

УДК 159.9:62

ИНТЕГРАТИВНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ РЕГУЛЯЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ

Н. Ю. Волянюк, Г. В. Ложкин

*Национальный технический университет Украины
«Киевский политехнический институт», Киев, Украина
zubanova22@mail.ru*

Необходимость регуляции возникает при осуществлении любой целеустремленной активности в изменяющейся, неопределенной среде. Всякая регуляция заключается в обеспечении устойчивого развития активности на достижение конкретной цели. В деятельности человека психическая регуляция приобретает осознанный и активно преобразующий характер. Посредством психических регуляторов человек направляет свою активность, программирует, реализует, контролирует и корректирует свое поведение и действия. В психологии более всего изучены в качестве регуляторов возможности познавательных процессов, выделены и обоснованы их отличия и свойства, которые рассматриваются с точки зрения когнитивных и регулятивных функций.

Работа посвящена системному анализу интегративных психических процессов регуляции деятельности. В основу изучения проблемы положено предположение о том, что регулятивная роль психики должна раскрываться на основе изучения разнопорядковых явлений. Функции психики (когнитивная, регуляторная и коммуникативная) проявляются в феноменах целеполагания, антиципации, принятия решений, прогнозирования, планирования, программирования и самоконтроля в неразрывном единстве, что позволяет рассматривать их как системные процессы. В каждом из них выражается специфический способ реализации регуляторной функции, выполнение которой становится для субъекта деятельности доминирующей. Интегративные построению и регулятивные по функциональной направленности данные процессы выступают необходимым уровнем интеграции между основными психическими процессами и целостной регуляцией деятельности. Эти процессы характеризует разная степень устойчивости, осознанности и длительность протекания. Реализация субъектом регуляторного процесса есть самостоятельное принятие им ряда взаимосвязанных и согласованных между собой решений, направленных на преодоление информационной неопределенности при развертывании своей активности.

Ключевые слова: регуляция; деятельность; психические процессы; интегративность; осознанность.

INTEGRATIVE MENTAL PROCESSES OF ACTIVITY REGULATION

N. Volianiuk, G. Lozhkin

*National Technical University of Ukraine
«Kyiv Polytechnic Institute», Kyiv, Ukraine
zubanova22@mail.ru*

The need for regulation arises in the implementation of any purposeful activity in the changing, uncertain environment. Every regulation is to ensure the sustainable development of activity to achieve a specific goal. In human activity, psychic regulation acquires purposeful and actively reformative character. Through mental regulators, a person directs his own activity, programs, implements, monitors and corrects the behavior and actions. The possibilities of cognitive processes are the most studied ones as regulators in psychology; their differences and properties, which are discussed in terms of cognitive and regulatory functions, are distinguished and justified.

The work is devoted to system analysis of integrative mental processes of activity regulation. The study of the problem is based on the assumption that the regulatory role of the mind should be disclosed in terms of the study of multi-ordinal phenomena. Mental functions (cognitive, regulatory and communicative) reveal themselves in the phenomena of goal-setting, anticipation, decision making, forecasting, planning, programming, and self-control in the indissoluble unity that allows us to consider them as system processes. In each of them, a particular way of implementing the regulatory function is expressed, the implementation of which becomes dominant for the subject of activity. Integrative by

structure and regulatory by functional orientation, the given processes are the necessary level of integration between the basic mental processes and holistic regulation of activity. These processes are characterized by varying degree of sustainability, awareness and duration of passing. The implementation by the subject of the regulatory process is an independent acceptance of a series of interconnected and mutually coordinated solutions directed to overcome the uncertainty of information in the deployment of the activity.

Keywords: regulation; activity; mental processes; integrative activity; awareness.

ПОСТАНОВКА ПРОБЛЕМЫ

При осуществлении любой деятельности в изменяющихся условиях внешней среды появляется необходимость её регуляции. Всякая регуляция заключается в обеспечении устойчивого развития активности на достижение конкретной цели. В деятельности человека психическая регуляция приобретает осознанный и активно преобразующий характер. Посредством психических регуляторов человек направляет свою активность, программирует, реализует, контролирует и корректирует свое поведение и действия. В отечественной психологии сложилось понимание регуляции как многоуровневой и чрезвычайно динамичной системы психических процессов по поддержанию и контролю активности, направленной на достижение субъектом требуемого результата.

Регуляция деятельности осуществляется как процесс формирования мотивов, целей, планов, оперативных образов, концептуальных моделей, принятия решения, анализа и синтеза текущей информации и сигналов обратной связи [11]. Непостоянство психических регуляторов ведет к изменениям результативных показателей деятельности, снижается или повышается ее интенсивность и в некоторых случаях может изменяться направленность усилий: деятельность может быть либо приостановлена, либо превратиться в неуправляемую (и не всегда осознаваемую) активность [3]. Особенность данной проблемы состоит в том, что регулятивная роль психики должна раскрываться на основе изучения разнопорядковых отношений психики, в каждом из которых психические процессы реально проявляют себя в специфической функции.

