878 | 0,027 |
| | высокий | 3,00 | | |
| Упорство | низкий | 1,40 | -2,785 | 0,008 |
| | высокий | 2,82 | | |
| Решительность | низкий | 1,60 | -4,841 | 0,001 |
| | высокий | 3,09 | | |
| Смелость | низкий | 2,00 | -2,537 | 0,041 |
| | высокий | 2,91 | | |
| Самостоятельность | низкий | 1,80 | -2,643 | 0,012 |
| | высокий | 3,18 | | |
| Организованность | низкий | 1,80 | -4,578 | 0,000 |
| | высокий | 3,15 | | |
| Инициативность | низкий | 1,80 | -2,570 | 0,014 |
| | высокий | 3,06 | | |
| Целеустремленность | низкий | 1,20 | -6,058 | 0,000 |
| | высокий | 3,12 | | |

Так, при сопоставлении испытуемых с низким и высоким уровнем саморегуляции получены значимые различия по таким качествам, как настойчивость ($t=-2,878$), упорство ($t=-2,785$), решительность ($t=-4,841$), смелость ($t=-2,537$), самостоятельность ($t=-2,643$), организованность ($t=-4,578$), инициативность ($t=-2,570$), целеустремленность ($t=-6,058$).

Таким образом, при высоком уровне саморегуляции наблюдается сформированность индивидуальной системы осознанной саморегуляции поведения человека. При высоком уровне саморегуляции человек легче овладевает новыми видами активности, увереннее чувствует себя в незнакомых ситуациях и его успехи в привычных видах деятельности стабильнее. Полученные результаты (с помощью t-критерия Стьюдента) показывают, что для респондентов, которые

обладают высоким уровнем саморегуляции, характерна способность длительно, не снижая активности, добиваться достижения поставленной цели, умение преодолевать трудности на пути к цели, обдуманность в решении вопросов, возникающих в реализации практических действий и задач в условиях риска, также повышается планирование действий с учетом преодоления трудностей и препятствий, умение ставить и удерживать цели, придумывая новые способы для их реализации.

Получены результаты значимых различий у испытуемых по низкому и высокому уровню волевой регуляции. Так, при сопоставлении испытуемых с низким и высоким уровнем волевой регуляции мы получили значимые различия по таким качествам, как напористость ($t=-4,452$), установка на успех ($t=-4,868$) и организованность ($t=2,108$).

**Сравнительный анализ уровня волевой регуляции и личностных качеств
с применением t-критерия Стьюдента**

| Качества | Уровень волевой регуляции | М | t | Уровень знач. |
|-----------------------------|---------------------------|-------|--------|---------------|
| Напористость | низкий | 14,89 | -4,452 | 0,001 |
| | высокий | 20,67 | | |
| Установка на успех | низкий | 12,74 | -4,868 | 0,001 |
| | высокий | 17,72 | | |
| | высокий | 2,56 | | |
| Организованность | низкий | 3,37 | 2,108 | 0,042 |
| | высокий | 2,50 | | |
| Общий уровень саморегуляции | низкий | 1,37 | -2,168 | 0,037 |
| | высокий | 1,78 | | |

По результатам табл. 2 можно проследить, что при низком и высоком уровне волевой регуляции имеются значимые различия по общему уровню саморегуляции ($t=-2,168$). Таким образом, выявлено, что при высоком уровне волевой регуляции повышается уровень целеполагания и самоорганизации своего поведения.

Результаты исследования показывают, что высокий уровень волевой регуляции характеризуется способностью человека к изменению своего поведения, овладением собой при преодолении трудностей в процессе выполнении деятельности и изменении побуждений к деятельности. Для респондентов с развитой волевой регуляцией характерна независимость, способность отстаивать свои права, напористость, ориентация на успех, стремление к повышению своего социального статуса.

Таким образом, результаты проведенного эмпирического исследования показывают, что при развитой волевой регуляции показатели всех звеньев саморегуляции имеют высокие значения, развивается гармоничный стиль саморегуляции. При сопоставлении высокого и низкого уровня волевой регуляции получены значимые различия по

общему уровню саморегуляции. Но при сопоставлении высокого и низкого уровня саморегуляции не получены значимые различия по волевой регуляции, таким образом, можно отметить, что саморегуляция – это способность к постановке целей, инициации своего поведения для реализации их, но для обеспечения достижения этих целей необходима волевая регуляция, то есть выдвижение цели еще не есть ее выполнение. При изучении взаимосвязи саморегуляции и волевых качеств выявлено, что развитость звеньев саморегуляции обеспечивается такими качествами, как упорство, дисциплинированность, самостоятельность, напористость и установка на успех. Менее всего влияют на развитость профиля саморегуляции такие качества, как деловитость, инициативность и поиск стимуляции. Высокий уровень саморегуляции обеспечивают в основном такие волевые качества, как настойчивость, упорство, решительность, смелость, самостоятельность, организованность, инициативность и целеустремленность.

ЛИТЕРАТУРА:

1. Быков А.В. Особенности волевой регуляции в кризисные периоды развития личности // Вестник Московского государственного областного

- университета. Серия «Психологические науки», 2012. – № 1. – С. 7-16.
2. Быков А.В., Шульга Т.И. Становление волевой регуляции в онтогенезе: Учеб пособие. – М., 1999. – 168 с.
 3. Зотова Л.Э. Агрессия как активное проявление фрустрации (в свете теории психических состояний Н.Д. Левитова) // Проблемы взаимодействия в психологии и социальной практике. Материалы международной научно-практической конференции III Левитовские чтения в МГОУ. – М., 2008. – С. 56-59.
 4. Краева М.Ю. Психологические проблемы «трудного» детства: особенности, причины, помощь: Учеб. пособие. – М., 2011. – 260 с.
 5. Моросанова В.И., Сагиев Р.Р. диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов // Вопросы психологии, 1994. – № 5. – С. 134-140.
 6. Плахотникова И.В., Моросанова В.И. Регуляторная роль отдельных личностных качеств в индивидуально-типических проявлениях саморегуляции произвольной активности // Журнал прикладной психологии, 2004. – № 1. – С. 23-30.
 7. Плахотникова И.В. Роль личностных свойств в индивидуально-типических проявлениях произвольной активности // Фундаментальные исследования в психологии. Личностные и когнитивные аспекты саморегуляции деятельности человека / Под ред. В.И. Моросановой. – М., 2006. – С. 76-84.
 8. Прыгин Г.С. Проявление «автономности» и «зависимости» в осознанной регуляции деятельности: Автореф. ...дис. канд. психол. наук. – М., 1983. – 23 с.