

Общая психология

УДК 159.9

Исследование типологии саморегуляции субъекта и его адаптации в условиях изменения профессиональной деятельности

The study of the typology of self-regulation of the subject and his adaptation in the condition of changing professional activity

Хусаинова С.В., ФГБНУ «Институт педагогики, психологии и социальных проблем»,
sv_husainova@mail.ru

Лебедчук П.В., ФГБОУ ВО «Курская государственная сельскохозяйственная академия имени И.И. Иванова», lebedchuk@mail.ru

Husainova S., FSBNU "Institute of Pedagogy, Psychology and Social Problems,"
sv_husainova@mail.ru

Lebedchuk P., Kursk State Agricultural Academy named after I.I. Ivanova, lebedchuk@mail.ru

DOI: 10.51379/KPJ.2023.159.2.028

Ключевые слова: субъектная саморегуляция, субъект, адаптация, профессиональная деятельность, регуляторный опыт.

Keywords: subjective self-regulation, subject, adaptation, professional activity, regulatory experience.

Аннотация. Актуальность статьи обусловлена изучением саморегуляции субъекта и адаптации в условиях изменения профессиональной деятельности. Цель статьи – раскрыть особенности адаптации лиц с разным типом саморегуляции. В качестве основы изучения саморегуляции, регуляторного опыта и адаптации развивается субъектный подход, раскрывающий особенности анализа полученных данных о регуляции лиц в условиях изменения профессиональной деятельности. Авторы дают определение саморегуляции деятельности, в которой осознанное регулирование произвольной активности можно провести через оптимизацию деятельности и реализацию поставленных целей, что позволит оптимизировать процесс адаптации личности к условиям изменения. В статье проведен анализ теорий саморегуляции и адаптации субъекта. В результате проведенного исследования выявлено, что изучать особенности адаптации в условиях профессиональной деятельности можно, выявляя степень сформированности эффективной самостоятельности. Определено, что лица с автономным типом регуляции выступают более рационально в выполняемой деятельности. Лица со смешанным типом используют качества как автономного, так и зависимого типов регуляции. А лица с зависимым типом проявляют себя иррационально, требуя поддержки извне. Изучены условия изменения профессиональной деятельности и выявлено, что они характеризуются фактором регуляторной активности и адаптированности к работе. Существует необходимость в постановке комплексной задачи для проведения дальнейших исследований и определения места и уровня значимости осознанной саморегуляции субъекта в процессе профессионального переобучения.

Статья предназначена для психологов, исследователей, работников центров занятости, аспирантов, работников научных организаций и педагогов-психологов.

Abstract. The urgency of the article is caused by study of self-regulation of the subject and adaptation in the conditions of change of professional activity. The aim of the article is to reveal the peculiarities of adaptation of persons with different types of self-regulation. A subjective approach is developed as a basis for studying self-regulation, regulatory experience and adaptation, revealing the peculiarities of analyzing the obtained data on the regulation of individuals under conditions of changes in professional activity. The authors give a definition of activity self-regulation, in which conscious regulation of voluntary activity can be carried out through the optimization of activity and implementation of goals, which will optimize the process of adaptation of the individual to the conditions of change. The article analyzes the theories of self-regulation and adaptation of the subject. As a result of the conducted

research it was revealed that it is possible to study the peculiarities of adaptation in the conditions of professional activity by revealing the degree of formation of effective autonomy. It was determined that persons with autonomous type of regulation perform more rationally in the performed activity. Persons with the mixed type use the qualities of both autonomous and dependent types of regulation. And those with the dependent type show themselves irrationally, demanding support from outside. The conditions of changing professional activity were studied and it was revealed that they are characterized by the factor of regulatory activity and adaptability to work. There is a need to set a complex task for further research and determine the place and level of significance of conscious self-regulation of the subject in the process of professional retraining.

The article is intended for psychologists, researchers, employees of employment centers, graduate students, employees of scientific organizations and educational psychologists.

Введение. В современном мире темпы общественной динамики, затрагивающие все сферы жизнедеятельности, ставят человека перед необходимостью непрерывной и широкомасштабной адаптации к постоянно изменяющейся социальной среде. Это особенно характерно для нашей страны, где за последние время произошли резкие изменения в политике, экономике, что показало необходимость трансформации в вопросах занятости населения. Проблема ликвидации безработицы является одной из актуальных общественных программ. Сегодня региональными управляющими органами разрабатываются инновационные проекты, связанные с решением важнейшей задачи по повышению занятости населения.

