

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

Научная статья
<https://doi.org/10.11621/TEP-23-27>

УДК 159.9

Дружба как фактор трансформации саморегуляционных процессов личности

З.И. Рябикина, Н.А. Васильченко ✉

Кубанский государственный университет, Краснодар, Российская Федерация

✉ vasilch_nat@mail.ru

Резюме

Актуальность. В условиях угроз возросшего индивидуализма и распространенности проблем одиночества поддержка направленности личности на ценности дружеских отношений и ориентация исследований на понимание трансформационных процессов личности (в частности, изменения характеристик саморегуляции) в условиях ее со-бытия со значимым Другим — актуальная и малоизученная тема.

Цель. Выявить характер изменений процессов саморегуляции личности в условиях ее со-бытия с другом/подругой.

Выборка. Выборку составили студенты Кубанского государственного университета разных направлений подготовки (N = 100).

Методы. Опросник В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения (ССПМ)» и его модификация, методика исследования самооценки личности С.А. Будасси и ее модификация.

Результаты. Выявлены изменения общего уровня саморегуляции и ее особенностей у студентов в зависимости от существующих дружеских отношений: повышение осознанной саморегуляции произвольной активности, оптимизация процесса достижения собственных целей (шкала «моделирование») с опорой на критичное отношение к условиям выполнения действий (шкала «оценивание результатов»), повышение пластичности регуляторных процессов (шкала «гибкость») (различия достоверны).

Выводы. В ситуации со-бытия «возможный Другой» может быть для личности как *деструктивным* (нарушение планирования, ценностная дезориентация и пр.) для саморегуляции личности фактором, так и *поддерживающим*, обеспечивающим более точную самоидентификацию, определенность в постановке целей, повышение субъектности в организации пространств своего бытия. Отношения дружбы как со-бытие личности со значимым Другим в целом повышают ресурс саморегуляции. При этом оптимизируется процесс моделирования, возрастают гибкость и адекватность в оценивании результатов, но снижается самостоятельность, что естественно, т.к. в регуляционный процесс вовлекается еще один субъект.

Ключевые слова: личность, саморегуляция, дружба, значимый другой, со-бытийность.



Для цитирования: Рябикина З.И., Васильченко Н.А. Дружба как фактор трансформации саморегуляционных процессов личности // Теоретическая и экспериментальная психология. 2023. № 4 (16). С. 28–45. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-27>

GENERAL PSYCHOLOGY

Research Article

<https://doi.org/10.11621/TEP-23-27>

Friendship as a factor of transformation of self-regulatory processes of personality

Zinaida I. Ryabikina, Natalia A. Vasilchenko 

Kuban State University, Krasnodar, Russian Federation

 vasilch_nat@mail.ru

Abstract

Background. In the face of threats of increased individualism and the prevalence of loneliness problems, supporting the individual's focus on the values of friendly relationships and focusing research on understanding the transformation processes of the individual (in particular, changes in the self-regulation characteristics) in the context of his co-existence with a significant Other is a relevant and little-studied topic.

Purpose. The study had its purpose to identify the specifics of changes in the processes of self-regulation of an individual under conditions of coexistence with a friend.

Sample. The study involved students of Kuban State University from different areas of training (N = 100).

Methods. “Self-regulation Profile Questionnaire by V.I. Morosanova (SRPQM)” and its modification, methodology for studying personality self-esteem by S.A. Budassi and its modification.

Results. The study revealed significant changes in the students' general level of self-regulation and its characteristics depending on existing friendships: an increase in behavior conscious self-regulation (“general level” scale), optimization of conditions in achieving one's goals (“modeling” scale) based on a critical attitude to the performing actions (“result evaluation” scale), an increase in plasticity of the regulatory processes (“flexibility” scale).

Conclusions. In a situation of co-existence, a “possible Other” can be both a destructive factor for a person's self-regulation (impaired planning, value disorientation, etc.), as well as a supporting factor, providing more accurate self-identification, certainty in setting goals, increasing agency in organizing the spaces of one's being. Friendship relationships, being a person's coexistence with a “significant Other”, generally increase

the resources of self-regulation: the modeling process is optimized, flexibility and adequacy in evaluating results increase. At the same time, a person's independence decreases, which is natural, since another subject is involved in the regulatory process.

Keywords: personality, self-regulation, friendship, "significant Other", co-existence.

For citation: Ryabikina, Z.I., Vasilchenko, N.A. (2023). Friendship as a factor of transformation of self-regulatory processes of personality. *Teoreticheskaya i eksperimental'naya psikhologiya (Theoretical and experimental psychology)*, 4 (16), 28–45. <https://doi.org/10.11621/TEP-23-27>

Введение

Рассмотрение личности как субъекта бытия является одной из центральных тем в современном научном дискурсе. Субъектная (преобразующая) направленность человека стала основным направлением в переосмыслении предмета психологической науки и феноменологии личности как в западной, так и в отечественной психологии еще в прошлом столетии.

Развиваемый нами субъектно-бытийный подход к личности призван подчеркнуть направленность человека на переустройство бытия в соответствии со структурой сложившихся личностных смыслов, т.е. на преобразование реальности внешнего мира таким образом, что мир становится следствием объективирования субъективного и продолжением личности, следствием ее экспансии (Рябикина, 2005; Знаков, Рябикина, 2017). В современную эпоху не природа или общество, а индивид является ключевым драйвером развития человечества — к такому заключению приходят И.А. Мироненко и А.Л. Журавлев в совместной статье «Биосоциальная проблема в контексте глобальной психологической науки: об универсальных характеристиках человека» (Мироненко, Журавлев, 2019; Сорочкин, 2021).

В этом процессе нарастания субъектности личности (как в ракурсе происходящих социокультурных трансформаций общества, так и в рассмотрении индивидуальной динамики взросления человека в онтогенезе) особое место занимает ее способность к саморегуляции.