Цель исследования состоит в изучении и объяснении психических процессов как регуляторов, обеспечивающих устойчивую направленность активности субъекта на достижение целей деятельности.

РЕЗУЛЬТАТЫ ТЕОРЕТИЧЕСКОГО АНАЛИЗА ПРОБЛЕМЫ

В методологическом и эмпирическом плане в психологии [5; 9; 11; 12; 15] более всего изучены в качестве регуляторов возможности познавательных процессов, выделены и обоснованы их отличия и свойства, которые рассматриваются с точки зрения когнитивных и регулятивных функций. Так, взятые по отношению к объектам окружающего мира, психические процессы открываются исследователю в своей когнитивной функции: субъекту-носителю – как потребности, интересы, Я-концепции, самооценки и другие личностные свойства; организму-носителю – как психофизиологические процессы. Рассматриваемые по отношению к другим субъектам психические процессы проявляются в своей коммуникативной функции. Наконец, по отношению к поведению, деятельности они выступают в своей регулятивной функции. В роли регуляторов выступают не какие-то особые психические явления, а всё те же образы, потребности, интересы, самооценки, личностные свойства, психофизиологические и коммуникативные процессы [14].

В анализе процессуальной регуляции деятельности А.В.Карпов выделяет два класса организации процессов психики: основные и синтетические. Второй класс обозначен им как класс интегративных психических процессов, обеспечивающих психологический синтез системы деятельности [6].

Функции психики (когнитивная, регуляторная и коммуникативная) проявляются в феноменах антиципации, целеполагания, принятия решений, планирования, программирования, прогнозирования и самоконтроля в неразрывном единстве, что позволяет рассматривать их как интегративные и системные процессы регуляции деятельности. В такой последовательности и будут подвергнуты содержательному анализу перечисленные процессы.

Понятие антиципация включает три важных момента для психологического анализа. Во-первых, имеется в виду предвосхищение, предвидение, вероятность и ожидание тех или иных событий или ситуаций, т.е. проявление когнитивной функции психики; во-вторых, готовность к встрече с этими событиями и упреждение их в деятельности, т.е. проявление регулятивной функции психики; в-третьих, любой акт общения человека с другими людьми (от самых элемен-

тарных до сложнейших форм организации совместной деятельности) всегда и неизбежно включает антиципационные процессы, т.е. проявление коммуникативной функции психики [11].

Все многообразие проявлений антиципации может быть упорядочено на основе представлений о содержании внутренних её процессов: вероятности, ситуации и значимости.

Вероятность – субъективная оценка того, какое конкретное поведение приводит к ожидаемому результату. Ожидание личности формируется на основе опыта. Так же, как и значимость (ценность). Ситуация – субъективный смысл обстоятельств жизни (окружение, время, интерпретация, рефлексия и т.п.). Ситуации могут быть: проблемными, напряженными, экстремальными, критическими, конфликтными. Восприятие ситуации и её оценка зависит от опыта, возраста, индивидуальных особенностей, состояний (утомление, подъем, стресс) [8].

В зависимости от типа задач, определяющих те или иные конкретные действия, и критериев, которыми человек пользуется при их решении, можно выделить, по крайней мере, пять уровней антиципации: субсенсорный, сенсомоторный, перцептивный, уровень представлений (вторичных образов), речемыслительный. Ломов Б.Ф. [11] указывал на некоторую условность названий этих уровней, которые обозначают преимущественно когнитивные компоненты антиципации.

Субсенсорный уровень – это уровень неосознаваемых нервно-мышечных преднастроек и движений, с которыми связано выполнение предстоящих действий. Эффекты антиципации этого уровня своеобразны и касаются широкого спектра функциональных сдвигов преимущественно в нервно-мышечной системе.

В перечень антиципирующих эффектов субсенсорного уровня, безусловно, следует включить и некоторые эффекты так называемых идеомоторных актов. В. Джеймс говорил о том, что предваряющие представления о сенсорных последствиях того или иного движения плюс в некоторых специальных случаях еще и «приказ» делают эти последствия вполне реальными. Представление всегда является предвестником произвольного акта. Природа идеомоторного акта двойка – в одних условиях его эффекты могут быть вызваны намеренно, т.е. сознательно, в других – могут возникать произвольно и неосознаваемо. Одно бесспорно – в идеомоторном акте всегда имеется антиципирующее звено [18].