При этом федеральные органы, проводя оптимизацию по включению в работу соответствующих служб и методов переживания психологических состояний в ситуации изменения, не занимаются включением данных лиц в их профессиональную и социальную самореализацию. В основном помощь официальных структур сводится лишь к поиску нового места работы для субъекта. Как показывает практика, нередко безработным, прошедшим переобучение по новой специальности, не удается адаптироваться к полученной профессии, трудно заявить о себе работодателю, не имея необходимого опыта работы.

Как замечают специалисты, в последнее время рынок заполнен подготовленными специалистами в одной или нескольких областях профессиональной реализации, что не дает однозначно сегментировать рынок труда по востребованным профессиям.

Профориентационная работа в государственных службах в основном направляет свою деятельность на лиц молодого возраста и не всегда готова гибко переходить под программу профессиональной переориентации взрослого населения. Данные программы требуют учета возрастных особенностей и развития необходимых методов психологической помощи безработным. Также недостаточен опыт

практических действий таких служб в ситуации экономической и социальной дестабилизации российского общества. Цель данной статьи – раскрыть особенности адаптации лиц с разным типом саморегуляции в описанных условиях.

Материалы и методы. Профессор Оксфордского университета, социальный психолог М. Аргайл, рассматривая особенности трудовой жизни в зрелом возрасте, обратил внимание на то, каким образом происходит включение человека в профессиональную деятельность в современном мире, и показал, что это один из существенных факторов, влияющих на принятие себя в мире и формирование такого чувства, как удовлетворенность жизнью. Рассматривая включение субъекта в профессиональную и трудовую деятельность, которая ведет к перестройке отношений человека с обществом, он определил, что существует совершенно новая социальная ситуация развития человека, в которой он начинает выступать в качестве субъекта труда. Оказалось, что одним из основных компонентов профессиональной деятельности является приспособление человека к новым условиям [16].

Адаптация как свойство и способность человека рассматривалась другим западным исследователем Х. Аубертом. Он подробно изучал, каким образом происходит понижение и повышение световой чувствительности при изменениях освещенности. С его подачи понятие «адаптация» как способность к приспособлению стала употребляться во всех науках для обозначения задатков живых организмов адаптироваться к среде обитания. Термин нашел применение и в социологии, и психологии и рассматривался как определенное состояние, способствующее приспособлению к социуму, а также успешной работе в коллективе [17].

Б.Г. Ананьевым, В.С. Выготским, А.Н. Леонтьевым, Б.Ф. Ломовым, А.В. Петровским адаптация рассматривалась как возможность ориентироваться в определенных условиях и активно взаимодействовать со средой, проявлять самоидентификацию ролевой позиции в поведении, а также регулировать проявленные

ценности, что в целом способствует реализации адаптации личности [1;2;6;7;10].

Е.А. Климовым процесс профессиональной адаптации понимался как возможность найти применение способностям субъекта труда в профессии. Индивидуальный стиль деятельности устанавливается активностью или, как говорят, формируется индивидуальным стилем деятельности. Под ним ученым понималось то, каким образом происходит формирование основных профессиональных навыков и овладение профессией – в этот процесс включена устойчивая система приёмов и способов выполнения деятельности, а также процесс формирования личностных свойств [3].

А.К. Маркова рассмотрела такой фактор, как необходимость формирования активного профессионального характера: человек сам способен приспособить профессию к себе в творческом её преобразовании. Исследователь подчёркивала, что успешная профессиональная адаптация позволит достичь определённой сферы профессионализма [8].

Н.А. Сырникова в своих исследованиях профессиональной адаптации говорила о том, что необходимо изучать профессионально взаимосвязанные мотивы. Это мотивы саморазвития, включённые в процесс самосовершенствования. Процессы личностного и профессионального развития являются важными субъективными факторами, включающими адаптацию личности и субъекта. В процессе адаптации на производстве человек охвачен перестройкой своей трудовой деятельности в соответствии с нормативами труда, а также установлением контактов с окружающей средой. Исследователь утверждала, что развитие профессиональных навыков идёт двумя путями – при помощи включения саморегуляции и регуляции исполнительной деятельности [13].

