

ОСОБЕННОСТИ САМОРЕГУЛЯЦИИ ПОВЕДЕНИЯ БЕЗРАБОТНЫХ ГРАЖДАН

DOI: 10.25629/НС.2020.12.12

Захарова Н.Л., Шлыкова А.П.

Технологический университет имени дважды Героя Советского Союза,
летчика-космонавта А.А. Леонова
Королев, Россия

Аннотация. Изложены результаты теоретико-эмпирического исследования регуляционных процессов личности безработного, взаимосвязей между индивидуально-психологическими характеристиками и стилем саморегуляции безработных специалистов среднего уровня квалификации. На основе анализа теоретических и прикладных работ по проблеме определяются понятие и детерминанты процесса саморегуляции. Саморегуляция поведения рассматривается как результат интеграции процесса восприятия действительности и практической деятельности субъекта, детерминируемый механизмами рефлексии, мотивации, антиципации. Выдвинуто предположение о том, что содержание саморегуляции личности у безработных с пассивным и активным типом поведения, отличается. Представлены результаты эмпирического исследования, выполненного на выборке (N = 176, в возрасте от 28 до 49 лет) безработных граждан, с применением опросника «Стиль саморегуляции поведения» В.И. Моросановой, методики «Якоря карьеры» Э. Шейна, Калифорнийского психологического опросника, описательной статистики, факторного и корреляционного анализов. Выявлены основные факторы, составляющие процесс саморегуляции для безработных лиц с разным типом поведения. Доказывается наличие связи между саморегуляцией безработного и его личностными свойствами. Прикладной аспект исследуемой проблемы может быть реализован при разработке программ психологического сопровождения граждан, оказавшихся в трудной жизненной ситуации, связанной с безработицей.

Ключевые слова. Саморегуляция, безработные граждане, личностные особенности.

Введение в проблему

Одной из характеристик развития современного общества является наличие быстрых изменений, сопровождающихся появлением новых экономических, политических, эпидемиологических событий, требующих от человека мобилизации психологических ресурсов, способности к адаптации в неожиданных для него ситуациях. Нестабильная экономическая ситуация, экстраординарные события (пандемия) негативно влияют на активность работодателей, что приводит к увеличению количества безработных граждан. По данным Росстата, уровень безработицы в России вырос: на апрель 2020 г. он составлял 5,8 %, на июнь 2020 – 6,2 %. Приходится констатировать, что среди безработных оказываются граждане разных возрастных групп, социального статуса, с различным профессиональным опытом [14]. В данном случае речь идет о регистрируемой безработице, т.е. о лицах, имеющих официальный статус безработного. Однако многие граждане находятся в поиске работы, не будучи зарегистрированными в службе занятости.

В связи с вышесказанным актуальным является обращение к исследованию психологических механизмов, способствующих личности справляться со сложными жизненными ситуациями. Преодоление личностью разнообразных барьеров, связанных с полноценным и гармоничным жизнеобеспечением, сопряжено, во-первых, с поиском ресурсов в социуме, во-вторых, с сохранением и развитием личностного потенциала, прежде всего, в профессиональной деятельности [12]. Очевидно, что значимым ресурсом личности является саморегуляция поведения как один из основных компонентов самосознания, предполагающий наличие осознанной позиции человека как субъекта профессиональной деятельности. Таким образом, актуальность исследования саморегуляции поведения безработных лиц обусловлено наличием противоре-

чия между необходимостью определения особенностей регуляторных процессов как механизма преодоления сложных жизненных ситуаций и недостаточно глубоком анализе особенностей саморегуляции поведения безработных лиц в условиях нестабильной социально-экономической ситуации.

Краткий обзор исследований

Изучению саморегуляции посвящено несколько десятков работ теоретического и прикладного характера. В своих исследованиях авторы обращаются к различным аспектам понимания, факторов и условий развития саморегуляции. Феномен саморегуляции рассматривался в контексте волевой регуляции [3], в концепции становления субъекта деятельности [2,11], регуляторного опыта [10], функциональных состояний [1], механизмов принятия решений [4,17]. Саморегуляция поведения в общем смысле рассматривается как особый психический механизм, способствующий оптимизации состояния личности. Общим концептуальным положением является признание саморегуляции одной из главных функций сознания [4,7,17]. Методологическую основу нашего исследования составили представления о саморегуляции как о целостной системе, реализуемой взаимодействием функциональных компонентов [7,13].