Сенсомоторный уровень – это генетически ранняя форма антиципации. Антиципирующий эффект является здесь выражением относительно элементарного временно-пространственного обнаружения, различения и опережения стимула.

Перцептивный уровень характеризуется определенным усложнением интеграции психических процессов, следствием которой является установка индивида на конечный эффект и синтез прошлого опыта; здесь используются локальные антиципирующие схемы в форме вторичных образов-представлений, которые позволяют выделить задачу, заранее представить возможные реакции и их результат в соответствии с заданным критерием. Класс задач, охватываемых перцептивным уровнем антиципации, возрастает, а диапазон ее «разрешающих эффектов» становится более обширным. Здесь могут наблюдаться различные эффекты предпочтений в выборе оптимальных действий, эвристические способы поиска маршрутов в различных структурах перцептивного поля и т.д.

Уровень представлений предполагает активное использование «структурных» схем, хранящихся в оперативной и долговременной памяти. На этой основе возникает особый специфический эффект панорамного предвосхищения. Панорамные образы в различных формах их проявления весьма характерны для деятельности человека, так как ему приходится ориентироваться не только на то, что он видит перед собой непосредственно, но и на то, что находится «за его спиной» и чего еще нет, но должно произойти. Эффект панорамного предвосхищения переживается человеком как временно-пространственная непрерывность той среды, в которой он действует и будет действовать в ближайший отрезок времени. Следовательно, панорамное предвосхищение – необходимое условие для уверенных действий субъекта как во времени, так и в пространстве [11].

Речемыслительный (вербально-логический) уровень, т.е. уровень преимущественно интеллектуальных операций, связан с еще большим усложнением интеграции психических процессов и появлением других, качественно новых форм предвосхищения. На данном уровне становится возможным более глубокое и широкое обобщение, а также классификация ситуаций, что связано, вероятно, с усилением влияния семантического фактора при использовании внешней и внутренней речи. На этой основе осуществляется внеситуационное, заблаговременно упреждающее планирование действий до наступления ожидаемых событий. Это позволяет субъекту на основе постоянно обновляющейся информации о своем собственном состоянии и готовности к действию формировать гипотезы об ожидаемых событиях. Предвосхищаемая кар-

тина ожидаемых событий служит мысленной моделью того, чего индивид стремится достигнуть в ближайший отрезок времени.

Проблема антиципации на уровне речемыслительных процессов связана с проблемой творчества. В ряде исследований предприняты попытки выявить механизмы возникновения «инсайта» (озарения, догадки, исходной гипотезы, нетривиального решения и т.д.) [17].

Процесс антиципации усложняется в структуре мышления человека при включении в решение групповых, коллективных задач (особенно в условиях противодействия). Синхронизация индивидуальных действий человека с действиями своих партнеров возможна потому, что имеет место постоянное взаимное предвосхищение планируемых во времени и пространстве «ходов». На этой основе возникает коллективный замысел. Одна из его особенностей – опережающий характер, т.е. создание возможностей для временно-пространственного опережения действий других людей (например, конкурента). Такое коллективное предвосхищение лежит в основе процесса координации индивидуальных замыслов с общей стратегией совместных действий группы или коллектива. Естественным является то, что антиципирующий эффект возникает здесь, с одной стороны, при использовании речевой сигнализации (в свернутой, сокращенной форме), с другой – специфических жестов, мимики и пантомимики, в которых в закодированном виде содержится побудительная и осведомительная информация. На основе последней становится возможным взаимопонимание между партнерами при реализации того или иного замысла.

Концепция о многоуровневом строении антиципации подразумевает не изолированность этих уровней друг от друга, а их необходимую взаимосвязь. Так, даже простое сенсомоторное действие, выполняя которое человек, например, должен нажать кнопку при ожидании визуального сигнала, отнюдь не является простой реализацией самостоятельно изолировано «работающего» сенсомоторного уровня антиципации. В эту реакцию включаются в той или иной форме и другие ее уровни: в известной мере и «представленческий» и речемыслительный. Точно так же антиципация на речемыслительном уровне, например, планирование упреждающих действий, может включать (и действительно включает) хотя бы в редуцированном виде сенсомоторные процессы, процессы восприятия и представления, а также субсенсорные процессы. Когда речь идет об уровнях антиципации, то имеется в виду в первую очередь ведущий уровень интеграции различных процессов, включенных в то или иное действие и обеспечивающих достижение определенного результата. Любой уровень антиципации, таким образом, выступает как система процессов: сенсомоторных, перцептивных, мнемических, интеллектуальных и т.д. Системообразующим фактором, который определяет специфику их интеграции, является конкретная задача, направляющая конкретное действие или серию действий в контексте реализации цели деятельности.

