

ПСИХОЛОГИЯ

Гасанова Рената Рауфовна

старший научный сотрудник

ФГБНУ «Институт управления образованием

Российской академии образования»

г. Москва

ТЕЗАУРУС КАК НЕОБХОДИМАЯ СОСТАВЛЯЮЩАЯ КОНКРЕТНОЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКОЙ РАБОТЫ

Аннотация: в данной статье автор поднимает актуальную проблему трудности распознавания слов «регуляция» и «саморегуляция», когда индивиду приходится выстраивать свой тезаурус с той целью, чтобы разобраться в многосложности интерпретаций и применений лексических терминологий различных авторов.

Ключевые слова: регуляция, саморегуляция, тезаурус, словарь, понятия, терминология.

В толковом словаре издательства «Большой советской энциклопедии» слово *тезаурус* (от греч. thezauros – сокровище) может означать словарь, в котором слова, относящиеся к какой-либо области знания, расположены по тематическому принципу и показаны семантические отношения (родовидовые, синонимические и др.) между лексическими единицами. В информационно-поисковых тезаурусах лексические единицы текста заменяются дескрипторами. (*Дескриптор* (позднелат. descriptor, от лат. describo – описываю), лексическая единица (слово, словосочетание) информационно-поискового языка, служащая для описания основного смыслового содержания документов.)

В своей исследовательской работе, столкнувшись с трудностями распознавания слов «регуляция» и «саморегуляция» пришлось выстраивать свой тезаурус, чтобы разобраться в многосложности интерпретаций и применений лексических терминологий различных авторов.

В энциклопедиях и психологических словарях не удалось обнаружить общих определений понятий «регуляция» и «саморегуляция» (см., например: [4, 9, 37, 65, 77, 88, 109]). Однако имеется множество частных определений различных разновидностей регуляции: например, «поведения регуляция» (см.: [64]), «регуляция ценностная» (см.: [88]), «регуляция движений» (см.: [4]) и т.д., (см.: [12]).

Похожая ситуация наблюдалась и вне психологических, общих, философских и частных словарях и энциклопедиях (см., например: [3, 8, 64, 84, 85, 107, 108]); где имелись лишь определения конкретных разновидностей регуляции и саморегуляции: например, «регуляция ферментативных процессов», «гормональная регуляция», «регуляция функций клеток», «регуляция кровообращения» др. (см.: [8]), «регуляция метаболизма» (см.: [107]), «нервная регуляция», «гуморальная регуляция» (см.: [8, 84]) и т.д., (см.: [12]).

Неопределённость такого рода по отношению к базовым понятиям, порождающим понятия как «психическая саморегуляция» и «психическая регуляция» не могла не отражаться в том, что и эти понятия до сих пор являются дискуссионными (см.: [12]).

Далее, во многих частных определениях регуляции и саморегуляции указывалось, что эти термины происходят от латинских слов «regulare» – «приводить в порядок, налаживать» (см., например, словарную статью «Поведения регуляция» в [65]) или «приводить в порядок, планировать» (см.: [53, с. 111]), «regulo» – направляю (см., например, словарную статью «Регуляция» в [94]), «regula» – норма, правило (см., например, словарную статью «Регуляция» в [77]), (см.: [12]).

В толковом словаре русского языка Д.Н. Ушакова регуляция (от латин. *regulo* – направляю) (биол.) – это «стремление организма к восстановлению повреждений или к восстановлению утерянной части» (см.: [95]). Такое понимание регуляции, равно как и её этимологическое толкование, ещё не являются научным определением данного термина. Поэтому в рамках работы, обобщая частные определения регуляции и опираясь на системно-кибернетическое происхож-

дение этого термина по отношению к психологии (см.: [65]), пришлось использовать следующее рабочее определение: регуляция – как поддержание параметров функционирования какой-либо системы или осуществления какого-либо процесса в определённых, заранее заданных пределах. Данное понятие, очевидно, являлось родовым по отношению к понятию регуляции активности человека, под которой, соответственно, понималось поддержание параметров функционирования каких-либо подсистем жизнедеятельности человека или осуществления какого-либо процесса в организме или психике человека в определённых, заранее заданных пределах (см.: [12]).