Согласно положениям отечественной психологии, саморегуляция является непрерывным и изменяемым процессом постановки цели деятельности, программы и способов ее достижения, оценки результатов. Становится очевидным, что для безработного как потенциального субъекта профессиональной деятельности, целенаправленность, программирование, тактика достижения и оценки результатов являются личностным ресурсом для преодоления трудных жизненных ситуаций. В этой связи понимание саморегуляции как функциональной системы, основным показателем которой является наличие результативной активности субъекта, является основополагающим при изучении и раскрытии психологических закономерностей поведения и деятельности безработных лиц.

Определение В.И. Моросановой когнитивного механизма как доминирующего в саморегуляции деятельности [13] позволяет признать роль рефлексивных процессов в регуляции поведения безработного: именно степень осознания проблемы и собственных ресурсов могут определять трудовую мотивацию, личностно-профессиональное развитие, взаимодействие с профессиональной средой. Данное утверждение подтверждается работами Т.А. Индиной, в которых с признанием осознанного уровня саморегуляции обозначается ее принадлежность к субъектным качествам личности, отвечающим за принятие решений [4].

Значимыми для исследования саморегуляции безработных видятся положения о механизмах волевой регуляции действия: смысле [3], критериях успеха, заданных программ, антиципации [2]. Очевидно, что осознанное предвосхищение ситуации или действий, обусловленное преимущественно мотивационными процессами, выступает системой взаимообусловленных психических операций, функционирование которой направлено на получение удовлетворяющего субъекта результата в поиске работы и выполнения соответствующей возможностям и потребностям субъекта. А.В. Карпов также доказывает качественную специфичность процесса антиципации при разработке концепции интегральных процессов психической регуляции деятельности и поведения. Автор отмечает качественное своеобразие процессов принятия решения, планирования, самоконтроля в регуляторной психической системе [7].

Концептуально близка выше обозначенным представлениям о саморегуляции точка зрения зарубежных ученых, которая подчеркивает роль контроля поведения при саморегуляции личности [18,19]. На наш взгляд, процесс саморегуляции безработного является отличительным качеством субъекта деятельности, оказавшегося в трудной жизненной ситуации. В этой связи становится актуальным утверждение В.Д. Шадрикова о возможности достижения цели деятельности при условии, когда данный процесс “сопровождается мобилизацией ресурсов” [17, с. 312]. К таким ресурсам Р. Лазарус относит когнитивное оценивание [20,21]. Дж. Нюттен – перспективу будущего [22].

Ряд исследований отечественных ученых посвящено изучению функциональных особенностей саморегуляции, специфичной связи саморегуляции с другими личностными качествами. Так, Е.И. Колесниковой показаны взаимосвязи ценностей личности и компонентов саморегуляции [9], А.В. Капцов с помощью факторного анализа доказывает наличие единой ценностно-регуляторной системы личности [6]. Т.Н. Ключева, Ю.В. Генсецкая, выявляя закономерности динамики системы саморегуляции подростков, доказали доминирующую роль саморегуляции на различных этапах развития личности [8]. А.В. Зобков, разрабатывая концепцию структурно-динамических образований саморегуляции учебной деятельности на разных возрастных этапах психического и личностного развития, установил связь формирующегося в процессе онтогенеза механизма саморегуляции со становлением направленности личности [5]. Ю.И. Сова, Е. И Уваров определили роль саморегуляции в преодолении кризисных событий, а также ее связь с жизнестойкостью, уверенностью в себе, способностью к рефлексии, гибкостью поведения и творческим подходом к разрешению жизненного кризиса [16]. В исследованиях отечественных ученых неоднократно было доказано положение С.Л. Рубинштейна о том, что "...порожденное общественной жизнью объективное моральное содержание входит в волю человека, потому что оно объективно заключено в целях, которыми детерминируется волевое действие..." [15, с.205].