В понятийный аппарат психологии давно вошли такие понятия, как экстраполяция, установка, модель потребного будущего, оперативная преднастройка и ряд других. Все они по существу являются однопорядковыми понятиями и характеризуют те или иные стороны процесса целеполагания. Наиболее широким по объему и отражающим существенные свойства системы явлений в перечисленных выше понятиях является «опережающее отражение», предложенное П.К. Анохиным [1]. Оно выступает как родовое по отношению ко всем остальным. Цель выступает как опережающее отражение будущего результата деятельности. В цели, которая формируется в процессе целеполагания, объект отражается как изменяющейся не просто сам по себе, а в результате деятельности. Процесс целеполагания является длительным и спонтанным. Сложность его состоит в необходимости трансформации неосознаваемых желаний в отчетливую цель и осознание ресурсов для достижения результата. Длительность определяется тем, что она не заканчивается только выбором цели. В ходе деятельности появляется множество несогласованных результатов.

Цели ранжируются по трем уровням:

- первый уровень – оперативная цель (сиюминутные, обыденные цели);
- второй уровень – тактические цели (конкретизируют ценности);
- третий уровень – стратегические цели (путь жизненного прогресса).

Характер формирования личности и её изменчивости отражают свойства целей. К ним относятся: глубину, согласованность, пластичность и корректность. Глубина целей заключается в их влиянии на разные области жизни. Данное свойство характеризует стратегические цели. Степени взаимосвязанности и их влияния на иные цели определяются таким свойством, как согласованность. С течением времени любые цели претерпевают трансформации – за это отвечает пластичность. Согласованность между целями тактического и стратегического характера обуславливаются таким свойством, как корректность целей.

На оперативном и тактическом уровнях процесс целеполагания больше связан с аналитическим мышлением и логикой, на стратегическом – с творчеством и синтетическим мышлением.

Целеполагание – мощный мотивирующий фактор. Оно минимизирует или полностью снижает уровень тревожности и уменьшает неопределенность. Отказ от целеполагания может быть обусловлен внутриличностным конфликтом, который зависит от опыта постановки целей без их достижения, из-за недостатка сведений о персональном потенциале.

Достижение поставленной цели – это не одномоментный акт, а более или менее длительный процесс, развертывающийся во времени. Цель развертывается в систему частных задач, каждая из которых реализуется путем выполнения отдельных действий. В принципе, деятельность может быть описана как система сменяющих друг друга действий, но сформированные в начале деятельности цели должны сохраняться в памяти человека, выступая в качестве ведущего регулятора. Разные цели требуют для реализации определенных затрат, которые не всегда распределяются равномерно. Вместе с тем, необходимо иметь в виду, что каждая новая цель, ассимилируемая и реализуемая человеком, приводит к изменениям его мотивационной сферы, которые создают возможность постановки новых, еще более сложных целей.

Процессы принятия решения оказывают наиболее сильное, определяющее влияние как на резульативные параметры деятельности, так и на ее процессуальные особенности. В психологии принятие решений традиционно рассматривается как волевой акт, связанный с выбором цели и способов поведения. Принятие решений пронизывает весь процесс переработки информации человеком и охватывает ряд явлений, различающихся и по уровню взаимодействия человека с окружающей средой, и по положению в структуре целостного поведенческого акта.

Абстрагируясь от конкретного материала и вскрывая только структурно-функциональные характеристики, можно сказать, что все современные математические модели принятия решения опираются на некоторую формализованную структуру, которая представляется следующим образом. В каждой конкретно описанной задаче дана совокупность альтернатив $A = \{a, b, \dots\}$, и субъект, принимающий решение, приходит к одному из возможных исходов или последствий поведения. Эти «исходы» обладают некоторой ценностью для лица, принимающего решение.

Такая ценность может быть выражена объективно как некоторая нормативно одобренная величина (размер выигрыша, соответствие стратегии поведения, количество выработанной продукции, точность выполнения задания и т. д.). Вместе с этим каждый «исход» обладает некоторой субъективной ценностью, которая называется полезностью в зависимости от типа субъекта, принимающего решение, специфики и места в структуре трудового процесса. Определяющими эту специфику параметрами выступают: 1) ведущие детерминанты процессов решения (уровень притязаний, полнота информационной основы деятельности, концептуальная модель); 2) содержание решаемых задач, вид их неопределенности (личностно-мотивационная, информационная, операционная, коммуникативная); 3) значимость вырабатываемых решений для личности; 4) характер преобладающих психических процессов при выборе альтернативы (преимущественно волевой, интеллектуальный или эмоциональный тип решений).

