

УДК 159.9

ВЛИЯНИЕ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ ОСОБЕННОСТЕЙ НА СПОСОБНОСТЬ САМОРЕГУЛЯЦИИ

Е.Б. КАРПОВИЧ

*Белорусский государственный университет информатики и радиоэлектроники
П. Бровка, 6, Минск, 220013, Беларусь*

Поступила в редакцию 22 ноября 2016

Приведены результаты исследования стилевых особенностей саморегуляции, их взаимосвязи с индивидуальными особенностями.

Ключевые слова: саморегуляция, индивидуальный стиль, семантическая биологическая обратная связь.

Введение

Способность к саморегуляции определяет продуктивность деятельности человека. Общая способность саморегуляции зависит как от индивидуально-типических свойств человека, так и от выработанных навыков саморегуляции. Данные навыки формируются и совершенствуются в процессе жизнедеятельности посредством интериоризации социального опыта с различной степенью осознанности. По мнению исследователей стиль саморегуляции представляет собой результат аккумуляции наиболее типичных способов регуляции достижения целей, сформировавшихся у субъектов. Выделяя в структуре индивидуального стиля саморегуляции физиологический, психофизиологический и психологический уровни, ученые подчеркивают их взаимообусловленность и взаимосвязь [1].

В случае самостоятельного определения целей деятельности и их реализации доступными и приемлемыми способами говорят об осознанной саморегуляции [2]. О.А. Конопкиным была разработана концептуальная модель осознанной саморегуляции. В соответствие с данной моделью основными функциональными звеньями процесса осознанной саморегуляции являются: цель деятельности – субъективная модель значимых условий – программа исполнительских действий – система субъективных критериев достижения цели – контроль и оценка реальных результатов – решение о коррекции системы саморегулирования [3]. Таким образом, осуществляя осознанную саморегуляцию, субъект формирует представления о конечном и промежуточных результатах деятельности, условиях собственной активности. Степень соответствия данных представлений действительности определяет успешность саморегуляции и, соответственно, продуктивность деятельности. Адекватная обратная связь позволяет субъекту формировать более четкие представления о своем состоянии в процессе выполнения деятельности, а также о результативности собственных действий.

Теоретический анализ

Семантическая биологическая обратная связь (по функциональному состоянию или поведенческой реакции) [4] является фактором, способствующим осознанной саморегуляции. Доказано, что использование принципов биологической обратной связи позволяет сделать процесс приобретения навыка саморегуляции более доступным и быстрым [5]. Вышесказанное дает возможность рассматривать игровое биоуправление в качестве инструментария, позволяющего оценивать и развивать способности человека к саморегуляции. В научной литературе дается следующее определение игровому биоуправлению: технология, продукт соединения компьютерного игрового сюжета и методов биоуправления, представляющий

собой комплекс процедур, при проведении которых человеку, посредством специальных технических устройств (цепи внешней обратной связи) передается информация о состоянии той или иной функции его собственного организма. На основе полученной информации с помощью определенных приемов человек развивает навыки саморегуляции [6].

Таким образом, актуальная проблема развития способности к саморегуляции посредством формирования навыков осознанного регулирования своим состоянием может решаться с применением игрового биоуправления. Учет индивидуальных особенностей субъектов деятельности повышает эффективность процесса научения способам саморегуляции.

Выполненное авторами исследование имеет целью выявить влияние индивидуальных особенностей, а именно – наличие определенных поведенческих стратегий, сформированных в течение жизни испытуемых, в частности, стилевых особенностей саморегуляции на способность к саморегуляции, реализующуюся в процессе биоуправления.

Объектом исследования является процесс саморегуляции, предметом – взаимосвязь индивидуальных особенностей испытуемых с их способностью к саморегуляции.