Таким образом, основываясь на фундаментальных и прикладных работах ученых, можно утверждать, что саморегуляция поведения безработного человека является взаимодетерминируемым феноменом: с одной стороны, она обусловлена многими личностными качествами человека, находящегося в статусе безработного, с другой, – определяет его личностные ресурсы.

Очевидно, что можно говорить о рефлексивной саморегуляции как психологическом феномене, подчиненном характеристикам функции рефлексии: познания; определения трудностей при взаимодействии с окружающей действительностью; регламентирования деятельности в соответствии с общественными законами. Высокий уровень развития саморегуляции определяет способность человека к реализации этих функций в процессе планирования, осуществления, анализа собственной жизнедеятельности.

Мы полагаем, что человек, обладающий развитой саморегуляцией, способен оценить свой профессиональный и жизненный опыт, объяснить возможные неудачи и успехи, и на этой основе создать модель достижения профессионального статуса и реализовать свои планы. Логично предположить, что саморегуляция представляет собой результат интеграции процесса восприятия действительности и его практической деятельности, зависящий от понимания собственных действий по отношению к окружающему миру. Такое представление саморегуляции требует обращения к закономерностям формирования и развития когнитивных функций, а также формирования и развития трудового опыта. При этом при изучении особенностей саморегуляции личности безработного важно учитывать тот факт, что определенная ценностная позиция личности по отношению к самой себе, к построению собственного жизненного и трудового пути предполагает определенный уровень ее саморегуляции. То есть, очевидно, что сам процесс саморегуляции – это явление культурно обусловленное, выраженное в действиях и поступках.

Методы

Целью нашего исследования стало определение особенностей саморегуляции и карьерных ориентаций безработных специалистов среднего уровня квалификации с различными формами поведения и активности в преодолении трудностей, связанными с безработицей. Изучение саморегуляции мы проводили с помощью методики «Стиль саморегуляции поведения – СПП-98» (В.И. Моросанова). Для исследования социально-профессиональных ориентаций использована методика «Якоря карьеры» (Э.Шейн). С целью определения личностных характеристик испытуемых был использован Калифорнийский психологический опросник (СРП). Статистическая обработка данных проводилась с применением пакета программ («Statistica 20. 0»), «Microsoft Excel»).

Выборку для исследования составили 176 человек. Из них 7 % испытуемых имеют официальный статус безработного. Возраст участников исследования в диапазоне от 28 до 49 лет.

Результаты и их обсуждение

С целью определения групп безработных были определены критерии:

- активность в поиске работы;
- продолжительность в статусе безработного;
- время состояния в трудовых отношениях до статуса безработного.

Были выявлены две группы безработных:

1) лица, характеризующиеся активностью. Это люди, которые обычно имеют удовлетворяющую их работу (не менее 1 года в должности одной организации), оказались в статусе безработного из-за ситуации на рынке труда (как правило, в связи с пандемией). В статусе безработного находятся впервые. Они готовы к изменению специальности или повышению квалификации (группа безработных с активным типом поведения ГАП). Данную группу составили 72 человека;

2) лица, характеризующиеся пассивностью или ложной активностью. Это люди, не принимающие попыток устроиться на работу, средством существования у таких лиц, являются какие-либо выплаты государства (например, детские пособия). Их период работы на одном месте может составлять от нескольких дней до 2-6 месяцев (в некоторых случаях, до года). Статус безработного получили повторно. Эти лица обычно создают видимость поиска работы, в реальности – не имеющие стабильного заработка (группа безработных с пассивным типом поведения ГПП). Группу составили 104 безработных.

Анализ результатов эмпирического исследования саморегуляции безработных показал следующее. Испытуемые ГАП получили высокие показатели по шкалам «Планирование» ($\bar{X}=6,8$ б.), «Гибкость» ($\bar{X}=7,4$ б.). Данные показывают, что им свойственны наличие развитых потребностей в планировании своих действий, способности к построению реалистичных и детализированных планов; пластичность регуляторных процессов, способность менять стратегию и тактику при непредвиденных обстоятельствах; адекватная реакция на быстрые изменения внешних или внутренних значимых условий. При этом высокие значения по шкале «Самостоятельность» ($\bar{X}=7,2$ б.) свидетельствуют о способности без контроля извне планировать и достигать поставленных целей, анализировать и оценивать результаты собственной деятельности. Высокие показатели по шкале «Моделирование» ($\bar{X}=8,1$ б.) говорят об умении испытуемых выделять значимые условия достижения целей, что проявляется в соответствии программ действий планам деятельности, получаемых результатов принятым целям. Значения по остальным шкалам у испытуемых ГАП достигают средних значений.