На наш взгляд, в литературе недостаточно рассмотрены особенности профессиональной адаптации лиц, находящихся на учете в службе занятости и проходящих переобучение по новой для них специальности. С нашей точки зрения, саморегуляция деятельности есть осознанное регулирование произвольной активности субъекта, позволяющее провести оптимизацию деятельности и добиться поставленных целей, ускорить процесс адаптации личности к условиям изменения профессиональной деятельности.

В качестве методологической основы изучения саморегуляции, регуляторного опыта и адаптации нами развивается субъектный подход, раскрывающий особенности анализа полученных

данных о регуляции лиц в условиях изменения профессиональной деятельности [5;12].

О.А. Конопкин в концепции осознанной саморегуляции активности показал, что ее структура является самой универсальной системой в исследовании поведения и деятельности человека и максимально способствующей достижению цели. «Осознанная саморегуляция понимается как системно-организованный процесс внутренней психической активности человека по инициации, построению, поддержанию и управлению разными видами и формами произвольной активности, непосредственно реализующей достижение принимаемых человеком целей. ...От степени совершенства процессов саморегуляции зависит успешность, надежность, продуктивность, конечный исход любого акта произвольной активности. Исследование процесса саморегуляции открывает большие, во многом специфические, нетрадиционные возможности для понимания и содержательного объяснения общих закономерностей построения и реализации человеком своей произвольной активности» [4].

Звеньевой компонент контура саморегуляции произвольной деятельности составляет замкнутый круг осознанного регулирования деятельности. Данный контур предполагает планирование, программирование, моделирование, оценку результата деятельности и его коррекцию. То есть саморегуляция выступает как сознательная активность человека, уравновешивающая внутреннюю и внешнюю среду при достижении результата деятельности в изменяющихся условиях.

Исследования, проведенные А.К. Осницким, подтверждают выявленные условия реализации активности субъекта наличием регуляторного опыта. «Регуляторный опыт приобретает в процессе естественного развития и под влиянием обучения и воспитания. Определяющим для его формирования и совершенствования является самостоятельная проектируемая человеком активность, обеспечивающая постоянное обновление регуляторного опыта как информационной системы. Выступая как результат рефлексии прошлой активности, регуляторный опыт используется для проектирования деятельности, определяет её успех в настоящем и стратегию в будущем» [9].

В аспекте успешного выполнения деятельности Г.С. Прыгиным выявлена личностно-субъектная саморегуляция деятельности. Данная концепция указывает на симптомокомплекс личностных качеств,

формирующихся в онтогенезе и способствующих достижению субъектом результата без помощи других людей.

Субъектная регуляция позволяет раскрыть внутреннее содержание системы саморегуляции в ее звеньевой сообразности. Г.С. Прыгиным выявлены следующие типы саморегуляции деятельности: автономный, зависимый, смешанный. На основе данной типологизации было установлено, что автономные испытуемые самостоятельно находят информацию, необходимую для реализации цели, что указывает на их способность к коррекции результата деятельности. Для них характерна самостоятельность, независимость от посторонней помощи, автономность в выполнении деятельности. Их главная черта – способность к саморегуляции – «нацелена» на получение высокого уровня результатов.

Зависимый тип саморегуляции предполагает несамостоятельность в организации и осуществлении какой-либо деятельности, важность наличия постоянного контроля и помощи со стороны – только в таких условиях возможно сколько-нибудь успешное завершение работы, достижение цели. Для данного типа испытуемых характерно уделять существенное значение фактору случайности в получении положительных результатов в деятельности. Им свойственны также структурно-функциональные дефекты компонента «модель субъективно значимых условий деятельности», а также недостаточное развитие уровня его сформированности.

Испытуемые со смешанным типом субъектной регуляции характеризуются увеличением межфункциональных связей и целостностью системы саморегуляции [11].

С.В. Хусаиновой определена необходимость учета психической саморегуляции в системе непрерывного образования. Поиск системных элементов в структуре внутренних и внешних компонентов саморегуляции произвольной деятельности, которые способны влиять на получение результата, поможет выявить трудности в создавшихся условиях изменения профессиональной деятельности [14;15].

