

Проблема саморегуляции в процессе принятия решений при неблагоприятных психических состояниях

Рябова Мария Геннадьевна

студентка

Тамбовский государственный университет им. Г.Р. Державина, Тамбов, Россия

E-mail: ryabina_mariya@mail.ru

Проблема психической саморегуляции является одной из центральных в психологии. При ее исследовании мы опираемся на структурно-функциональный подход, разрабатываемый под руководством О.А. Конопкина. Саморегуляция произвольной активности человека понимается как «...системно организованный психический процесс по инициации, построению, поддержанию и управлению всеми видами и формами внешней и внутренней активности, которые направлены на достижение принимаемых субъектом целей» (О.А. Конопкин, В.И. Моросанова, В.И. Степанский). В нашем исследовании осуществлена попытка рассмотрения эффективности саморегуляции у лиц с различными видами тревожности (ситуативной и личностной), так как мы полагаем, что данное неблагоприятное психическое состояние будет влиять на регуляторные процессы индивида.

Исходя из этого, объектом нашего исследования выступает саморегуляция в процессе принятия решения.

Предметом – особенности саморегуляции личности при неблагоприятных психических состояниях в процессе принятия решений.

Целью работы является выявление и объяснение факторов, влияющих на принятие решений у лиц с различными видами тревожности.

Мы предположили, что на принятие решения у лиц с различными видами тревожности оказывают влияние ряд личностных особенностей, которые в конечном итоге определяют эффективность саморегуляции человека.

В исследовании приняли участие студенты Тамбовского государственного университета им. Г.Р. Державина. Исследование проходило в два этапа. На первом этапе с помощью методики диагностики самооценки уровня тревожности Спилбергера – Ханина выделено 4 группы студентов: 1 группа – с высоким уровнем личностной тревожности (ЛТ) (28%); 2 – с высоким уровнем ситуативной тревожности (СТ) (9%); 3 – для которых характерно сочетание высокой ЛТ и высокой СТ (9%); 4 – студенты с незначительным уровнем тревожности (54%).

На втором этапе мы исследовали стиль саморегуляции поведения и специфические (рациональность; готовность к риску) и неспецифические (мотивация) факторы принятия решений (Т.В. Корнилова). Для этого был использован комплекс методик: ССП–98; FPI–16; методика диагностики степени готовности к риску Шуберта; тест «УСК» (уровень субъективного контроля); тест Баса–Дарки; тест–опросник самооотношения В.В. Столина; тест «Мотивация к успеху»; тест «Мотивация к избеганию неудач».

Полученные данные были подвергнуты сравнительному анализу, в результате которого обнаружены следующие статистически значимые различия между студентами с разными видами тревожности.

Студенты с высоким уровнем ЛТ характеризуются преобладанием интеллектуальных интересов, сомнений по поводу фундаментальных проблем, скептицизмом, склонностью к экспериментированию и нововведениям; доверительны по отношению к людям; испытывают интегральное чувство «за» собственного «Я»; ожидают положительное отношение от других. У них отмечается высокий уровень мотивации к избеганию неудач, защите. Низкие показатели по шкале «самостоятельность» говорят о зависимости от мнений и оценок окружающих. Планы и программы действий разрабатываются несамостоятельно, они часто и некритично

следуют чужим советам. Потребность в планировании развита слабо, планы подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает достигнута, планирование не эффективно. Предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно. Потребность в осознанном планировании и программировании своего поведения не сформирована, они более зависимы от ситуации и мнения окружающих людей. Возможность компенсации неблагоприятных для достижения поставленной цели личностных особенностей у них снижена.

Студенты с высокой СТ отличаются стремлением к поддержке установленных понятий, норм, принципов, традиций, сомнением в новых идеях, отрицанием необходимости перемен; выраженной склонностью к риску; низким уровнем субъективного контроля; могут быть вспыльчивыми, резкими, грубыми; отличаются недоверием и осторожностью по отношению к людям, основанными на убеждении, что окружающие намерены причинить вред. Им характерен низкий уровень мотивации к избеганию неудач; выражена тенденция к самообвинению. Высокие показатели по шкале «самостоятельность» свидетельствуют об автономности в организации активности человека, его способности самостоятельно планировать деятельность и поведение, организовывать работу по достижению выдвинутой цели, контролировать ход ее выполнения, анализировать и оценивать как промежуточные, так и конечные результаты деятельности.

Сочетание СТ и ЛТ характерно для людей с низким уровнем общей саморегуляции; потребность в планировании развита слабо, планы подвержены частой смене, поставленная цель редко бывает достигнута, планирование не эффективно. Эти студенты предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и обычно несамостоятельно. Не видят связи между своими действиями и значимыми для них событиями их жизни, считают себя не способными контролировать их развитие и полагают, что большинство их является результатом случая или действия других людей. Их отличает внутренняя конфликтность, низкий самоконтроль, недисциплинированность, несоблюдение правил, спонтанность в поведении, подчиненность своим страстям и оппозиционная форма поведения.

Для студентов с незначительным уровнем тревожности свойственно спокойствие, уверенность в себе, дисциплинированность, высокий уровень мотивации к избеганию неудач, защите, высокий уровень субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. У них сформирована потребность в осознанном планировании деятельности, планы реалистичны, детализированы, иерархичны, действенны и устойчивы, цели деятельности выдвигаются самостоятельно. Им характерна осознанность и взаимосвязанность звеньев в общей структуре индивидуальной регуляции, они самостоятельны, гибко и адекватно реагируют на изменение условий, выдвижение и достижение цели у них в большой степени осознанно. При высокой мотивации достижения они способны формировать такой стиль саморегуляции, который позволяет компенсировать влияние личностных, психологических особенностей, препятствующих достижению цели.

Таким образом, мы можем выделить ведущие факторы в принятии решений у лиц с различными видами тревожности. Для студентов с высокой СТ и студентов с сочетанием СТ и ЛТ ведущим является фактор «готовность к риску» (спонтанность, подчиненность своим страстям). Студенты с высокой ЛТ и незначительным уровнем тревожности в принятии решений руководствуются «рациональностью». Объяснить ведущий фактор «рациональность» у студентов с высоким уровнем ЛТ можно тем, что активность личности можно оценить в плане ее психологических свойств: высокая активность соответствует мыслительному и практико-мыслительному типам характера (О.П. Елисеев). Высокий показатель по шкале «самостоятельность» у студентов с высокой СТ говорит о том, что они во всем склонны полагаться на себя, так как к окружающим относятся с недоверием и осторожностью. И только студенты с отсутствием тревожности обладают высоким общим уровнем саморегуляции.