Испытуемые ГПП не показали высоких значений ни по одной из шкал опросника. Самые низкие показатели выявлены по шкалам «Гибкость» ($\bar{X}=4,2$ б.), «Самостоятельность» ($\bar{X}=4,4$ б.). Такие данные позволяют говорить о том, что у безработных с пассивным типом поведения определение целей является ситуативным явлением, они подвержены частой смене и редко достигаются. Безработные ГПП отличаются низким уровнем развития способности адекватного оценивания трудностей, импульсивностью, неумением или нежеланием продумывать последовательность действий, недостаточной устойчивостью субъективных критериев успешности; испытуемые недостаточно критичны к собственным действиям, зачастую не замечают ошибок. Безработным лицам с низкими показателями по шкале «Моделирование» ($\bar{X}=3,2$ б.) характерно чувство неуверенности в ситуации быстрой смены обстановки и условий достижения цели.

Данные утверждения основаны на установленных достоверно значимых различиях между показателями шкал у испытуемых двух групп (таблица 1). Для проверки статистической значимости различий между разными уровнями развития саморегуляции был проведен анализ средних значений с применением критерия Стьюдента (t-критерий).

Таблица 1 – Сравнительный анализ данных испытуемых по шкалам методики «Стиль саморегуляции поведения – СПП-98» ($p \leq 0,05$)

Переменные	Средние значения (ГАП)	Средние значения (ГПП)	t
Планирование	6,8	4,3	2,31
Самостоятельность	7,4	4,2	2,45
Гибкость	7,2	4,4	2,68
Моделирование	8,1	3,2	2,71

В результате факторного анализа методом главных компонент на выборке безработных с пассивным типом поведения (ГПП) был выделен фактор, включающий в себя такие показатели, как «Программирование», «Гибкость», «Самостоятельность», «Оценка результатов деятельности» (таблица 2).

Таблица 2 – Расчет факторного анализа для выборки безработных с пассивным типом поведения

	Компонент					
	1	2	3	4	5	6
Программирование	,747		,326		-,121	,155
Гибкость	,738	,292				-,166
Самостоятельность	,730	,251		-,208		
Оценка результатов	,639	-,276	-,105	,323		
Планирование	,488		,170	,440	,372	,366
Предпринимательство		,750	-,106	,319		-,256
Менеджмент	,180	,737	,275		,132	,299
Автономия	,177	,666				-,463
Вызов	,228	,649	,276	-,192		,277
Интеграция стилей жизни		,134	,892			
Служение		,208	,823	-,117	,232	
Моделирование	,109		-,168	,914		
Профессиональная компетентность	,265	,146	,293	,160	,682	
Стабильность жительства		-,329	,467		,601	
Стабильность работы	,123		,302	,176		,707
Потребность в достижении	,115		,272	,338		-,576
а. Вращение сошлось за 13 итераций.						

Совокупность данных показателей отражает автономный стиль саморегуляции. Безработным лицам с автономным стилем саморегуляции свойственно недостаточное развитие навыков планирования и моделирования трудовой деятельности, определения долгосрочных перспектив, которые могут быть компенсированы за счет достаточно развитой способности к самостоятельной оценке результатов и их своевременной коррекции.

В результате факторного анализа на выборке безработных с активным типом поведения ГАП был выделен фактор, включающий в себя «Программирование», «Планирование», «Моделирование», «Оценка результатов деятельности», которые характеризуют устойчивый стиль саморегуляции (таблица 3).

Безработные с устойчивым стилем саморегуляции отличаются осознанностью в постановке учебных и трудовых целей, в планировании путей их достижения, способны оценивать результаты деятельности и корректировать программу достижения цели за счет этого. Таким образом, можно заключить, что у безработных лиц с разным типом поведения присутствуют различия в составляющих фактора «Саморегуляция», а отсюда и различия в стилях саморегуляции.