Формулируя, в свое время, положения о субъекте, создававшие возможность постнеклассической интерпретации личности как саморазвивающейся системы, А.В. Брушлинский акцентировал внимание на особой ценности субъективного опыта и свойственной человеку направленности на конструирование мира (Сергиенко, 2013), на самоорганизации и саморегуляции личности. Обращаясь к категории «субъект», А.В. Брушлинский выделял уровень самодетерминации и саморегуляции как первостепенно важные характеристики.

Анализируя изменения, происходящие с человеком по мере взросления, А.В. Брушлинский писал о возрастании регуляционных возможностей личности, о нарастании ее активности, инициативности, способности все более самостоятельно выстраивать свою жизнь. Усложнение внутренней жизни, творчество в

самопроявлении возрастают, что опосредует избирательность во взаимодействии человека с внешним миром. Таким образом, происходит формирование среды его жизни. «Люди все глубже познают, преобразуют, развивают, переживают реальную действительность (природу, общество, самих себя), все полнее и адекватнее раскрывая и используя ее объективные закономерности, стремясь выявить и преодолеть свои ошибки и заблуждения» (Брушлинский, 2003, с. 211).

Характеризуя субъекта, и Е.А. Сергиенко адресуется к понятию «саморегуляция», используя его как ключевое. «Субъект — качественно определенный способ самоорганизации, саморегуляции личности» (Сергиенко, 2006, с. 341).

Внимание исследователей к феномену саморегуляции прослеживается во всем мире. В последние десятилетия аналитиками фиксируется лавинообразный рост публикаций по тем или иным аспектам саморегуляции человека (Inzlicht, 2021). Отмечается, что понятие охватывает обширный круг феноменов, характеризующих проявления современного человека со свойственной ему активной преобразовательной позицией в отношении к миру и к себе самому. «Саморегуляцию можно рассматривать как зонтичный термин, который включает в себя широкий круг целенаправленных действий» (Inzlicht, 2021, с. 321).

И.А. Мироненко и П.С. Сорокин, анализируя характер рассмотрения проблемы проактивности личности в современном международном дискурсе, присоединяются к этому суждению, выделяя особый статус понятия «саморегуляция». Авторы подчеркивают его емкость и актуальность в современном научном дискурсе. Адресуясь к понятию «агентность» (по своему содержанию соотносимо с закрепившимся в отечественной психологии понятием «субъектность»), они приводят поддерживающие высказывания западных психологов, придерживающихся такой же точки зрения (Мироненко, Сорокин, 2022; Carver, 2018).

В отечественной психологии сформировалась позиция в рассмотрении проблем саморегуляции в контексте более общих проблем личности, особенностей ее становления и функционирования как субъекта. Хотя когда-то О.А. Конопкин обоснованно сетовал: «Очевидный и никем не подвергаемый сомнению факт, что человек... творец своей деятельности, в значительной мере сам определяет (избирательно воспринимает, субъективно преломляет и продуцирует) систему ее детерминант, остается на периферии исследования деятельности» (Конопкин, 2007, с. 13–14).

В.И. Моросанова подчеркивает важность этого ракурса и отмечает его оформленность в отечественной науке. Характеризуя сложившуюся ситуацию, она фиксирует существенный аспект в динамике взглядов на предмет психологии саморегуляции, отмечая, что психология саморегуляции (как область научного знания) на современном этапе развития науки обращена, прежде всего, к исследованию личностных аспектов, к системному анализу человека как субъекта, выстраивающего свое бытие (Моросанова, 2007). Именно в научной школе В.И. Моросановой накоплен колоссальный исследовательский материал, позволяющий глубоко и разносторонне рассмотреть проблемы саморегуляции в контексте

индивидуальности человека (Моросанова, 2010; Моросанова, Бондаренко, 2015). Теоретические конструкции этого подхода, оформившиеся модели научной аналитики, разработанные инструменты исследования обеспечивают возможность рассмотрения сложных проблем современности (Зинченко, Моросанова, Бондаренко, 2021).

Обращение к этому ресурсу в исследовании личности создает возможности для понимания многих проблем. С позиции субъектно-бытийного подхода, личностное бытие конкретного человека является следствием его субъектной активности, его самоорганизации и саморегуляции. Личностное бытие является воплощением в объективной реальности структуры и содержания внутреннего, субъективного мира личности. И, в этом смысле, оно (личностное бытие) всегда субъективно — т.е. принадлежит субъекту, является результатом того отношения, в которое вступает с объективной сущностью бытия конкретный человек, следствием его самоорганизации и саморегуляции.

Бытие личности или претворение субъектности реализуется во множестве «действенных отношений человека с миром природы, вещей, людей, социальных явлений, средовых условий и т.д.» (Конопкин, 2007, с. 12). При этом саморегулирование поведенческой активности предполагает направленность на достижение целей, принимаемых личностью как субъектом. О.А. Конопкин пояснял, что «имеется в виду не постоянно актуальная и развернутая осознанность субъектом всех моментов своей регуляторной активности..., а их принципиальная «подотчетность» сознанию субъекта» (Конопкин, 2007, с. 13).

Анализируя процессы функционирования личности, особенности ее саморегуляции с позиции субъектно-бытийного подхода, необходимо изучать, как человек опредмечивает замысел, как он создает реальность своего бытия, как он сам изменяется в этом процессе объективации, сталкиваясь с сопротивлением или поддержкой бытия других людей (бытие всегда есть со-бытие), воплощающих иные или аналогичные смыслы, создающих свое личное бытие в пространстве тех же предметов и событий, в тоже время, что и он (Рябикина, 2005). Проблема со-бытийности личности с Другими и влияние присутствия значимого Другого на регуляционные процессы личности — ключевая тема в понимании ее становления и функционирования.

Понятие «со-бытие» содержательно сближается с понятиями «общение», «коммуникация», «отношение». Общение — это манифестация со-бытийности. Это — конкретные поведенческие акты, направленные на Другого с целью организации пространств со-бытия (согласованность действий, организация совместной предметно-пространственной среды, согласование времени и пр.).