Методика эксперимента

В качестве диагностического инструментария были использованы многошкальная опросная методика В.И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения» (ССПМ) [7], а также биоадаптивная игрушка «NeuroDog» [8]. ССПМ позволяет диагностировать степень развития осознанной саморегуляции и ее индивидуальные профили, включающие показатели планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также показатели развития регуляторно-личностных свойств – гибкости и самостоятельности. Показатели по единой шкале «общий уровень саморегуляции» (ОУ) характеризует уровень сформированности индивидуальной системы саморегуляции как единого процесса, обеспечивающего мобилизацию и интеграцию психологических особенностей человека для достижения целей деятельности и организации поведения. Показатели по шкалам «планирование», «моделирование», «программирование», «оценка результатов», «гибкость» и «самостоятельность» отражают индивидуальные особенности саморегуляции. Опросник включает в себя 46 утверждений, основанных на типичных жизненных ситуациях, не имеющих непосредственной связи со спецификой какой-либо профессиональной или учебной деятельности.

Биоадаптивная игрушка «NeuroDog», выполняющая в данном исследовании диагностическую функцию, работает на основе семантической биологической обратной связи по данным электродермальной активности и визуализирует посредством анимированного ассоциативного отображения текущее функциональное состояние человека. Испытуемые выполняли задание на саморегуляцию, а именно – произвольную релаксацию. Методом регистрации фиксировалось выполнение испытуемыми поставленной задачи. Определение уровня релаксации производилось на основе изменения электродермальной активности испытуемых (средневзвешенное значение временного интервала в секундах между кожно-гальваническими реакциями за три последних измерения). Состояние полной релаксации считалось достигнутым при среднем интервале, превышающем 60 с.

Контроль внешних переменных заключался в создании одинаковых условий для испытуемых: время проведения эксперимента – первая половина дня с 9.00 до 13.00; время, в течение которого выполнялось задание – 15 мин.; уровень сложности задачи, задаваемый параметрами усреднения (по среднему) и количества интервалов (3). Измерения проводились в спокойном состоянии испытуемых, что подтверждалось самоотчетом и наблюдением.

Испытуемые: студенты БГУИР факультета компьютерного проектирования в возрасте от 17 до 20 лет. Количество испытуемых – 70 человек (из них 53 юноши, 17 девушек).

Результаты и их обсуждение

Анализ ответов испытуемых на вопросы стандартизированной опросной методики ССПМ позволил дифференцировать выборку в соответствии с показателями по шкале ОУ на группы с низким, средним и высоким общим уровнем саморегуляции. Процентное соотношение испытуемых по группам представлено на рис. 1.



Рис. 1. Количество испытуемых с низким, средним и высоким уровнем саморегуляции

В процессе саморегуляции, опосредованной семантической обратной связью, с задачей по произвольной релаксации справилось 16 % от общего числа испытуемых. При этом лишь 27 % из них характеризуется высоким общим уровнем развития саморегуляции, а 73 % – средним. Детальное изучение индивидуальных профилей саморегуляции, полученных в результате обработки данных опроса, показало, что испытуемые, справившиеся с заданием на произвольную релаксацию, имеют высокие и средние показатели по шкале «гибкость» (45% и 55 % соответственно). При этом среднее значение показателя «гибкость» для данной категории испытуемых составило 7,6. Следует отметить также, гибкость коррелирует с общим уровнем саморегуляции. Средние значения по шкале «гибкость» для групп с различным уровнем развития саморегуляции представлены на рис. 2.

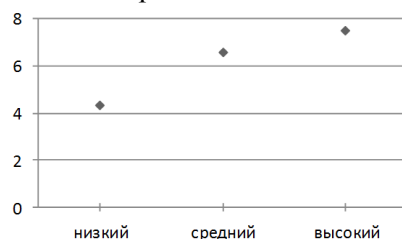


Рис. 2. Средние значения показателя гибкости для групп с низким, средним и высоким общим уровнем саморегуляции

Таким образом, результаты исследования позволили определить, что успешность саморегуляции, реализующейся в процессе биоуправления, соотносится с уровнем сформированности регуляторной гибкости, то есть способности перестраивать поведение, вносить корректировки в систему саморегуляции при изменении внешних и внутренних условий. В ряде исследований, посвященных различным аспектам саморегуляции в режиме игрового биоуправления, отмечается наличие взаимосвязи произвольной регуляции и гибкости мышления [6, 9], которую можно рассматривать как одно из проявлений таких индивидуальных особенностей как адаптивность, обучаемость.