Таблица 3 – Расчет факторного анализа для выборки безработных с активным типом поведения

	Компонент				
	1	2	3	4	5
Программирование	,789			-,120	
Оценка результатов	,753	,317		-,137	
Моделирование	,689		-,145	-,157	,466
Планирование	,675	-,131		,203	
Предпринимательство		,900			
Менеджмент		,816	,102		
Вызов	,249	,712	,226	,382	
Автономия	-,362	,585	,160	,184	,232
Стабильность работы	-,134	-,423	,690	-,165	,304
Интеграция стилей жизни		,138	,641	,605	,129
Профессиональная компетентность	,407	,244	,636		
Стабильность жительства	-,201	,150	,607		-,315
Служение	,305	,407	,494	,362	,247
Потребность в достижении		,113		,731	,147
Самостоятельность		,160		,674	-,199
Гибкость	,181				,918
а. Вращение сошло за 9 итераций.					

По выборке безработных ГПП был выделен интересный фактор, включающий в себя значения шкалы «Потребность в достижении цели» (с обратным знаком) и «Стабильность работы». Высокую ценность стабильности работы в сочетании с низкой потребностью достижения цели можно обозначить как фактор пассивности. Человек не стремится к большему, предпочитая находиться в зоне комфорта, перекладывая ответственность за свою жизнедеятельность на ближайшее окружение.

Таким образом, выявлены различия в развитии компонентов саморегуляции у безработных с разным типом поведения. Анализ эмпирических данных показал, что автономия в большей степени ценится безработными с пассивным типом поведения, у которых менее сформирован мотивационный компонент. У безработных лиц с активным типом поведения в наибольшей степени развиты все компоненты саморегуляции.

Корреляционный анализ (коэффициент корреляции Спирмена) показал, что существует положительная связь между способностью субъекта оценивать результаты деятельности (шкала «Оценка результатов») и шкалой «Терпимость» ($r=0,488$, $p \leq 0,01$), свидетельствующая о том, что с развитием способности оценивать собственные результаты повышается доверчивость, снижается критичность по отношению к другим людям. При этом человек с развитой способностью к рефлексии результатов собственной деятельности более адекватно по сравнению с людьми с меньшей развитостью самокритичности, оценивает реальные трудности.

Выявлены положительные связи шкалы «Оценка результатов» с доминированием ($r=0,600$, $p \leq 0,01$), социальным присутствием ($r=0,549$, $p \leq 0,01$), эмпатией ($r=0,460$, $p \leq 0,01$), ответственностью ($r=0,672$, $p \leq 0,01$), социализацией ($r=0,517$, $p \leq 0,01$), обычностью ($r=0,558$, $p \leq 0,01$), достижением через независимость ($r=0,650$, $p \leq 0,01$), интеллектуальной эффективностью ($r=0,525$, $p \leq 0,01$), психологическим складом ума ($r=0,568$, $p \leq 0,01$). Психологический смысл связей в следующем: с увеличением сформированности и устойчивости субъективных критериев оценки результатов, у человека возрастает стремление к принятию лидерских качеств, самостоятельности, активности, способности к сопереживанию другим, организовывать собственную жизнедеятельность, повышаются потребности в принятии социальных норм.

Со снижением критичности к себе понижается принятие себя, и ответственность за свои действия ($r=-0,711$, $p \leq 0,01$), а также активность, настойчивость в достижении целей ($r=0,444$, $p \leq 0,01$). В целом, чем более человек адекватен в оценке собственных действий, тем в большей степени он проявляет активность, способность создавать атмосферу доверия.

Выявлены положительные связи между способностью к моделированию и шкалами «Социальное присутствие» ($r=0,042$, $p \leq 0,01$), «Самопринятие» ($r=0,569$, $p \leq 0,01$), «Достижение через независимость» ($r=0,481$, $p \leq 0,01$), «Психологический склад ума» ($r=0,426$, $p \leq 0,01$). Данные свидетельствуют о том, что с повышением способности выделять значимые условия достижения целей у безработных повышается уверенность и чувство уважения к себе, потребность в самоутверждении и самореализации. Развитые навыки и умения в моделировании позволяют человеку проявлять большую энергичность, активность, чувствовать себя более уверенно в социуме, независимыми, принимать самостоятельно решения. При этом повышается способность к импровизации, инновациям, творчеству, качество взаимодействия с другими людьми из-за возрастающей способности их понимать, быть более ответственными за свои действия.