Общение традиционно рассматривается в качестве ведущего вида активности, обуславливающего становление личности. Роль общения в определении человеческого в человеке — определяющая. Этот фактор обусловил рассмотрение личности и оформление теоретических конструктов, призванных отразить содержание, суть процессов становления, развития, функционирования личности.

Идея «коммуникации», т.е. взаимодействия людей как основы общественной реальности и фактора, определяющего личность, стала особенно популярной в философских учениях последних десятилетий XX в. (Ю. Хабермас, Р. Харре, В. Кульманн, А. Хоннет и др.).

Личность рассматривается как обретающая свою сущность в пространстве коммуникаций в трудах многих мыслителей: материализм Л. Фейербаха, экзистенциализм М. Бубера, структуралистская концепция личности Ж. Лакана, диалогическая методология гуманитарного познания М.М. Бахтина. М.М. Бахтин писал: «Все, до меня касающееся, приходит в мое сознание, начиная с моего имени, из внешнего мира через уста других, с их интонацией, в их эмоционально-ценностной тональности; я осознаю себя первоначально через других... от них я получаю слова, формы, тональность для получения первоначального представления о себе самом... Как тело формируется первоначально в материнском лоне (теле), так и сознание человека пробуждается окутанным чужим сознанием» (Бахтин, 1979, с. 342). М.М. Бахтин реализовал в своем научном творчестве методологические установки гуманитарного диалогизма, утверждая, что «предел здесь не я, а я во взаимоотношении с другими личностями» (Бахтин, 1979, с. 391). Диалогическое «Я — Ты» отношение несет в себе онтологическую укорененность человеческого существования. Вне диалога человек невозможен (!).

О связи современного понимания сущности человека с идеологией диалогизма продолжают дискутировать (Осанов, 2001; Братченко, Леонтьев, 2007). Но то, что понимание личности невозможно без обращения к теме общения, отношений с Другим отразилось в исследованиях многих отечественных психологов, которые привнесли свое видение в понимание характера и механизмов этого влияния (В.Н. Мясищев, А.А. Бодалев, А.А. Леонтьев, Б.Ф. Ломов, Г.М. Андреева, А.И. Донцов и др.). Л.И. Анцыферова еще в 80-е годы писала: «В качестве нового принципа исследования личности и ее развития... выдвигается принцип общения» (Анцыферова, 1982, с. 12). Основания, убеждающие в обоснованности подобного вывода, представлены в фундаментальном труде коллектива авторов под руководством Б.Ф. Ломова (Ломов, 1981), а также в его монографии, которая и в настоящее время остается значимой вехой в осмыслении теоретических достижений и методологического статуса исследований общения (Ломов, 1984). В названных работах представлен развернутый теоретико-методологический анализ рассмотрения проблематики общения в психологической науке и его роль как методологического принципа в рассмотрении личности (Ломов, 1981).

В западных персонологических концепциях роль этого фактора предстает как неизменно значимая, хотя и представлена по-разному в различных теориях (З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг, Э. Фромм, Э. Берн, С. Салливан и др.).

Постклассическая философия, снимая противоречие между бытием-для-себя (предполагающим, что Другой является не более чем вещью) и бытием-для-других (когда Другой вторгается в сферу собственного опыта личности, отчуждая

ее от самости), пытается разрешить проблему в синтезе «моего» бытия и бытия Другого, в теме со-бытийности.

Вступая в отношения с другими людьми, личность в своей субъектной активности стремится согласовать смыслы, достичь понимания, занять желаемую ролевую позицию в ролевой комбинации с партнером по общению, прийти к определенному со-переживанию, вызвать сочувствие и прочие эффекты, которые позволяют ей чувствовать аутентичность своего бытия в со-бытии с другим человеком.

В.Н. Мясищев в своей теории показал, что личность — это человек в отношении. Психологические свойства человека проявляются (появляются, становятся, определяются, актуализируются и т.д.) в отношениях с другим человеком, с другими людьми (Мясищев, 2003). Отношения со-бытия занимают особое место в перечне «предметных интересов» субъектно-бытийного подхода к личности, и этот интерес реализовался во многих исследованиях (Знаков, Рябикина, 2017).

Особо значимые для личности межличностные отношения, отношения со-бытия характеризуют дружбу. В отечественной науке относительно недавнего времени значительную роль в толкование дружбы привнесли работы И.С. Кона (Кон, 1973, 2005). Интерес к этому феномену обусловил продолжительную историю попыток исследовать и объяснить причины и следствия этого вида отношений (Никитина, 2011).

Дружба, как социально-психологическое явление, обусловлена в своих качественных характеристиках (целевая ориентированность, пространства совместности бытия друзей и пр.) и конкретных поведенческих моделях социокультурным этапом развития той общественной структуры, к которой принадлежит личность. На различных этапах общественного развития дружба приобретала новые качества и реализовывалась в различных формах. Например, в античной философии «дружба» трактуется как форма положительных связей между людьми и противопоставляется отношениям, основанным на прихоти, вожделии, корысти и тщеславию. В гуманистической концепции дружбы на первый план выступает интеллектуальное общение, общность духовных интересов. Вместе с романтизмом в Европе и в России появляется культ интимной дружбы, который «требует постоянного глубочайшего самораскрытия, исповеди, самообнажения» (Никитина, 2011, с. 139).

В советские времена ориентация на коллективизм, приоритет общественных интересов над личными, по сути, привели к замене дружбы на товарищество, предполагавшее не столько личностную близость, сколько общность интересов, классовую солидарность и иные критерии с очевидной идеолого-политической «окраской».

В военные годы, тяготы военной жизни на фронте и в тылу порождают то, что называют братством. Пожалуй, это — более глубокие и прочные межличностные отношения, чем то, что характерно для дружбы в относительно спокойное мирное время. Многие западные литературные произведения (Э. Хемингуэй, Э. Ремарк и

др.), отечественная послевоенная художественная литература посвящены этим волнующим, важным для личности чувствам, переживаниям дружеской со-бытийности.