В процессе принятия решения выделяют три этапа: интенциональный, связанный с осознанием и переживанием ситуации неопределенности; операциональный (информационная подготовка решения), направленный на уменьшение неопределенности выбора и поиск критериев его оптимизации; санкционирующий, связанный с формированием уверенности в завершении информационной подготовки решения. Можно предположить, что для каждого этапа существуют свои показатели сложности: для первого – численное выражение неопределенности и значимости решений; для второго – объем оперативного запоминания; для третьего – характер и сила переживаний, сложность «взвешивания» вероятности достижения цели и т. д.

Процесс принятия решения включает выдвигание различных гипотез. В зависимости от выдвигания гипотез и их оценки выделяются пять типов принятия решения: импульсивное (гипотеза принимается без контроля); решение с риском (гипотеза оценивается частично); уравновешенное решение (сбалансированная оценка гипотез); инертное решение (неуверенное выдвигание гипотез). Апостериори установлено, что наименее эффективны импульсивный и инертный тип принятия решения; наиболее эффективны решения, которые сочетают риск с осмотрительностью («осторожная смелость») [6].

Одна из распространенных причин ошибочных выборов решения обусловлена фактором достижения. Субъекту конкретной деятельности свойственно преувеличивать ценность хорошо известных вариантов и вероятность их успешной реализации [10].

В процессе принятия решения чисто психологической характеристикой является познавательный консерватизм либо познавательный радикализм. Он заключается в том, что человек игнорирует дополнительную информацию о каком-либо явлении либо в корне переоценивает конкурирующие варианты и осуществляет выбор решения, завышая значение последнего со-

общения. В качестве причин, порождающих ошибки в выборе решения и препятствующих принятию решения выступают: отсутствие у субъекта ясного представления о возникшей проблеме; незнание возможных альтернатив решения; вес ошибочных установок, неверных шкал ценностей, односторонняя ориентация на достижение личной пользы; необоснованный оптимизм; эффект сопротивления (то что недоступно, непривлекательно) и хорошая атмосфера в противовес уравновешенного решения [9].

Индивидуальные особенности удерживания целей, их детализированность и иерархичность, ориентация на внешний порядок обеспечивается планированием. Различают три основных уровня сложности планирования: работа по ориентирам, работа по образцам и планирование с учетом предполагаемых изменений условий, в том числе и вероятного возникновения новых событий и факторов деятельности.

Наиболее элементарный уровень – работа «по ориентирам». Деятельность подчинена в основном ходу внешних событий, у человека фактически нет заранее обдуманного плана, реагирование (на события) носит случайный характер, что сопровождается избыточным напряжением и хаосом. Более высокий уровень – работа по образцу (шаблону). При такой организации человек имеет достаточно жёсткий план обеспечения эффективности и качества деятельности. Однако новые (неожиданные) события могут дезорганизовать работу, протекающую по стандартному плану. Наиболее высокий уровень – это планирование с учётом вероятности возникновения тех или иных событий. В этом случае человек намечает общую стратегию деятельности, но без детализации, что даёт возможность в зависимости от конкретных условий изменить характер и последовательность действий.

Содержание процесса планирования имеет определенную последовательность основных этапов, составляющих временную структуру планирования:

- 1) общая ориентировка в ситуации, определение основных трудностей для достижения цели;
- 2) выработка ряда альтернативных вариантов выхода из сложившейся ситуации;
- 3) сравнительный анализ этих вариантов, взвешивание их преимуществ и недостатков, а также определение цены реализации каждого;
- 4) собственно выбор того или иного варианта максимизирующего вероятность достижения целей деятельности;
- 5) конкретизация и детализация этого варианта и разработка технологии его осуществления;
- 6) реализация плана;
- 7) оценка эффективности, внесение в случае необходимости коррекции; сопоставление реально достигнутых результатов с исходными целями.

Планирование определяет общую канву деятельности и потенциал поведения (вариативный ресурс поведения субъекта в конкретных ситуациях).

Информационным образованием, которое определяет последовательность и способы действий, направленных на достижение цели, является программирование. Содержательная направленность программирования, с одной стороны, обеспечивается сходными со всеми регулярными функциями [2] аспектами самосознания, с другой – имеет свою специфику. Программирование обеспечено средствами позитивного самоотношения, и как следствие, характеризуется отрицательной связью с чувством вины и положительной – со стремлением к самоактуализации, ориентацией на настоящее и стойкостью в достижении цели. Специфика программирования проявляется в его связи с ценностями самоактуализации в противоположность ценности удовольствия. По-видимому, ценность удовольствия вступает в конфликт с необходимостью достижения результата и таким образом затрудняет построение развёрнутых и детализированных программ и продумывание конкретных способов действия.