Следует указать, что в использовании термина «регуляция» встречался подход, при котором данный термин обозначает не процесс, а структуру. Так, согласно словарю по психологии развития, регуляция (по Пиаже) (лат. *regula* – норма, правило) – познавательная схема, характерная для дооперациональной стадии развития интеллекта и заключающаяся в частичном возвращении к исходному пункту рассуждений с изменением направления первоначальных суждений. Регуляции имеют место уже в сенсомоторном поле восприятия, но наиболее отчётливо выступают на уровне представлений, непосредственно предшествующих операциональным уровням развития интеллекта. На конкретно-операциональной стадии регуляция завершается операциями компенсации, обеспечивающими признание сохранения количества вещества (например, в куске пластилина) при любых трансформациях его формы. Регуляция как познавательная структура занимает промежуточное положение между так называемыми ритмами, характерными для ранних видов функционирования (уровень рефлексов и инстинктивного поведения, по Пиаже), и группировками обратимых операций, как формами конечного равновесия, к которым стремятся в процессе своего развития сенсомоторный и репрезентативный (символический, дооперациональный) интеллект [77], (см.: [12]). Однако такое структурное понимание регуляции является всё же конкретным элементом оригинальной авторской концепции Ж. Пиаже и не имеет широкого распространения в современной психологии; более общепринятым является процессуальное понимание регуляции (см.: [12]).

В литературе, как уже упоминалось, встречается множество определений частных разновидностей регуляции активности человека или живых систем в целом. Здесь ограничимся только двумя примерами:

– регуляция ценностная – это разновидность регуляции процессов, участвующих в управлении поведением человека, группы, сообщества, направленная на обеспечение соответствия поведения, оценок, решений, всей активности субъекта разделяемым им ценностям (см.: [88]);

– поведения регуляция (лат. *regulare* – приводить в порядок, налаживать) – совокупность процессов, направляющих, ограничивающих и определяющих форму реализации внутреннего потенциала и сформированного опыта активности организма или группы организмов (см.: [65]) и др., (см.: [12]).

Помимо этого в литературе также встречаются самые разнообразные терминологические сочетания, обозначающие различные разновидности регуляции и саморегуляции человека.

Само понятие саморегуляция используется в различных социальных науках, в частности в психологии, которое связано с обеспечением самоорганизации различных видов психической активности человека.

Существует вывод, что это заранее осознанное и системно организованное воздействие индивида на свою психику с целью изменения её характеристик в желаемом направлении.

Человек одарён природой не только способностью к адаптации, приспособлению организма к изменяющимся внешним условиям, но и наделён возможностью регулировать формы и содержание своей активности. И в этом направлении различают три уровня саморегуляции, отмечая их тесную связь, реализуемую в едином объекте – человеке:

– произвольной регуляции (саморегуляции) своих индивидуально-личностных характеристик (текущего психического состояния, целей, мотивов, установок, поведения, системы ценностей и т.п.).

– произвольных установках, обуславливающие слабо осознаваемую или неосознаваемую готовность индивида действовать определённым образом посредством опыта: навыков и привычек при предвосхищении им той или иной ситуации (например, человек может использовать исходя из своего опыта постоянный излюбленный приём при выполнении какой-то работы, хотя информирован о других формах использования этой же работы);

– непроизвольного приспособления к среде (поддержание постоянства температуры тела, кровяного давления, адаптация зрения к темноте и др.).

Саморегуляция требует обязательного учёта индивидуальных особенностей человека, его личностных характеристик и конкретных ситуативных аспектов. Включённость в процесс саморегуляции столь многочисленных взаимосвязанных факторов различной природы требует специального изучения.

Следует отметить, что саморегуляция базируется на совокупности закономерностей функционирования психики и их многочисленных следствиях, так называемых психологических эффектов:

– управляющий эффект психического образа, непроизвольно или произвольно возникающего в сознании индивида;

– системность (структурное и функциональное единство) всех психических познавательных процессов, обеспечивающих эффект воздействия индивида на собственную психику;

– активирующую роль мотивационной сферы, порождающей деятельность индивида, направленную на изменение своих характеристик;

– взаимообусловленность и единство сфер бессознательного и сознания как объектов, через которые индивид реализует регулирующие воздействия на самого себя;

– взаимосвязь эмоционально-волевой сферы личности: речи, мыслительных процессов, телесного опыта...