Перестроечное и постперестроечное время в нашей стране, характеризующееся ориентацией на капиталистическую западную модель устройства общества и соответствующую этой ориентации модель индивидуализма, соперничества в отношениях между людьми привели к атомизации общества, усилению чувства отчужденности и прочим противопоставляемым переживанию дружбы чувствам.

В условиях угроз возросшего индивидуализма и распространенности проблем одиночества, поддержка направленности личности на ценности дружеских отношений и ориентация исследований на понимание трансформационных процессов личности (в частности, изменение характеристик саморегуляции) в условиях ее со-бытия со значимым Другим — актуальная и малоизученная тема.

Дружба как феномен межличностных отношений возникает в подростничестве, в совместности подростков, автономизирующихся от реальных (конкретных) взрослых и создающих свою совместную взрослую жизнь. «Уход в дружбу» — своеобразный симптом явлений сепарации (Харламенкова, Рубченко, Кумыкова, 2015), борьба за снижение значимости влияния родителей в вопросах регуляции личностью своей жизни. Это нарастание «запроса» личности на саморегуляцию, конечно, проявляется не только в возникающей в подростничестве дружбе со сверстником. Потребность в сверстниках в период кризиса 3-леток, затем подростковый кризис, иногда «бегство» из родительской семьи в ранний брак и т.д. — все это «бегство» от тех, кто препятствует саморегуляции растущей, взрослеющей, автономизирующейся личности.

О различиях в саморегуляционных процессах личности в зависимости от того, находится ли она во взаимодействии с другом или с незнакомым человеком, пишут в своей статье Я.Э. Синявская и Е.В. Сидоренко. Исследования отношений личности в социальных сетях убедительно демонстрируют большую открытость, доступность личности для влияний извне в случае контактов с другом. Большое самораскрытие, сообщение в ходе контакта большого количества информации о себе — косвенный индикатор побуждения партнера к совместности в оценке происходящего, в принятии решений (Синявская, Сидоренко, 2022).

Рассматривая саморегуляцию как процесс внутри сложноорганизованной системы личности, ее бытия и со-бытия со значимым Другим, можно предположить следующее.

(а) В ситуации со-бытия «возможный Другой» может быть для личности поддерживающим (конструктивным) для саморегуляции фактором, обеспечивающим более точную самоидентификацию, определенность в постановке целей, повышение субъектности в организации и реорганизации личностью пространств ее бытия. Такой поддерживающей силой является друг (подруга), с кем совпадают цели, ценности, суждения о происходящем, виденье перспектив в решении жиз-

ненных задач. Есть основания предполагать, что отношения дружбы как со-бытие личности со значимым Другим в целом повышают ресурс саморегуляции, оптимизируя процесс моделирования, повышая гибкость и адекватность в оценивании результатов.

(б) Возможный Другой в ситуациях со-бытия может быть и деструктивным для саморегуляции личности фактором (враг-соперник-антипод и т.п.). Саморегуляция нарушается из-за возникшей у личности зависимости. Присутствие Другого приводит к деструкции бытийных пространств личности: нарушается структурирование личного времени, приватного пространства, сферы межличностных отношений и пр. Другой может предпринимать сознательные действия с намерением деморализовать, породить растерянность, вызвать потерю ориентиров: нарушение временного ритма, обесценивание жизненных целей и пр.

Выборка

В исследовании приняли добровольное участие 100 студентов 1-го курса обучения двух факультетов (управления и психологии, физико-технического) Кубанского государственного университета. Возраст респондентов составил 17–19 лет.

Методы

В работе применялись опросник «Стиль саморегуляции поведения Моросановой (ССПМ)» и его модификация, а также методика исследования самооценки личности С.А. Будасси и ее модификация (Моросанова В.И., 2015). Модификация методики SSPM состояла в измерении уровня саморегуляции личности в моделируемой ситуации присутствия друга/подруги и заключалась в изменении формулировок стимульного материала. Модификация методики С.А. Будасси состояла в изменении изучаемого субъекта (друга/подруги). Указанные методики позволили выявить характер изменений процессов саморегуляции личности в условиях ее со-бытия с другом/подругой.

Результаты и их обсуждение

Полученные по методике SSPM результаты позволили выделить 3 группы респондентов, учитывая выделенные авторами методики три уровня общей саморегуляции. В первую группу вошли респонденты (32%), набравшие минимальные баллы по общему уровню саморегуляции (от 0 до 23). Вторая группа (32%) респондентов представлена теми, кто имеет средние значения, полученные по этой шкале (от 24 до 32). Третью группу (36 %) испытуемых составили те, кто получил наивысшие баллы (от 33 до 46). Сопоставительный анализ выделенных групп респондентов показал их существенные особенности и достоверные различия, которые представлены в табл. 1.

Таблица 1. Средние значения общего уровня саморегуляции и ее компонентов в трех выделенных группах

	Регуляторные процессы				Регуляторно-личностные свойства		ОУС
	План.	Модел.	Прог.	Оц. Рез.	Гибкость	Самостоятельность	
I	3,1**	3,9*	5	4,6*	4*	3,5**	21,8**
II	5,3**	5,1**	5,5**	5,8**	6,3*	5,6**	28,5**
III	6,8**	6,5**	7,1**	7,1**	7,1**	6,5	35,5**

Примечание: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

План. — Планирование; Модел. — Моделирование; Прог. — Программирование;
ОУС — Общий уровень саморегуляции

Table 1. Mean values of self-regulation general level and its components in selected groups

	Regulatory processes				Regulatory-personal properties		SR GL
	Planning	Modeling	Prog.	Result Ev.	Flexibility	Independence	
I	3.1**	3.9*	5	4.6*	4*	3.5**	21.8**
II	5.3**	5.1**	5.5**	5.8**	6.3*	5.6**	28.5**
III	6.8**	6.5**	7.1**	7.1**	7.1**	6.5	35.5**

Note: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Prog. — Programming; Result Ev. — Result Evaluation; SR GL — General Level of Self Regulation

Респонденты первой группы характеризуются низкими показателями (от 0 до 3) по шкалам: планирование и моделирование, средними результатами (от 4 до 6) по шкалам: программирование и оценка результатов деятельности. Личностные особенности (гибкость и самостоятельность) также находятся на низком уровне. Испытуемых этой группы можно описать как ориентирующихся на настоящий момент, с затруднениями выстраивающих долгосрочные цели и перспективы. Как правило, они используют такой порядок действий, который уже позволял достичь определенного результата, не рискуют и не стараются разнообразить свою деятельность. Закрепляются такие регуляторные проявления и личностными свойствами. Респонденты с трудом меняют принятый план действий при быстрой смене внешних обстоятельств, а также нуждаются в поддержке со стороны других людей. Общий уровень саморегуляции низкий.