Большое количество положительных связей обнаружено между шкалой «Гибкость» и личностными характеристиками. Так, выявленная связь между гибкостью и способностью к статусу ($r=0,745$, $p \leq 0,01$) свидетельствует о возможности повышения организационных способностей, увеличения сферы интересов. Положительная связь между гибкостью и общительностью ($r=0,556$, $p \leq 0,01$) свидетельствует о способности к взаимодействию и эффективному общению с другими. С развитием психологической гибкости у безработных повышается активность и энтузиазм ($r=0,656$, $p \leq 0,01$), уверенность в себе ($r=0,680$, $p \leq 0,01$), эмпатия ($r=0,727$, $p \leq 0,01$), принятие социальных норм ($r=0,462$, $p \leq 0,01$), независимость в работе и принятии решений ($r=0,429$, $p \leq 0,01$), понимание других людей ($r=0,472$, $p \leq 0,01$).

Шкала «Гибкость» тесно коррелирует с такими личностными характеристиками как доминирование ($r=0,548$, $p \leq 0,01$), социальное присутствие ($r=0,479$, $p \leq 0,01$), независимость ($r=0,566$, $p \leq 0,01$), гибкость ($r=0,538$, $p \leq 0,01$), женственность/ мужественность ($r=0,565$, $p \leq 0,01$). Это означает следующее: чем более человек способен к перестройке своих планов и действий, тем в большей степени он стремится взять на себя функции лидера, быть принятым социумом, стать самостоятельным и независимым, адаптироваться к изменяющимся условиям, быть чувствительным по отношению к другим. У безработного с низкими показателями по шкале «Гибкость» снижены способности к эмпатии, общительности, дружелюбия ($r=0,684$, $p \leq 0,01$).

Анализ корреляционных связей между самостоятельностью и личностными характеристиками показал, что с понижением самостоятельности увеличивается желание чувствовать превосходство перед другими, высокомерие, надменность ($r=-0,546$, $p \leq 0,01$). При этом снижается

дисциплинированность, эмоциональная стабильность, увеличивается количество незапланированных и необдуманных поступков ($r = -0,472$, $p \leq 0,01$).

Безработный с низким уровнем самостоятельности ощущает себя менее комфортно, менее удовлетворен жизнью, имеют большое количество сомнений, переживает тревожность ($r = -0,569$, $p \leq 0,01$). Низкий уровень самостоятельности связан с процессом снижении активности личности в социальной среде ($r = -0,638$, $p \leq 0,01$), уверенности в себе ($r = -0,570$, $p \leq 0,01$).

Обнаружены корреляционные связи между показателями шкалы «Планирование» и личностными характеристиками безработных. Так, существует отрицательная связь между способностью к планированию и достижением через независимость ($r = -0,548$, $p \leq 0,01$). Неумение планировать свои действия приводят к снижению способности принимать самостоятельные решения, стремления к автономности, желания творческой деятельности.

Программирование положительно связано с социализацией ($r = 0,540$, $p \leq 0,01$): со снижением импульсивных состояний повышаются способности личности к формированию собственных убеждений, не противоречащих социальным этическим нормам, разумной критике. С повышением способности к программированию повышается уровень самопринятия ($r = 0,586$, $p \leq 0,01$). Чем более человек пытается выстроить программу своих действий, тем в большей степени он уверен в себе, освобожден от внутренних конфликтов, способен регулировать свои потребности. Способность программировать связаны также с качествами «Достижение через подчинение» ($r = 0,446$, $p \leq 0,01$) и «Гибкость» ($r = 0,507$, $p \leq 0,01$). Способность к программированию позволяет человеку чувствовать себя комфортно в хорошо организованной или структурированной среде, активно адаптироваться, действовать планомерно и быть настойчивыми, проявлять творческие способности.