Саморегуляция должна быть связана с выделением у себя конкретного мотивационного противоречия – своеобразного пароля для входа в себя. Такие противоречия являются движущей силой, стимулирующей перестройку отдельных

сторон личности, поэтому следует учитывать возможность непосредственного воздействия на управляющий фактор с нравственной, материальной и временной точек зрения... В качестве примеров можно привести завышенные притязания относительно реальных возможностей, несоответствие материального уровня культурному.

Саморегуляция построена на механизмах концентрации внимания, воображения, представления, медитации, самовнушения, релаксации, нейролингвистического программирования, рефлексии.

Саморегуляция с точки зрения биологии – это свойство биологических систем автоматически устанавливать и поддерживать на определённом, относительно постоянном уровне те или иные физиологические или др. биологические показатели. При саморегуляции управляющие факторы не воздействуют на регулируемую систему извне, а формируются в ней самой. Этот процесс может носить циклический характер и отклонение какого-либо жизненного фактора от постоянного уровня служит толчком к мобилизации механизмов, восстанавливающих весь процесс (см.: [8]).

Сводный перечень подобных понятий, выявленный в ходе анализа психолого-педагогической литературы, приведён в таблицах 1 и 2 (не претендующий на полноту, но призванный проиллюстрировать реальную методологическую сложность изучения регуляции и саморегуляции активности человека, в том числе – учебно-профессиональной деятельности субъекта образования) представлен ниже (см.: [12]):

Таблица 1

*Перечень понятий, используемых в психологических
и психолого-педагогических исследованиях регуляции (см.: [12])*

<i>№ п/п</i>	<i>Термин</i>	<i>Ссылка (источник)</i>
1	Регуляция произвольной активности человека	[1]
2	Регуляция эмоциональной и социальной активности учащихся	[25]
3	Регуляторный опыт человека	[67]
4	Психическая регуляция	[17]

5	Волевая регуляция	[22, 105]
6	Эмоционально-волевая регуляция	[47]
7	Волевая регуляция активности личности	[81, 82]
8	Ценностная регуляция	[10, 88]
9	Нарциссическая регуляция личности	[102]
10	Субъектная регуляция	[83]
11	Субъектная регуляция личности	[15]
12	Регуляция поведения	[65]
13	Эмоциональная регуляция поведения	[40]
14	Регуляция деятельности	[73, 90, 92]
15	Психическая регуляция деятельности	[19]
16	Психологическая регуляция деятельности	[29]
17	Осознанная регуляция деятельности	[75]
18	Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности	[94]
19	Психическая регуляция учебной деятельности	[98, 99]
20	Регуляция в учебной деятельности	[61, 62]
21	Эмоциональная регуляция учебной деятельности	[80]
22	Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности	[100]
23	Регуляция состояний	[13]
24	Регуляция эмоциональных состояний	[71, 97]
25	Психофизическое регулирование	[41]

Таблица 2

*Перечень понятий, используемых в психологических
и психолого-педагогических исследованиях саморегуляции (см.: [12])*

<i>№ п/п</i>	<i>Термин</i>	<i>Ссылка (источник)</i>
1	Саморегуляция	[58, 72, 87]
2	Саморегуляция человека (в т.ч. студента, учащегося, подростка и т.д.)	[33, 34, 38, 39, 42, 43, 50]
3	Индивидуальная саморегуляция	[51, 52]
4	Саморегуляция активности	[101]
5	Саморегуляции произвольной активности человека	[56, 70, 103]
6	Индивидуальный стиль саморегуляции произвольной активности человека	[54, 55]
7	Индивидуальный стиль саморегуляции в произвольной активности человека	[53]
8	Психическая саморегуляция	[35]
9	Психологическая саморегуляция	[7]
10	Психическая саморегуляция произвольной активности человека	[27, 28, 68]
11	Осознанная саморегуляция	[5, 30, 66]
12	Волевая саморегуляция человека	[96]