Мы предполагаем, что изучать особенности адаптации в условиях изменения профессиональной деятельности целесообразно, выявляя степень сформированности так называемой «эффективной самостоятельности». Для этого в исследовании нами применялись тестовые методики: нестандартизированное интервью, анализ документов (фиксация результатов поиска работы), беседа, методика Г.С. Прыгина по выявлению автономности-зависимости [11], тест социально-психологической адаптированности Роджерса и Даймонда в редакции А.К. Осницкого [9].

Результаты исследования. Экспериментальной базой для проведения исследования явилась группа, состоящая из безработных, проходивших переобучение по специальности «менеджер» г. Курске. В исследовании приняли участие 63 человека в возрасте от 23 до 36 лет.

В результате были выявлены особенности эффективной самостоятельности и регуляторного опыта у лиц, в момент исследования оказавшихся на учете в центре трудоустройства и занятости населения.

По результатам методики Г.С. Прыгина было установлено, что 18% испытуемых относятся к группе лиц «автономные», 35% – к группе «зависимые», 47% – «смешанные», см. рисунок 1.

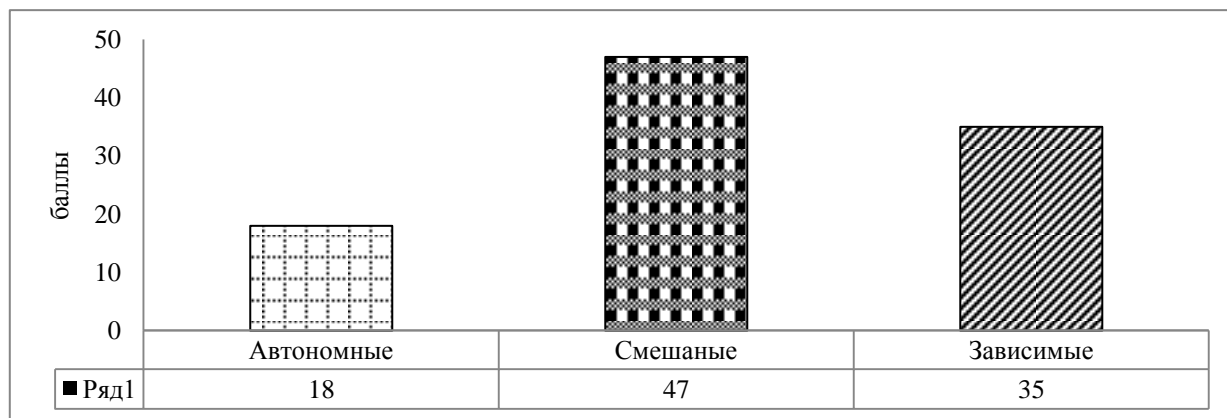


Рисунок 1. - Гистограмма распределения баллов безработных по методике определения типа субъектной саморегуляции Г.С. Прыгина

Группы лиц с зависимым и смешанным типом регуляции оказались преобладающими по фактору обращения за услугами в центр занятости. Основная группа из них образуется субъектами, склонными обращаться за помощью других. Они, находясь в ожидании разрешения ситуации, испытывают неуверенность в выборе будущей профессии, негативные переживания в сложившихся обстоятельствах. Многие испытуемые этой группы оказались не готовы к освоению новой профессии. У некоторых безработных ситуация потери работы вызвала обострение проблем в личной жизни и семье.

Для безработных, вошедших в группу «автономные», характерно желание как можно больше узнать о другой специальности, углубиться в самостоятельный поиск нового места работы. Они не боялись произошедших перемен в жизни, были готовы к изменениям и нацелены на успех.

Основную группу составили лица со смешанным типом регуляции – в основном они активные и уверенные в себе, но не все из них проявляют инициативу в выходе из сложившейся ситуации. Отмечен случайный выбор профессии, фиксировались случаи незаконченного обучения, а также снижение личных предпочтений в выборе будущей работы и развитии собственных способностей. Также были отмечены случаи вторичного сокращения на рабочих местах.

Лица с автономным типом регуляции поступают более рационально в выполняемой деятельности. Лица со смешанным типом используют качества как автономных, так и зависимых. А лица с зависимым типом регуляции ведут себя иррационально, требуя поддержки извне.