Программирование по нормативной последовательности действий ограничивает субъективное представление о путях достижения цели. Воздействие стрессов [16] может обусловить несоответствие имеющихся программ новыми обстоятельствами. В такой обстановке ранее усвоенная программа, если она не предусматривает возможности совмещения разноцелевых действий, оказывается недостаточной и не обеспечивает стрессоустойчивое поведение человека.

Поэтому роль данного интегративного процесса в регуляции деятельности состоит в том, чтобы за счёт актуализации ранее усвоенных программ, их перестройки и построения новых вариантов обеспечить выполнение исполнительных действий. О степени устойчивости этого процесса можно судить по гибкости программ, ведущих к достижению цели.

В тесной взаимосвязи с процессами регуляции находится и прогнозирование. Психологический прогноз предполагает определение меры и способы активности самого человека, кото-

рый может обеспечить реализацию того или иного варианта из возможных. Так, предсказание успеха может вызывать мобилизацию сил, а предсказание катастрофы способно вызвать панику, обострить ситуацию, но может вызвать и своевременное вмешательство в ликвидацию угрозы.

Различают три основных способа прогнозирования: экстраполяция, моделирование, экспертиза. Многоаспектный и сложный вопрос психологического прогнозирования основан на получении исходной диагностической информации о субъекте (объекте). Типовая последовательность прогнозирования содержит следующие основные компоненты: предпрогнозная ориентация, прогнозный фон, исходная модель, поисковый прогноз, нормативный прогноз, оценка степени достоверности. Одна из основных гипотез о природе прогнозирования заключается в том, что выводы о возможности или вероятности события делаются на основе изучения, анализа и обобщения предшествующего опыта – истории развития предсказываемого события. Однако, прогноз, составленный только на основе предысторий, продукт весьма маловероятный. Дело в том, что ни одно предсказание не может учесть до конца мотивов, побуждений и состояния личности в данный момент [4].

Обычно прогнозирование рассматривается как процесс, предшествующий прогнозу. Вместе с тем следует отметить, что прогнозирование, если его рассматривать как деятельность субъекта, направленную на получение опережающей информации, представляет собой специфический, вполне самостоятельный, интегративный психический процесс регуляции деятельности. Неотъемлемым элементом любого прогнозирования является диагноз. Но в диагностике мы имеем дело с конкретным объектом и идентифицируем его в терминах научных знаний. В прогнозе же – в рассуждениях о естественной динамике изучаемого объекта. Изложенное выше позволяет определить, что прогнозирование – это процесс получения опережающей информации об объектах исследования (изучения), который может рассматриваться в трёх аспектах: во-первых, как своеобразная форма опережающего познания; во-вторых, как процесс составления аргументированных заключений – прогнозов; в-третьих, как определённая система разработки верификации прогнозов, включающая обоснование, принципы и научный аппарат прогнозирования. Важным и, пожалуй, центральным моментом прогнозирования является собственно предсказание и связанный с ним процесс планирования достижения идеальной цели (продукта деятельности).

К числу обязательных признаков сознания и самосознания относится самоконтроль, который является условием адекватного психического отражения субъектом своего внутреннего мира и окружающей его объективной реальности. В этом качестве самоконтроль оказывается вовлеченным во все формы психических явлений, присущих человеку (процессы, состояния, свойства) [13]. По своей сути самоконтроль выступает как функция компенсации вероятных ошибок и осуществляется путём проверки субъектом своих действий, их дублирования, углублённой оценки ожидаемого результата.

Человек может выступать в роли объекта и субъекта контроля. Как существо общественное, человек является объектом контроля со стороны окружающих его людей; как субъект – является носителем контрольных механизмов. Направленность контроля может быть различной: вовне и на себя. В первом случае объектом контроля для человека выступают поведение и деятельность других людей. В другом – свои поступки и действия. Именно в последнем случае, когда человек контролирует собственную психическую сферу, мы имеем дело с самоконтролем.

Самоконтроль обязательно предполагает эталон, т. е. то, что должно быть. Степень совпадения контролируемой и эталонной составляющих определяется с помощью операции сличения. Процесс сличения и степень совпадения контролируемой и эталонной составляющих формируют информационное содержание механизма самоконтроля.

Таким образом, функция самоконтроля заключается в установлении степени совпадения сличаемых компонентов. Информационное содержание входящих в состав самоконтроля компонентов будет меняться в зависимости от того, в каком контексте оно проявляется.

Самоконтроль включён во все виды деятельности человека (игровую, учебную, трудовую, научную) и пронизывает все психические явления. Различают произвольный и непроизвольный виды самоконтроля. Непроизвольный самоконтроль связан с биологическим уровнем, который обеспечивает жизнедеятельность организма. Психологический и социальный уровни рассматривания предполагают формирование произвольного вида самоконтроля. Осознанный самоконтроль органичным образом взаимосвязан с базовыми компонентами деятельности, какими прежде всего являются её мотивы и цель.