Результаты I группы с низким уровнем общей саморегуляции значимо отличаются как от данных II группы со средним уровнем общей саморегуляции, так и от III группы с высоким уровнем общей саморегуляции. Регуляторные процессы: планирование ($t = 3$, $p \leq 0,01$; $t = 5,2$, $p \leq 0,01$), моделирование ($t = 2,3$, $p \leq 0,05$; $t = 4,1$, $p \leq 0,01$), программирование ($t = 4$, $p \leq 0,01$), оценка результата деятельности ($t = 2,1$, $p \leq 0,05$; $t = 6,3$, $p \leq 0,01$) выражены слабее, чем во второй и третьей группах. Регуляторно-личностные свойства: гибкость ($t = 2,7$, $p \leq 0,05$; $t = 3,9$, $p \leq 0,01$) и самостоятельность ($t = 2,9$, $p \leq 0,01$; $t = 3,5$, $p \leq 0,01$) представлены в первой группе на низком уровне, что существенно отличается от результатов двух других групп. Общий уровень саморегуляции ($t = 6,4$, $p \leq 0,01$; $t = 16,6$, $p \leq 0,01$).

Вторую группу составляют респонденты со средними результатами по всем шкалам методики. Они достаточно хорошо планируют свою деятельность, ориентируясь на будущее. Самостоятельно выдвигают разнообразные, реалистичные цели. Регуляторно-личностные свойства гибкость и самостоятельность позволяют быстро ориентироваться в происходящих внешних изменениях, а также достаточно легко и успешно корректировать существующий план, тем самым демонстрируя необходимую автономность. Общий уровень саморегуляции соответствует среднему.

Описывая результаты III группы, следует отметить, что респонденты уверенно занимаются интересной для себя деятельностью, а также хорошо представляют, чем будут заниматься в будущем. Обладают самостоятельно выстроенной иерархией целей и верят в свои силы. Они легко перестраивают запланированные действия в случае меняющихся внешних и внутренних обстоятельств, всегда доводят начатое до конца, готовы идти на риск для успешного завершения дела. Общий уровень саморегуляции — высокий ($t = 11,2, p \leq 0,01$).

В указанных трех группах измеренный по методике С.А. Будасси уровень самооценки различен. В I группе средние значения составляют 0,14, что свидетельствует о низкой самооценке респондентов. Во II группе — 0,47, то есть испытуемые хорошо знают свои сильные и слабые стороны, легко принимают решения в сложных ситуациях, активны. В III группе результат — 0,55, что указывает на адекватную самооценку, проявляющуюся в устойчивом представлении о себе, легкости в общении с другими, общей активности. Уровень самооценки личности в первой группе ниже, чем в двух других группах: ($t = 2,4, p \leq 0,05$; $t = 2,9, p \leq 0,01$).

Корреляционный анализ (коэффициент корреляции Пирсона) показал существующие связи между основными показателями исследования. В группе I самооценка связана с 5 показателями шкал методики ССПМ: планирование ($r_{xy} = -0,64, p \leq 0,05$), программирование ($r_{xy} = -0,35, p \leq 0,05$), гибкость ($r_{xy} = 0,59, p \leq 0,05$), самостоятельность ($r_{xy} = 0,64, p \leq 0,05$), общий уровень саморегуляции ($r_{xy} = -0,43, p \leq 0,05$). То есть, чем выше самооценка, тем ниже уровень саморегуляции испытуемых, они хуже представляют перспективы, с меньшей вариативностью прорабатывают собственные действия. В тоже время самостоятельность и гибкость увеличиваются. В группе II количество связей уровня самооценки с показателями шкал ССПМ меньше: программирование ($r_{xy} = 0,40, p \leq 0,05$), самостоятельность ($r_{xy} = -0,58, p \leq 0,05$). Чем выше самооценка, тем лучше формируется план действий, но действовать испытуемый будет лучше при поддержке окружения. В группе III связей самооценки с показателями шкал ССПМ на достоверном уровне значимости не выявлено.

Существующие особенности показывают, что в отличие от первой группы, во второй и третьей респонденты опираются на структурирование деятельности, разрабатывают варианты возможных действий, готовы контролировать полученные результаты и при необходимости их корректировать.

Модифицированная методика ССПМ состояла в измерении уровня саморегуляции личности в моделируемой ситуации присутствия друга. Респондентам предлагалось представить выполнение своей деятельности, если рядом находится друг/подруга. Результаты сравнения показателей саморегуляции по методике ССПМ и по ее модифицированной версии (саморегуляция в ситуации присутствия друга) отражены в табл. 2.