Выводы и заключение

Результаты проведенного исследования позволяют сформулировать несколько положений, которые вносят вклад в существующие теоретические представления о феномене саморегуляции поведения. Теоретико-методологический анализ позволяет определить саморегуляцию поведения субъекта как самостоятельный психологический феномен, проявляющийся в интегративной характеристике психических процессов, результатом функционирования которых является осознанное упорядочивание личностью собственных действий, поведения, деятельности в соответствии с требованиями окружающей действительности. Содержание саморегуляции личности у безработных с пассивным и активным типом поведения отличается. Безработные лица с активным типом поведения обладают высокими способностями к планированию своих действий, способности психологически изменяться в процессе адаптации к разным ситуациям жизнедеятельности, способностями самостоятельно анализировать свои действия, условия деятельности и достижения значимых результатов, способности к рефлексии. Безработным лицам с пассивным типом поведения свойственен автономный стиль саморегуляции (терминология В.И. Моросановой), характеризующийся низким уровнем развития навыков планирования и моделирования трудовой деятельности, определения долгосрочных перспектив.

Выявленные взаимосвязи компонентов саморегуляции и личностных свойств безработных позволяют определить следующие психологические закономерности:

- с развитием рефлексии собственных действий и поступков повышается способность адекватно оценивать жизненные трудности;
- устойчивость критериев оценки результатов способствует развитию лидерских качеств, самостоятельности, активности, потребности в принятии социальных норм; самореализации;
- способность к моделированию позволяет человеку проявлять большую активность, чувствовать себя уверенно в социуме, принимать самостоятельно решения;
- с понижением психологической гибкости снижаются уровень эмпатических и коммуникативных способностей;
- со снижением импульсивных состояний повышаются способности личности к формированию собственных убеждений, не противоречащих социальным нормам.

Выявленные закономерности позволят определить оптимальную психологическую помощь безработным лицам, оказавшимся в трудной жизненной ситуации. Продолжение исследования связано с поиском психологических механизмов, выступающих ресурсом для развития саморегуляции безработных.

Библиография

1. Актуальные проблемы психологии труда, инженерной психологии и эргономики. Выпуск 5 // Под ред. А.А. Обознова, А.Л. Журавлева. М.: Издательство «Институт психологии РАН», 2013. 426 с.
2. Бодров В.А., Обознов А.А. Система психической регуляции стрессоустойчивости человека-оператора // Психологический журнал. 2000. №4. С.32-40.
3. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. 3-е издание. СПб.: Питер. 2006. 204 с.
4. Индина Т.А., Моросанова В.И. Исследование регуляторных основ принятия решений субъектом // Субъектный подход в психологии/ Под ред. А.Л. Журавлева, В.В. Знакова, З.И. Рябикиной, Е.А. Сергиенко. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. С.450-465.
5. Зобков А.В. Акмеология саморегуляции учебной деятельности. Владимир: Изд-во ВлГУ, 2013. 320 с.
6. Капцов А.В. Структура ценностной и регуляторной систем студентов и школьников // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология» 2016. №2(20). С.3-16.
7. Карпов А.В. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека/ Психологический институт РАО, Институт психологии РАН. М.: Наука, 2010. 519 с. Вестник РГНФ. 2011. №4. С.218-222.
8. Ключева Т.Н., Генсецкая Ю.В. Динамика взаимосвязи саморегуляции и ценностей подростков // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «психология». 2017. №1(21). С. 22-41.
9. Колесникова Е.И. Личностные и ценностные аспекты саморегуляции субъектов образовательного процесса в вузе // Вестник Самарской гуманитарной академии. Серия «Психология». 2012. № 1(11). С.9-26.
10. Корнеева С.А., А.К. Осницкий. Индивидуальные различия процессов саморегуляции у студентов ВУЗа с разными профилями латеральной организации // Вестник университета (Государственный университет управления). М.: ГУУ, № 14, 2011.
11. Ломов Б.Ф. Психическая регуляция деятельности: Избранные труды. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2006. 624 с.
12. Минина Н. В., Пуляевская О. В. Жизненные стратегии и психологические особенности безработной молодежи // Социальная компетентность. 2016. № 1. С. 28–32
13. Моросанова В.И. Саморегуляция и индивидуальность человека. М.: Когито-Центр. 2015. 304 с.
14. Росстат: Занятость и безработица в Российской Федерации в мае 2018 года. 25.06.2018. – URL: <https://nangs.org/analytics/rosstat-zanyatost-i-bezrobotitsa-v-rossijskoj-federatsii> (дата обращения 13.12.2018).
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. Т.1. М.: Педагогика, 1989. 488с.
16. Сова Ю.И., Уваров Е.А. Факторы и закономерности протекания процесса смысловой саморегуляции в значимых для учащейся молодежи жизненных ситуациях // Вестн. Тамб. ун-та. Сер. Гуманитарные науки. Тамбов, 2009. Вып. 3 (71).
17. Шадриков В.Д. От индивида к индивидуальности: введение в психологию. М.: Изд-во «Институт психологии РАН», 2009. 656 с.
18. Franken R.E. Human motivation. 6th ed. Belmont, Calif.: Wadsworth Incorporated Fullfilment, 2007. 464 p.