На реализацию самоконтроля оказывают прямое влияние такие факторы, как понимание его значения для надёжного выполнения деятельности. В определённой зависимости находятся между собой уверенность и самоконтроль. Пониженная уверенность в себе ведёт к дополни-

тельной активации самоконтроля с целью проверки правильности выполняемых действий. С другой стороны, субъект, отличающийся излишней самоуверенностью, минимизирует самоконтроль и склонен к быстрому принятию решений, однако не всегда достаточно обоснованных и потому содержащих в себе немалый элемент риска.

Существенное влияние на функционирование самоконтроля оказывают сложность выполняемой деятельности, окружающая среда, режим труда и отдыха человека. Чрезмерное напряжение, переутомление, стресс, монотонность в работе ведут, как правило, к ослаблению самоконтроля. На характер функционирования самоконтроля оказывают влияние и индивидуальные особенности человека (экстраверсия-интроверсия, тревожность, ответственность) [7].

Важно отметить, что самоконтроль подвержен целенаправленному развитию в процессе профессионализации личности. Формы самоконтроля довольно разнообразны и зависят от этапов технологического, научного и социального прогресса, от характера выполняемых действий, от модальности используемых каналов восприятия от адекватности и полноте эталона ситуации, от каналов обратной связи с точки зрения своевременности представления информации и т. д.

ВЫВОДЫ

Интегративные психические процессы характеризуются разной степенью устойчивости, осознанности и обуславливаются спецификой деятельности. Целеполагание, антиципация, принятие решения, прогнозирование, планирование, программирование, самоконтроль – интегративные по строению и регулятивные по функциональной направленности процессы выступают необходимым промежуточным звеном, этапом, уровнем интеграции между основными психическими процессами и целостной регуляцией деятельности.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональных систем / Петр Кузьмич Анохин. – М.: Наука, 1978. – 400 с.
2. Бодров В.А. Психология профессиональной деятельности. Теоретические и прикладные проблемы / Вячеслав Алексеевич Бодров. – М.: Изд-во «Институт психологи РАН», 2006. – 623 с.
3. Волянюк Н.Ю. Педагогическая деятельность и ее регуляторы / Г.В.Ложкин, Н.Ю.Волянюк // Практична психологія і соціальна робота. – № 3 (180). – 2014. – С. 1-4.
4. Волянюк Н.Ю. Психологічні основи прогнозування в системі професійної соціалізації особистості / Н.Ю. Волянюк, Г.В.Ложкін // Зб. наук. пр. ІП АПНУ. – Т. ІХ. – Ч. 4. – 2007. – С. 215-222.
5. Завалишина Д. Н. Практическое мышление: Специфика и проблемы развития / Д.Н. Завалишина. – М.: Изд-во «Институт психологи РАН», 2005. – 376 с.
6. Карпов А.В. Теоретические и экспериментальные основы метакогнитивной регуляции деятельности / А.В. Карпов // Психология саморегуляции в XXI веке. – СПб.-М.: Нестор-История, 2011. – С. 90-125.
7. Климов Е.А. Введение в психологию труда / Е.А. Климов. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 199 с.
8. Корнилов Ю.К. Как ситуация становится проблемой / Ю.К. Корнилов // Практическое мышление и опыт: ситуативность и инструментальность обобщений: Сб. статей [под ред. Ю.К. Корнилова]. – Ярославль, 2000. – С. 3-14.
9. Ложкін Г.В. Психологічний потенціал професіоналізації суб'єкта діяльності / Г.В. Ложкін // Особистість у просторі культури. Матер. ІІІ Севастопольської наук.-практ. міжнар. симп. – Севастополь, 2009. – С.106.
10. Ложкін Г.В. Психологія праці : навч. посібник / Г.В.Ложкін, Н.Ю.Волянюк, О.О.Солтик ; за заг. ред. Г.В.Ложкіна. – Хмельницький : ХНУ, 2013. – 191 с.
11. Ломов Б.Ф. Психическая регуляция деятельности / Б.Ф. Ломов. – М.: Изд-во «Институт психологи РАН», 2006. – 624 с.
12. Мерлин В. С. Психология индивидуальности / В.С. Мерлин. – М. : Изд-во Ин-та практ. психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1996. – 448 с.
13. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феномен, структура и функции в произвольной активности человека / В.И. Моросанова. – М.: Наука, 2001. – 192 с.
14. Никифоров Г.С. Надежность профессиональной деятельности / Г. С. Никифоров. – СПб.: Изд-во С.-Петербург. ун-та, 1996. – 176 с.