Нами выявлено, что субъекты, находясь в ситуации изменения, показали высокий уровень переживаний о потере работы и субъективные переживания относительно своего положения в сложившейся ситуации. По методике социально-психологической адаптированности Роджерса и Даймонда в редакции А.К. Осницкого была выявлена положительная корреляционная связь ($p=0,05$) показателей высокой адаптированности лиц автономного типа с умениями

саморегуляции. У лиц с зависимым типом саморегуляции выявлена отрицательная связь по данным показателям ($p=0,03$): их регуляторные умения оказались на низком уровне. Итак, было определено, что существует связь успешной адаптации к изменению профессиональной деятельности со сформированностью симптомокомплекса эффективной самостоятельности у лиц, потерявших работу.

В случае, когда симптомокомплекс личностных качеств эффективной самостоятельности недостаточно сообразен, у человека, испытывающего трудности в ситуации изменения профессиональной деятельности, снижается контроль получения результата деятельности, что требует организации психологического сопровождения в целях оптимизации компонентов регуляторного опыта и повышения его умений саморегуляции.

Заключение. Полученные данные можно использовать в качестве основы для организации социально-психологического сопровождения безработных граждан, проходящих переобучение. Новизна исследования заключается в изучении особенностей саморегуляции субъекта в условиях изменения профессиональной деятельности. Важность формирования механизмов осознанно произвольной саморегуляции деятельности в процессе профессионального переобучения обуславливается приобретаемым субъектным регуляторным опытом, способствующим развитию умений и навыков в будущей профессиональной деятельности, обретению способности к более короткому времени адаптации на рабочем месте и открытости профессиональному опыту. Существует необходимость в постановке комплексной задачи для проведения дальнейших исследований, направленных на определение места и уровня значимости осознанной саморегуляции субъекта в процессе профессионального переобучения. Комплексное изучение социально-психологических особенностей в условиях изменения профессиональной деятельности будет способствовать разработке модели психологического сопровождения субъекта в процессе профессионального переобучения.

Литература:

1. Ананьев Б.Г. Избранные психологические труды. Т. 2 / Б.Г. Ананьев. – М.: Педагогика, 1980. – 286 с.
2. Выготский Л.С. Мышление и речь. Психологические исследования / Л.С. Выготский; под ред. и со вступительной статьей В. Колбановского; Государственное социально-экономическое изд-во Москва, Ленинград. - 1934. - 362 с.
3. Климов Е.А. Психология профессионала: Избранные психологические труды / Е.А. Климов. - М., 2003 - 456 с.
4. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности / О.А. Конопкин; предисл. В.И. Моросановой. - Изд. 2-е, испр. и доп. – М.: ЛЕНАНД, 2011. – 320 с.

5. Лебедчук П.В. Особенности формирования профессионального самосознания студентов педвуза: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.07 / Лебедчук Петр Васильевич. - М., 1995. - 24 с.
6. Леонтьев А.Н. О формировании способностей / А.Н. Леонтьев // Вопросы психологии. - 1960. - № 1. - С. 13-21.
7. Ломов Б.Ф. К проблеме деятельности в психологии / Б.Ф. Ломов // Психологический журнал. - 1981. - Т. 2. - № 5. - С. 3-22.
8. Маркова А.К. Психология профессионализма / А.К. Маркова. - Москва: Междунар. гуманитар. фонд "Знание", 1996. - 308 с.
9. Осницкий А.К. Психологические механизмы самостоятельности / А.К. Осницкий. - М.; Обнинск: ИГ-СОЦИН, 2010. - 232 с.
10. Петровский А.В. Личность, деятельность, коллектив / А.В. Петровский. - М.: Просвещение, 1982. - 255 с.
11. Прыгин Г.С. Психология самостоятельности: монография / Г.С. Прыгин. - Ижевск, Набережные Челны: Изд-во Института управления, 2009. - 304 с.