Таблица 2. Сравнение средних значений показателей саморегуляции поведения по методике ССПМ и по ее модифицированной версии

	Регуляторные процессы				Регуляторно-личностные свойства		ОУС
	Пл.	Мод.	Прог.	Оц.Рез.	Гибкость	Самостоятельность	
ССПМ	5,7	5,9	6,3	6,3	6,5	5,7	31,1
ССПМ-мод.	5,9	6,8**	6,8	6,9*	7,4**	4,5**	32,7*

Примечание: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Пл. — Планирование; Мод. — Моделирование; Прог. — Программирование; Оц.Рез. — оценка результата; ОУС — Общий уровень саморегуляции

Table 2. Comparison of mean values of self-regulation indicators measured by SRPQM and its modified version

	Regulatory processes				Regulatory-personal properties		SR GL
	Pl.	Mod.	Prog.	Res.Ev.	Flexibility	Independence	
SRPQM	5.7	5.9	6.3	6.3	6.5	5.7	31.1
SRPQM-mod.	5.9	6.8**	6.8	6.9*	7.4**	4.5**	32.7*

Note: ** $p \leq 0,01$; * $p \leq 0,05$

Pl. — Planning; Mod. — Modelling; Prog. — Programming; Res.Ev. — Result Evaluation; SR GL — General Level of Self-Regulation

Полученные по методике данные показывают, что общий уровень саморегуляции респондентов повышается в моделируемой ситуации присутствия значимого Другого — друга ($t = 2,6, p \leq 0,05$). Изменения затрагивают как регуляторные процессы: моделирование ($t = 3, p \leq 0,01$), оценку результатов ($t = 2,7, p \leq 0,05$), так и регуляторно-личностные свойства: гибкость ($t = 2,8, p \leq 0,01$) и самостоятельность ($t = 3,1, p \leq 0,01$), то есть трансформируются. Можно утверждать, что именно друг позволяет легче обнаруживать меняющиеся условия и своевременно учитывать их при реализации целей, а также лучше анализировать полученные результаты. Способствует этому возрастающая пластичность регуляторных процессов. При этом, однако, снижается самостоятельность респондентов.

В процессе изучения саморегуляции также удалось выявить особенности самооценки друга, которые им приписывают респонденты. В модификации методики С.А. Будасси респондентам предлагалось определить уровень самооценки друга/подруги. В группах с низким, средним и высоким уровнем саморегуляции респонденты по-разному описывают самооценку друга. Во всех трех группах она — адекватная. Однако в группе с низким уровнем саморегуляции у самих

респондентов наблюдалась низкая самооценка, а другу приписывалась более высокая — 0,46. Во второй группе средняя самооценка составила 0,47, друга — 0,63. В третьей группе самооценка испытуемых и оценка друга были практически равны (0,56). Но достоверных различий не выявлено. То есть, в двух первых группах друга оценивают как имеющего более высокую самооценку, а в третьей группе — нет.

Следует отметить, что моделируемая ситуация присутствия другого повышает общий уровень саморегуляции, меняя выделенные группы. Так оказалось, что группа I с низким показателем общего уровня саморегуляции отсутствует. Образовались группы со средними и высокими результатами, которые представлены в табл. 3.

Таблица 3. Показатели саморегуляции в группах по модифицированной версии ССПМ

	Регуляторные процессы				Регуляторно-личностные свойства		ОУС
	План.	Мод.	Прог.	Оцен.Рез.	Гибкость	Самостоятельность	
II д	4,8	5,7	6	6,1	7	4,3	29
III д	6,6**	7,4**	7,1**	7,4**	7,6	4,6	35,1**

Примечание: ** $p \leq 0,01$

План. — Планирование; Мод. — Моделирование; Прог. — Программирование;

Оцен.Рез. — оценка результата; ОУС — Общий уровень саморегуляции

Table 3. Indicators of self-regulation in the groups measured by SRPQM modified version

	Regulatory processes				Regulatory-personal properties		SR GL
	Planning	Mod.	Prog.	Result Ev.	Flexibility	Independence	
II f	4.8	5.7	6	6.1	7	4.3	29
III f	6.6**	7.4**	7.1**	7.4**	7.6	4.6	35.1**

Note: ** $p \leq 0.01$

f — friend (in the presence of a friend)

Mod. — Modelling; Prog. — Programming; Result Ev. — Result Evaluation;

SR GL — General Level of Self-Regulation

Выделенные группы характеризуются более высокими показателями по шкалам, определяющим регуляторные процессы, и по общему уровню саморегуляции: планирование ($t = 3,8, p \leq 0,01$), моделирование ($t = 3,7, p \leq 0,01$), программирование ($t = 2,7, p \leq 0,01$), оценивание результатов ($t = 3,3, p \leq 0,01$), общий уровень саморегуляции ($t = 6,2, p \leq 0,01$). То есть, деятельность представляется респондентам третьей группы более устойчивой, перспективной. Они отлично разрабатывают необходимые варианты наиболее успешного достижения планируемых целей, хорошо дифференцируют способствующие/ тормозящие успех условия, постоянно сопоставляя прогнозируемый и реальный результат собственной деятельности.

Выводы

В ходе проведенного исследования у респондентов были выявлены значимые изменения как общего уровня осознанной саморегуляции, так и ее характер-

ных особенностей в ситуации достижения целей, учитывающей существующие дружеские отношения, что подтверждает тезис о том, что в ситуации со-бытия «возможный Другой» может быть для личности как *поддерживающим*, обеспечивающим более точную самоидентификацию, определенность в постановке целей, повышение субъектности в организации пространств своего бытия, так и *деструктивным* (нарушение планирования, ценностная дезориентация и пр.) для саморегуляции личности фактором. Полученные результаты показывают, что отношения дружбы как со-бытие личности со значимым Другим в целом повышают ресурс саморегуляции. При этом происходит оптимизация процесса достижения собственных целей с опорой на критичное отношение к условиям выполнения действий, повышение пластичности регуляторных процессов, возрастает адекватность в оценивании результатов, но снижается самостоятельность, что естественно, т.к. в регуляторные процессы вовлекается еще один субъект.

