

ГЛАВА 1.1

РАЗВИТИЕ РЕСУРСНОГО ПОДХОДА К ИССЛЕДОВАНИЮ ОСОЗНАННОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ ДОСТИЖЕНИЯ ЦЕЛЕЙ И САМОРАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА

В. И. Моросанова

morosanova@mail.ru

Психология саморегуляции (СР) является бурно развивающимся направлением современной психологии. Ее научные корни уходят в первую половину XX в., но активное развитие началось во второй половине прошлого — начале нынешнего века, когда ее проблематикой стали активно заниматься психологи во всех основных отечественных и зарубежных научных центрах Европы и Америки, Китая и Японии. Одно из научных предназначений исследований СР состоит в преодолении атомистичности классической психологии, рассматривающей человека через призму его психических состояний, свойств и процессов.

Практическое значение психологии СР не вызывает сомнения. Современный мир накладывает особые требования к самостоятельности и активности людей, борющихся за выживание в кризисных социальных и экологических условиях. Знания о процессах СР находят применение в практической профессиональной деятельности как для оптимизации управления и самоуправления, так и для решения широкого круга задач образования.

Процессы СР изучаются в самых разных естественных и гуманитарных науках, где исследуются процессы преодоления неопределенности и принятия решений: в математике, кибернетике, управлении, физиологии, биологии и др. В данной статье будут рассмотрены современные проблемы психологии СР. Ее предметом является строение и основные закономерности инициации и самоорганизации целенаправленной психической активности человека как личности и субъекта поведения и жизнедеятельности.

В отличие от процессов регуляции, подразумевающих в первую очередь поддержание гомеостаза и адаптацию к миру, в случае психической саморегуляции (СР) речь идет о том, что человек сам регулирует свою активность (внешнюю или внутреннюю деятельность, поведение, функциональные состояния, личностное развитие, жизненный путь и др.) в соответствии со своей потребностно-мотивационной и смысловой сферой.

Задача психологии СР — исследование интегративных процессов и явлений психики, обеспечивающих самоорганизацию активности человека, целостность и становление его индивидуальности и бытия.

Научная актуальность и значимость проблемы СР заметно повысились за последнее десятилетие, о чем свидетельствует наблюдаемый рост количества как отечественных, так и зарубежных публикаций. По-видимому, это