19. Kuhl J., Beckmann J. Action Control from cognition to behavior. Berlin: Springer-Verlag Heidelberg ; Softcover reprint of the original 1st ed. 1985 edition ; Wemding : G.Appl, 2012. 304 p.
20. Lazarus R. Emotion and adaptation. Oxford : Oxford University Press Inc., 1991. 558 p.
21. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Pub. Co., 1984. 218 p.
22. Nuttin J. Future time perspective and motivation. Leuven: Leuven University Press; Hillsdale: Lawrence Erlbaum Associates, 1985. 235 p.

Захарова Надира Летфулловна. E-mail: nadlex@mail.ru

Шлыкova Анна Павловна. E-mail: adamanna3@mail.ru

PECULIARITIES OF SELF-REGULATION OF BEHAVIOR OF UNEMPLOYED CITIZENS

DOI: 10.25629/HC.2020.12.12

Zakharova N.L., Shlykova A.P.

University of Technology named after twice Hero of the Soviet Union
pilot-cosmonaut A.A. Leonov

Korolev, Russia

Abstract. The results of theoretical and empirical research into regulatory processes of the unemployed person's personality, interrelationships between individual psychological characteristics and the style of self-regulation of unemployed specialists of medium qualification level are presented. The concept and determinants of the self-regulation process are defined on the basis of the analysis of theoretical and applied works on the problem. Behavior self-regulation is considered as a result of integration of the process of perception of reality and practical activity of the subject, determined by mechanisms of reflexion, motivation, and counteraction. It has been suggested that the content of personality self-regulation in the unemployed with passive and active behavior is different. Presented are the results of empirical research carried out on a sample (N = 176, aged 28 to 49 years) of unemployed citizens, using the questionnaire "Style of self-regulation of behavior" by V.I. Morosanova, the method "Career Anchor" by E. Shane, California psychological questionnaire, descriptive statistics, factor and correlation analyses. The main factors that make up the process of self-regulation for unemployed people with different types of behavior are identified. It is proved that there is a connection between the self-regulation of an unemployed person and his personal characteristics. The applied aspect of the problem under study can be implemented when developing programs of psychological support for citizens who find themselves in a difficult life situation related to unemployment.

Keywords. Self-regulation, unemployed citizens, personality traits.

1. Oboznov A.A. & Zhuravlev A.L. (eds.) *Aktual'nye problemy psikhologii truda, inzhenernoi psikhologii i ergonomiki* [Actual problems of labor psychology, engineering psychology and ergonomics]. Issue 5. Moscow: Institute of Psychology RAS Publ., 2013. 426 p.

2. Bodrov V.A., Oboznov A.A. [System of psychic regulation of human-operator stress resistance]. *Psikhologicheskii zhurnal*. 2000. No 4. P. 32-40.

3. Ivannikov V.A. *Psikhologicheskie mekhanizmy volevoi regulyatsii* [Psychological mechanisms of volitional regulation]. 3-d ed. St. Petersburg: Piter. 2006. 204 p.

4. Indina T.A., Morosanova V.I. *Issledovanie regulyatornykh osnov prinyatiya reshenii sub"ektom. Sub"ektnyi podkhod v psikhologii* [Investigation of the regulatory bases of decision making by the subject. *Subjective approach in psychology*]. Moscow: Institute of Psychology RAS Publ., 2009. P. 450-465.