13	Смысловая саморегуляция человека	[45, 86, 89]
14	Личностная саморегуляция	[26]
15	Саморегуляция личности	[48, 49]
16	Саморегулирование личности	[57]
17	Моральная саморегуляция личности	[93]
18	Саморегуляция социального поведения личности	[79, 110]
19	Саморегуляции поведения	[14, 21, 31, 40, 59, 60, 110]
20	Саморегуляции деятельности и поведения	[31]
21	Саморегуляция деятельности	[32, 69]
22	Психическая саморегуляция деятельности	[91]
23	Волевая саморегуляция деятельности	[23]
24	Саморегуляция учебной деятельности	[2, 24, 104]
25	Саморегуляции в учебной деятельности	[78]
26	Саморегулируемое учение	[20]
27	Психогигиеническая саморегуляция	[6]
28	Психофизиологическая саморегуляция	[11]
29	Саморегуляция состояний	[63]
30	Произвольная саморегуляция состояния человека	[18]
31	Саморегуляции психофизиологических функциональных состояний	[36, 44]
32	Психическая саморегуляция функциональных состояний человека	[16]
33	Саморегуляция функциональных систем	[46]
34	Саморегуляция психических состояний	[73, 106]
35	Саморегуляция психических состояний субъекта	[74]

Из таблиц 1 и 2, видно, что в психологических и психолого-педагогических исследованиях регуляции и саморегуляции активности человека используется множество понятий, из которых представлено 25 для регуляции (таблица 1) и 35 для саморегуляции (таблица 2), (см.: [12]).

Следовательно, перед проведением исследований по конкретной тематике, видится целесообразным, проводить классификацию, систематизацию и анализ терминологических понятий по выполняемой работе в виде тезауруса.

Список литературы

1. Аронова Е.А. Регуляторная роль самосознания в произвольной активности человека: Дис... канд. психол. наук: 19.00.01. – М., 2004. – 190 с.

2. Астахова Н.В. Саморегуляция учебной деятельности как условие эффективной учёбы подростков коррекционных классов // Материалы IV съезда Российского психол. общества. 18–21 сентября 2007 г. – Т. I. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 49–50.
3. Безопасность: теория, парадигма, концепция, культура. Словарь [Электронный ресурс]. – <http://slovari.yandex.ru/dict/bezopasnost>
4. Безруких М.М., Фарбер Д.А. Психофизиология. Словарь / Под общ. ред. А.В. Петровского; ред.-сост. Л.А. Карпенко. – М.: ПЕР СЭ, 2006.
5. Белоус О.В. Проблема формирования осознанной саморегуляции в аспекте готовности студентов педвуза к профессиональной деятельности // Материалы IV съезда Российск. психол. общества. Т. I. – С. 140.
6. Беляев Г.С. Психогигиеническая саморегуляция. – Л., 1977. – 160 с.
7. Большакова М.Б. Психологическая саморегуляция при хронических болевых синдромах: Дис. канд. психол. наук. – М., 1995. – 219 с.
8. Большая советская энциклопедия [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/bse>
9. Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. – К.: Наукова думка, 1989. – 200 с.
10. Вилюзжанина Т.К. Динамика ценностно-смысловой сферы личности в процессе профессионального становления будущих психологов: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – Киев, 2006. – 200 с.
11. Водейко Р.И., Мазо Г.Е. Как управлять собой: Психофизиологическая саморегуляция. – Минск, 1983. – 80 с.
12. Гасанова Р.Р. Мотивационные детерминанты осознанной саморегуляции учебно-профессиональной деятельности студентов вуза: Дис... канд. психол. наук: 19.00.07. – Нижний Новгород, 2010. – 214 с.
13. Гройсман А.Л. Личность, творчество, регуляция состояний. – М., 1998. – 436 с.
14. Демин А.Н. Прогнозирование жизненного пути в структуре регуляции поведения: Дис. канд. психол. наук. – М., 1991. – 195 с.

15. Дикая Л.Г. От саморегуляции к субъектной регуляции личности в профессиональной деятельности // Психология совладающего поведения: материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. – 426 с. – С. 246-247.

16. Дикая Л.Г. Психическая саморегуляция функциональных состояний человека (системно-деятельностный подход). – М.: Институт психологии РАН, 2003. – 316 с.

17. Дикая Л.Г. Становление новой системы психической регуляции в экстремальных условиях деятельности // Принцип системности в психологических исследованиях. – М.: Наука, 1990. – С. 103-114.