Литература

- Анцыферова Л.И. Методологические принципы и проблемы психологии // Психологический журнал. 1982. Т. 3, № 2. С. 3–17.
- Бахтин М.М. Эстетика словесного творчества. М.: Искусство, 1979.
- Братченко С.Л., Леонтьев Д.А. Диалог // Экзистенциальная традиция: философия, психология, психотерапия. 2007. № 2 (11). С. 23–28.
- Брушлинский А.В. Психология субъекта / Отв. ред. В.В. Знаков. М.: Институт психологии РАН; СПб.: Алетейя, 2003.
- Зинченко Ю.П., Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Осознанная саморегуляция как ресурс самоорганизации жизни и преодоления негативных эмоциональных состояний в период пандемии // Психологическое сопровождение пандемии COVID-19 / Под ред. Ю.П. Зинченко. Москва: Издательство Московского университета, 2021. С. 133–164.
- Знаков В.В., Рябикина З.И. Психология человеческого бытия. М.: Смысл, 2017.
- Кон И.С. Дружба. СПб.: Питер, 2005.
- Кон И.С. Психология юношеской дружбы. Москва: Знание, 1973.
- Конопкин О.А. Механизмы осознанной саморегуляции произвольной активности человека. В сборнике: Субъект и личность в психологии саморегуляции / Под ред. В.И. Моросановой. Москва: Изд-во ПИ РАО; Ставрополь: СевКавГТУ, 2007.
- Ломов Б.Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Наука, 1984.
- Мироненко И.А., Журавлев А.Л. Биосоциальная проблема в контексте глобальной психологической науки: об универсальных характеристиках человека // Психологический журнал. 2019. Т. 40, № 6. С. 87–98.
- Мироненко И.А., Сорокин П.С. Проблема проактивности личности во взаимодействии со средой в современном международном дискурсе // Психологический журнал 2022. № 4. С. 79–89.

Моросанова В.И. Предисловие редактора. В сборнике: Субъект и личность в психологии саморегуляции / Под ред. В.И. Моросановой. Москва: Изд-во ПИ РАО; Ставрополь: СевКавГТУ, 2007.

Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции человека. М.: Когито-Центр, 2015.

Мясищев В.Н. Психология отношений: избр. психол. труды / Под ред. А.А. Бодалева. Москва: Изд-во Моск. психол.-социального ин-та. Воронеж: МОДЭК, 2003.

Никитина Д.В. Дружба: парадигмы исследования // Вестник ЧитГУ. Социология. 2011. № 12 (79). С. 133–143.

Осанов А.А. Бытие-с-другим: интерсубъективный уровень человеческого бытия. В сборнике: Сущность и структура человеческого бытия. Владимир: Владимирский гос. педагог. университет, 2001.

Проблема общения в психологии / Под ред. Б.Ф. Ломова. М.: Наука, 1981.

Рябикина З.И. Личность как субъект формирования бытийных пространств // Субъект, личность и психология человеческого бытия / Под ред. В.В. Знакова, З.И. Рябикиной. С. 45–58. М.: Изд-во Института психологии РАН, 2005.

Рябикина З.И. Субъектно-бытийный подход к изучению развивающих личность противоречий // Психологический журнал. 2008. № 2. С. 78–87.

Рябикина З.И., Сомова Е.Г. Личность и ее самоактуализация в общении // Мир психологии. 2001. № 3. С. 83–88.

Сергиенко Е.А. Развитие идей А.В. Брушлинского на современном постнеклассическом этапе психологии. Идеи О.К. Тихомирова и А.В. Брушлинского и фундаментальные проблемы психологии (к 80-летию со дня рождения). Материалы Всероссийской научной конференции (с иностранным участием). Москва, 30 мая — 1 июня 2013 года / Под ред. Ю.П. Зинченко, А.Е. Войскунского, Т.В. Корниловой. М.: МГУ, 2013. С. 28–30.

Сергиенко Е.А. Раннее когнитивное развитие: Новый взгляд. М.: Изд-во Института психологии РАН, 2006.

Синявская Я.Э., Сидоренко Е.В. Приватность в социальной сети как реализация различных ценностей личности // Научные исследования выпускников факультета психологии СПбГУ. 2017. Т. 5. С. 79–85.

Сорокин П.С. Биосоциальная проблема в контексте новой глобальной реальности: фокус на трансформационном потенциале индивида // Психологический журнал. Т. 43, № 1. С. 122–126.

Фоменко Г.Ю., Рябикина З.И. Психология безопасности личности: субъектно-бытийный подход: монография КубГУ. Краснодар: Кубанский гос. ун-т, 2018.

Харламенкова Н.Е., Кумыкова Е.В., Рубченко А.К. Психологическая сепарация: подходы, проблемы, механизмы. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2015.

Baumeister, R.F., Tice, D.M., Vohs, K.D. (2018). The strength model of self-regulation: conclusions from the second decade of willpower research. *Perspectives on Psychological Science*, 13 (2), 141–45.

Carver, C.S., Scheier, M.F. (1998). *On the Self-Regulation of Behavior*. New York: Cambridge Univ. Press.

Inzlicht, M., Werner, K.M., Briskin, J.L., Roberts, B.W. (2021). Integrating Models of Self-Regulation. *Annual Review of Psychology*, 72, 319–45.

References

Antsyferova, L.I. (1982). Methodological principles and problems of psychology. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological Journal)*, 3 (2), 3–17. (In Russ.).

Bakhtin, M.M. (1979). Aesthetics of literary creativity. Moscow: Iskusstvo. (In Russ.).

Baumeister, R.F., Tice, D.M., Vohs, K.D. (2018). The strength model of self-regulation: conclusions from the second decade of willpower research. *Perspectives on Psychological Science*, 13 (2), 141–45.

Bratchenko, S.L., Leontiev, D.A. (2007). Dialogue. *Ekzistentsial'naya traditsiya: filozofiya, psikhologiya, psikhoterapiya (Existential tradition: philosophy, psychology, psychotherapy)*, 2 (11), 23–28. (In Russ.).

Brushlinsky, A.V. (2003). Psychology of the subject. In V.V. Znakov (Eds.). M.: Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences; St. Petersburg: Aleteya. (In Russ.).

Carver, C.S., Scheier, M.F. (1998). On the Self-Regulation of Behavior. New York: Cambridge Univ. Press.

Fomenko, G.Yu., Ryabikina, Z.I. (2018). Psychology of personal security: a subject-being approach: a monograph of KubGU. Krasnodar: Kuban State University. (In Russ.).

Inzlicht, M., Werner, K.M., Briskin, J.L., Roberts, B.W. (2021). Integrating Models of Self-Regulation. *Annual Review of Psychology*, 72, 319–45.