Заключение

Большинство (96 %) испытуемых обладают высоким и средним уровнем общей саморегуляции по результатам опросной методики, основанной в определенной степени на самооценке. Результаты диагностики, основанной на оценке психофизиологических показателей, позволяют уточнить данные об уровне развития навыков саморегуляции у испытуемых, а также выявить определенную взаимосвязь между способностью саморегуляции и такого индивидуально-личностного свойства, как гибкость.

Повышение уровня саморегуляции может осуществляться в процессе игрового биоуправления посредством формирования навыков саморегуляции. При этом развитие гибкости подразумевает не только овладение достаточным репертуаром методов и способов

саморегуляции, но и формирование установок, позволяющих быстро усваивать навыки и применять их в соответствии с внешними и внутренними условиями.

THE IMPACT OF INDIVIDUAL CHARACTERISTICS ON THE ABILITY OF SELF-REGULATION

K.B. KARPOVICH

Abstract

The results of a study of stylistic features of self-control, their relationship with the individual characteristics are presented.

Keywords: self-regulation, individual style, semantic biofeedback.

Список литературы

1. Улановская Л.С. Диагностика структуры индивидуального стиля саморегуляции психических состояний студентов : дисс. ... канд. психол. наук. Москва, 2011.
2. Моросанова В.И. // Вест. Моск. Ун-та. Сер. 14: Психология. 2010. № 1. С. 36–45.
3. Конопкин О.А. // Вопросы психологии. 1995. № 1. С. 5–12.
4. Савченко В.В. // Сибирский научный медицинский журнал. 2004. № 3. С. 61–64.
5. Каминская Ю.М., Байкова И.А. // Искусство медицины. 2010. № 12. С. 64–72.
6. Мажирин К.Г. Личностные особенности и динамика саморегуляции в процессе игрового биоуправления: психологический анализ : дисс. ... канд. психол. наук. Новосибирск, 2009
7. Моросанова В.И., Бондаренко И.Н. Диагностика саморегуляции человека. М., 2015.
8. Применение модуля «Биоадаптивная игрушка» как одного из методов психологической коррекции. [Электронный ресурс] – Режим доступа: http://www.neurocom.ru/ru2/innovative/bioadaptivnaya_igrushka.html. – Дата доступа: 20.11.2016.
9. Гедранович Ю.А. // Сб. научн. статей молодых ученых «Актуальные проблемы науки XXI века». Минск, 2015. С. 71–75.

УДК 616.314.2 – 007.26 – 08: 616.314.17 – 008.1

МЕТОДЫ ЛУЧЕВОЙ ДИАГНОСТИКИ ЭНДОПЕРИОДОНТИТА

Ю.Л. ДЕНИСОВА, Н.И. РОСЕНИК, Л.А. ДЕНИСОВ*

*Белорусский государственный медицинский университет
Сухая, 28, Минск, 220004, Беларусь*

**Белорусская медицинская академия последипломного образования
П. Бровки, 3, Минск, 220013, Беларусь*

Поступила в редакцию 22 ноября 2016

Установлена более высокая информативность конусно-лучевой компьютерной томографии в сравнении с ортопантомографией (на $5,51 \pm 0,61$ %) при диагностике эндопериодонтита у пациентов в возрасте 35–44 года с болезнями периодонта. При сравнительном анализе лучевых методов исследования. Доказано, что конусно-лучевая компьютерная томография дает возможность визуализировать основные проводящие пути взаимосвязи тканей эндодонта и периодонта, что является важным этапом диагностики эндопериодонтита.

Ключевые слова: ортопантомография, конусно-лучевая компьютерная томография, болезни периодонта, эндопериодонтит.