18. Дикая Л.Г., Семикин В.В. Произвольная саморегуляция состояния человека-оператора как вид психической деятельности // Проблемы диагностики и управления состоянием человека-оператора. – М., 1984.

19. Завалова, Н.Д., Ломов Б.Ф., Пономаренко В.А. Образ в системе психической регуляции деятельности. – М., 1986. – 120 с.

20. Зеер Э.Ф. Саморегулируемое учение как образовательная технология формирования компетенции у обучаемых // Психология образования: проблемы и перспективы: Материалы первой междунаро. науч.-практич. конф. – М.: Смысл, 2004. – С. 29–30.

21. Зейгарник Б.Ф., Холмогорова А.Б., Мазур Е.С. Саморегуляция поведения в норме и патологии. – М.: Изд-во Моск. Ун-та, 1980. – 155с.

22. Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. – М.: Изд-во МГУ, 1991. – 142 с.

23. Калинин В.К. Волевая саморегуляция деятельности: Автореф. дис. доктора психол. наук. – Тбилиси, 1989. – 77 с.

24. Киселевская Н.А. Стили саморегуляции учебной деятельности и их формирование у студентов вуза: Автореферат дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – Иркутск: Иркутский гос. педагогический ун-т, 2005.

25. Китаев-Смык Л.А., Боброва Э.С. Проблемы регулирования эмоциональной и социальной активности учащихся при длительном стрессе // Эмоциональная регуляция учебной деятельности. – М., 1988. – С. 86–88.
26. Клецина И.С. Структура личностной саморегуляции как фактор успешности учебной деятельности студентов: Дис. канд. психол. наук. – СПб., 1992. – 223 с.
27. Конопкин О.А. Общая способность к саморегуляции как фактор субъектного развития // Вопросы психологии. 2004. – №2. – С. 128–135.
28. Конопкин О.А. Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект) // Вопросы психологии. – 1995. – №1. – С. 5–12.
29. Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. – М.: Наука, 1980. – 256 с.
30. Конопкин О.А. Структурно-функциональный и содержательно-психологический аспекты осознанной саморегуляции // Психология. Журнал Высшей школы экономики. – 2005. – Т. 2. – №1. – С. 27–42.
31. Конопкин О.А. Функциональная структура саморегуляции деятельности и поведения // Психология личности в социалистическом обществе / Под ред. Б.Ф. Ломова, К.А. Абульхановой. – М.: Наука. 1989. – С. 158–172.
32. Конопкин О.А., Моросанова В.И. Стилевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии. – 1989. – №5. – С. 18–26.
33. Конопкин О.А., Прыгин Г.С. Связь учебной успеваемости студентов с индивидуально-типическими особенностями их саморегуляции // Вопросы психологии. – 1984. – №3. – С. 42–52.
34. Королев Л.М., Власова Т.В., Миляева М.В. Особенности развития саморегуляции учащихся специальной коррекционной общеобразовательной школы VIII вида // Материалы IV съезда Российского психологического общества. – Том II. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 204.

35. Королук Н.И. Психическая саморегуляция как средство повышения успешности учебной деятельности курсантов и слушателей вузов: Дис. канд. психол. наук. – М., 1994. – 175 с.

36. Котик М.А., Емельянов А.М. Механизмы саморегуляции психофизиологических функциональных состояний. – М.: Медицина, 1984. – 184 с.

37. Краткий психологический словарь / Ред.-сост. Л.А. Карпенко; Под общ. ред. А.В. Петровского, М.Г. Ярошевского. 2-е изд., расш., испр. и доп. – Ростов-на-Дону: Феникс, 1998. – 512 с.

38. Круглова, Н.Ф. Психологические особенности саморегуляции подростков в учебной деятельности // Психол. журнал. – 1994. – Т. 15. – №2. – С. 66–73.

39. Крыжановская Л.М. Саморегуляция учащихся. – М., 1993.

40. Кулыгина М.А. Психологические факторы эмоциональной регуляции поведения при депрессии: Дис. канд. психол. наук. – М., 1992. – 245 с.

41. Линдеман Х., Селье Г. Система психофизического регулирования / Пер. с нем. Когда стресс не приносит горя. / Пер. с англ. – М, 1992. – 159 с.