12. Сарычев С.В., Хусаинова С.В., Лебедчук П.В. Ориентировка и саморегуляция деятельности группового субъекта в напряженных условиях / С.В. Сарычев, С.В. Хусаинова, П.В. Лебедчук // Казанский педагогический журнал. - 2021. - № 3(146). - С. 255-261.
13. Сырникова Н.А. Динамика мотивации в процессе производственной адаптации: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.03 / Сырникова Наталья Александровна; Ин-т психологии. - Москва, 1988. - 23 с.
14. Хусаинова С.В. Экспериментальное исследование устойчивости личности в учебно-профессиональной деятельности / С.В. Хусаинова // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. - 2017. - № 184. - С. 64-74.
15. Хусаинова С.В. Предпочтения к выбору направления подготовки профессиям обучающихся с разным уровнем психологической устойчивости / С.В. Хусаинова // Научное мнение. - 2019. - № 11. - С. 86-90.
16. Argyle M. The social psychology of work. London: Allen Lane, 1972. - 420 p.
17. Aubert H. Physiologie der Netzhaut. - Breslau, 1865. - 413 p.

References:

1. Ananyev B.G. Selected psychological works. Vol. 2 / B.G. Ananyev. - M.: Pedagogy, 1980. - 286 p.
2. Vygotsky L.S. Way of thinking and speech. Psychological research / L.S. Vygotsky; ed. and with an introductory article by V. Kolbanovsky; State Socio-Economic Publishing House Moscow, Leningrad. - 1934. - 362 p.
3. Klimov E.A. Psychology of a professional: Selected psychological works / E.A. Klimov. - M., 2003. - 456 p.
4. Konopkin O.A. Psychological mechanisms of regulation of activity / O.A. Konopkin; preface by V.I. Morosanova. - 2nd edition, ispr. and add. - M.: LENAND, 2011. - 320 p.
5. Lebedchuk P.V. Features of the formation of professional self-awareness of pedagogical university students: abstract of thesis ... cand. psychological sciences: 19.00.07 / Lebedchuk Pyotr Vasilyevich. - M., 1995. - 24 p.
6. Leontiev A.N. On the formation of abilities / A.N. Leontiev // Questions of psychology. - 1960. - № 1. - Pp. 13-21.
7. Lomov B.F. To the problem of activity in psychology / B.F. Lomov // Psychological Journal. - 1981. - Vol. 2. - № 5. - Pp. 3-22.
8. Markova A.K. Psychology of professionalism / A.K. Markova. - Moscow: International humanitarian Foundation "Knowledge", 1996. - 308 p.
9. Osnitskiy A.K. Psychological mechanisms of independence / A.K. Osnitskiy. - M.; Obninsk: IG-SOCIN, 2010. - 232 p.

10. Petrovsky A.V. Personality, activity, team / A.V. Petrovsky. - M.: Enlightenment, 1982. - 255 p.
11. Prygin G.S. Psychology of independence: monograph / G.S. Prygin. - Izhevsk, Naberezhnye Chelny: Publishing House of the Institute of Management, 2009. - 304 p.
12. Sarychev S.V., Khusainova S.V., Lebedchuk P.V. Orientation and self-regulation of group subject activity in stressful conditions / S.V. Sarychev, S.V. Khusainova, P.V. Lebedchuk // Kazan Pedagogical Journal. - 2021. - № 3(146). - Pp. 255-261.
13. Symnikova N.A. Dynamics of motivation in the process of industrial adaptation: abstract of thesis ... cand. Psychological sciences: 19.00.03 / Symnikova Natalia Alexandrovna; Institute of Psychology. - Moscow, 1988. - 23 p.
14. Khusainova S.V. Experimental study of personality stability in educational and professional activity / S.V. Khusainova // Proceedings of A.I. Herzen Russian State Pedagogical University. - 2017. - № 184. - Pp. 64-74.
15. Khusainova S.V. Preferences for choosing the direction of training for professions of students with different levels of psychological stability / S.V. Khusainova // Scientific opinion. - 2019. - № 11. - Pp. 86-90.
16. Argyle M. The social psychology of work. London: Allen Lane, 1972. - 420 p.
17. Aubert H. Physiologie der Netzhaut. - Breslau, 1865. - 413 p.

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии

Сведения об авторах:

Хусаинова Светлана Владимировна (г. Казань, Россия), доктор психологических наук, ведущий научный сотрудник, ФГБНУ «Институт педагогики, психологии и социальных проблем», e-mail: sv_husainova@mail.ru

Лебедчук Петр Васильевич (г. Курск, Россия), кандидат психологических наук, доцент, доцент кафедры экономики, управления и гуманитарных наук, ФГБОУ ВО «Курская государственная сельскохозяйственная академия имени И.И. Иванова», e-mail: lebedchuk@mail.ru