15. Обознов А.А. Психическая регуляция операторской деятельности: в особых условиях рабочей среды / А.А. Обознов [под ред. В.А.Бодрова]. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2003. – 182 с.
16. Прохоров А.О. Смысловая регуляция психических состояний / А.О.Прохоров. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. – 352 с.
17. Психология творчества: школа Я.А. Пономарева / Под ред. Д.В.Ушакова. – М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. – 624 с.
18. James, W. (1950) *The principles of psychology*. New York: Holt, Rinehart and Winston. Unaltered republication. New York: Dover, 1950, pp. 23-43.

REFERENCES:

1. Anokhin, P.K. (1978). *Fylosofskye aspekty teoryy funktsyonalnykh sistem [Philosophic aspects of the functional systems theory]*. Moscow, Nauka.
2. Bodrov, V.A. (2006). *Psykhologhiya professyonalnoi deiatelnosti. Teoretycheskiye y prykladnyye problemy [Philosophy of professional activity. Theoretical and practical problems]*. Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
3. Volyanyuk, N.Yu., & Lozhkin, G.V. (2014). Pedagogicheskaia deiatelnost y ee rehuliatory [Pedagogical activity and its regulators]. *Praktychna psykholohiia i sotsialna robota*, 3 (180), 1-4.
4. Volyanyuk, N.Yu., & Lozhkin, G.V. (2007). Psykhologichni osnovy prohnozuvannia v systemi profesiinoi sotsializatsii osobystosti [Psychological bases of prediction in the system of professional socialization of personality]. In *IP APNU*, Volume IX, Part 4, 215-222.
5. Zavalishina, D.N. (2005). *Praktycheskoe myshlenye: Spetsyfyka y problemy razvytyia [Practical thinking: Specifics and problems of development]*. Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
6. Karpov, A.V. (2011). Teoretycheskiye y eksperymentalnye osnovy metakohnytvnoi rehuliaty sy deiatelnosti [Theoretical and experimental bases of metacognitive regulation of activity]. *Psykhologhiya samorehuliaty sy v XXI veke*, Saint-Petersburg - Moscow, Nestor-Istoriia, 90-125.
7. Klimov, E.A. (1988). *Vvedeniye v psykholohiyu truda [Introduction into LaborPsychology]*. Moscow, Izd-vo MGU.
8. Kornilov, Yu.K. (2000). Kak sytuatsiya stanovitsia problemoi [How situation becomes a problem]. *Praktycheskoe myshlenye y opyt: sytuativnost y ynstrumentalnost obobshchenyi*, Yaroslavl, 3-14.
9. Lozhkin, G.V. (2009). Psykhologicheskyi potentsyal professyonalizatsy sy subiekta deiatelnosti [Psychological potential of professionalization of the actor]. In *Osobystist uprostori kultury: III Sevastopol nauk.-prakt. mizhnar. symp.*, Sevastopol, 106.
10. Lozhkin, G.V., & Volyanyuk, N.Yu., & Soltyk, O.O. (2013). *Psykhologhiia pratsi [LaborPsychology]*. Khmelnytskyi, KhNU.
11. Lomov, B.F. (2006). *Psykhicheskaia rehuliaty sya deiatelnosti [Psychological regulation of activity]*. Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
12. Merlin, V.S. (1996). *Psykhologhiya yndyvudualnosti [Psychology of Individuality]*. Moscow, Izd-vo «Instytut praktycheskoi psykholohyy», Voronezh, Izd-vo «MODEK».
13. Morosanova, V.I. (2001). *Indyvudualnyi styl samorehuliaty sy: fenomen, struktura i funktsii v proizvol'noj aktivnosti cheloveka [Individual style of self-regulation: phenomenon, structure and function in human activity]*. Moscow, Nauka.
14. Nikiforov, G.S. (1996). *Nadezhnost professyonalnoi deiatelnosti [Reliability of professional activity]*. Saint-Petersburg, Izd-vo S.-Peterburh. un-ta.
15. Oboznov, A.A. (2003). *Psykhicheskaia rehuliaty sya operatorskoi deiatelnosti: v osobykh uslovyakh rabochei sredy [Psychological regulation of operator activity: under specific conditions of labor environment]*. Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
16. Prokhorov, A.O. (2009). *Smyslovaia rehuliaty sya psykhycheskykh sostoianyi [Sense regulation of psychological states]*. Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
17. (2006). *Psykhologhiya tvorchestva: shkola Ya. A. Ponomareva [Psychology of Creativity: school of Ya. A. Ponomarev]*. Edited by D.V. Ushakov, Moscow, Izd-vo «Instytut psykholohii RAN».
18. James, W. (1950). *The principles of psychology*. New York: Dover, 23-43.

Стаття надійшла до редакції 22.08.2015 р.