Kharlamenkova, N.E., Kumyikova, E.V., Rubchenko, A.K. (2015). Psychological separation: approaches, problems, mechanisms. M.: Publishing House "Institute of Psychology". (In Russ.).

Kon, I.S. (1973). Psychology of youth friendship. Moscow: Knowledge. (In Russ.).

Kon, I.S. (2005). Friendship. St. Petersburg: Peter. (In Russ.).

Konopkin, O.A. (2007). Mechanisms of conscious self-regulation of voluntary human activity. Subject and personality in the psychology of self-regulation. In V.I. Morosanova (Eds.), (pp. 12–30). Moscow: Publishing House of PI RAO; Stavropol: SevKavGTU. (In Russ.).

Lomov, B.F. (1984). Methodological and theoretical problems of psychology. Moscow: Nauka. (In Russ.).

Mironenko, I.A., Sorokin, P.S. (2022). The problem of personality proactivity in interaction with the environment in modern international discourse. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological Journal)*, 4, 79–89. (In Russ.).

Mironenko, I.A., Zhuravlev, A.L. (2019). Biosocial problem in the context of global psychological science: on universal human characteristics. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological Journal)*, 40 (6), 87–98. (In Russ.).

Morosanova, V.I. (2007). Editor's preface. Subject and personality in the psychology of self-regulation. In V.I. Morosanova (Eds.), (pp. 5–11). Moscow: Publishing House of PI RAO; Stavropol: SevKavGTU. (In Russ.).

Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2015). Diagnostics of human self-regulation. M.: Kogito-Center. (In Russ.).

Myasishchev, V.N. (2003). Psychology of relations : elected. psychol. tr. In A.A. Boda-lev (Eds.). Moscow: Moscow Publishing House. Psychol.-social institute: Voronezh: MODEK. (In Russ.).

Nikitina, D.V. (2011). Friendship: paradigms of research. *Vestnik ChitGU. Sotsiologiya (Bulletin of CHITSU. Sociology)*, 12 (79), 133–143. (In Russ.).

Osanov, A.A. (2001). Being-with-another: the intersubjective level of human being. *The essence and structure of human being. Vladimir: Vladimir State teacher. University, 2001.* (In Russ.).

Ryabikina, Z.I. (2005). Personality as a subject of the formation of existential spaces. *Sub'ekt, lichnost' i psikhologiya chelovecheskogo bytiya (Subject, personality and psychology of human being)*. In V.V. Znakov, Z.I. Ryabikina (Eds.), (pp. 45–58). M.: Publishing house "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences". (In Russ.).

Ryabikina, Z.I. (2008). Subject-being approach to the study of personality-developing contradictions. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological Journal)*, 2, 78–87. (In Russ.).

Ryabikina, Z.I., Somova, E.G. (2001). Personality and its self-actualization in communication. *Mir psikhologii (World of Psychology)*, 3, 83–88. (In Russ.).

Sergienko, E.A. (2006). Early cognitive development: A new look. M.: Publishing house "Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences". (In Russ.).

Sergienko, E.A. (2013). The development of A.V. Brushlinsky's ideas at the modern post-nonclassical stage of psychology. Ideas of O.K. Tikhomirov and A.V. Brushlinsky and fundamental problems of psychology (to the 80th anniversary of his birth). Materials of the All-Russian Scientific Conference (with foreign participation). Moscow, May 30 — June 1, 2013. In Y.P. Zinchenko, A.E. Voiskunsky, T.V. Kornilova (Eds.), (pp. 28–30). M.: MSU. (In Russ.).

Sinyavskaya, Ya.E., Sidorenko, E.V. (2017). Privacy in the social network as the realization of various values of the individual. *Nauchnye issledovaniya vypusnikov fakul'teta psikhologii SPbGU (Scientific research of graduates of the Faculty of Psychology of St. Petersburg State University)*, 5, 79–85. (In Russ.).

Sorokin, P.S. Biosocial problem in the context of a new global reality: focus on the transformational potential of the individual. *Psikhologicheskii zhurnal (Psychological Journal)*, 43 (1), 122–126. (In Russ.).

The problem of communication in psychology. (1981). In B.F. Lomov (Eds.). M.: Nauka. (In Russ.).

Zinchenko, Yu.P., Morosanova, V.I., Bondarenko, I.N. (2021). Conscious self-regulation as a resource for self-organization of life and overcoming negative emotional states during a pandemic. *Psychological support of the COVID-19 pandemic*. In Yu.P. Zinchenko (Eds.), (pp. 133–164). Moscow: Moscow University Press. (In Russ.).

Znakov, V.V., Ryabikina, Z.I. (2017). Psychology of human existence. M.: Sense. (In Russ.).

Поступила: 11.07.2023

Получена после доработки: 06.08.2023

Принята в печать: 26.10.2023

Received: 11.07.2023

Revised: 06.08.2023

Accepted: 26.10.2023

ИНФОРМАЦИЯ ОБ АВТОРАХ

Зинаида Ивановна Рябикина — доктор психологических наук, профессор кафедры психологии личности и общей психологии факультета педагогики, психологии и коммуникативистики Кубанского государственного университета, z.ryabikina@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7396-0115>

Наталья Алексеевна Васильченко — кандидат психологических наук, доцент кафедры психологии личности и общей психологии факультета педагогики, психологии и коммуникативистики Кубанского государственного университета, vasilch_nat@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0007-6891-457X>

ABOUT THE AUTHORS

Zinaida I. Ryabikina — Dr. Sci. (Psychology), Professor at the Department of Personality Psychology and General Psychology, Faculty of Pedagogics, Psychology and Communicational science, Kuban State University, z.ryabikina@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0001-7396-0115>

Natalia A. Vasilchenko — Cand. Sci. (Psychology), Associate Professor at the Department of Personality Psychology and General Psychology, Faculty of Pedagogics, Psychology and Communicational science, Kuban State University, vasilch_nat@mail.ru, <https://orcid.org/0009-0007-6891-457X>