42. Локша О.М. Коммуникативный подход к развитию сферы саморегуляции студентов в процессе обучения: Дис. канд. пед. наук: 13.00.01. – Калининград, 2002. – 206 с.

43. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и Саморегуляция человека в условиях стресса. – СПб.: Изд. дом «Сентябрь», 2001. – 260 с.

44. Маркин В.В. Стили саморегуляции психофизиологического функционального состояния у студентов с разными типами темперамента по Кейрси [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.rusnauka.com/NIO/Psihologia/markin/>

45. Машекуашева М.Х. Психологические особенности формирования смысловой саморегуляции студентов-будущих педагогов: Автореферат дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – Ростов-на-Дону, 2004.

46. Меницкий Д.Н. Принципы саморегуляции функциональных систем // Системный анализ механизмов поведения / Под ред. К.В. Судакова. – М.: Наука, 1979. – С. 81–91.

47. Милютин Е.Л. Особенности эмоционально-волевой регуляции в условиях внутриличностного конфликта: Дис. канд. психол. наук. – Киев, 1991. – 134 с.
48. Миславский Ю.А. Саморегуляция и активность личности в юношеском возрасте. – М.: Педагогика, 1991. – 152 с.
49. Миславский Ю.А. Саморегуляция и творческая активность личности // Вопросы психологии. – 1988. – №3. – С. 71–78.
50. Моросанова В.И. Акцентуация характера и стиль саморегуляции у студентов // Вопросы психологии. – 1997. – №6. – С. 30–38.
51. Моросанова В.И. Индивидуальная саморегуляция и характер человека // Вопросы психологии. – 2007. – №3. – С. 59–68.
52. Моросанова В.И. Индивидуально-стилевые особенности саморегуляции и их связь с успешностью обучения // Психол. журнал. – 1995. – №4. – С. 112–118.
53. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции в произвольной активности человека // Психол. журнал. – 1995. – Т. 16. – №4. – С. 26–35.
54. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции произвольной активности человека: Автореферат дис. ... доктора психол. наук. – М.: Психологический институт РАО, 1995.
55. Моросанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции: феноменология, структура и функции в произвольной активности человека. – М.: Наука, 1998. – 191 с.
56. Моросанова В.И. Личностные аспекты саморегуляции произвольной активности человека // Психол. журнал. – 2002. – Т. 23. – №6. – С. 5–17.
57. Моросанова В.И. Стилевые особенности саморегулирования личности // Вопросы психологии. – 1994. – №1. – С. 121–127.
58. Моросанова В.И., Агафонова А.О. Индивидуальные особенности саморегуляции и личностные защиты // Регуляция психических состояний/ Под ред. А.О. Прохорова. – Казань, 2001. – Вып. 3.

59. Моросанова В.И., Аронова Е.А. Самосознание и саморегуляция поведения. – М.: Институт психологии РАН, 2007. – 213 с.
60. Моросанова В.И., Коноз Е.М. Стилевая саморегуляция поведения человека // Вопросы психологии. – 2000. – №2. – С. 118–127.
61. Моросанова В.И., Конопкин О.А., Сагиев Р.Р. Стилиевые особенности регуляции в учебной деятельности студентов и успешность обучения // Науч. труды Московского педагогического госуниверситета им. В.И. Ленина. – М., 1995. – С. 134–140.
62. Моросанова В.И., Сагиев Р. Р. Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов. // Вопросы психологии. – 1994. – №5. – С. 134–140.
63. Никифоров Г.С., Филимоненко Ю.И., Польшин А.К. Психологические аспекты саморегуляции состояний. – Л., 1986. – 186 с.
64. Новейший философский словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://slovari.yandex.ru/dict/phil_dict
65. Общая психология. Словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/psychlex2>
66. Осницкий А.К. Роль осознанной саморегуляции в учебной деятельности подростков // Вопросы психологии. – 2007. – №3. – С. 42–51.
67. Осницкий А.К. Структура, содержание и функции регуляторного опыта человека: Дис. доктора психол. наук. – М., 2001.
68. Осницкий А.К., Шевцова О. А. Поведенческий аспект изучения эмоциональных явлений в психической саморегуляции произвольной активности // Материалы IV съезда Российского психол. общества. Т. III. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 27–28.
69. Пацявичюс И.В. Соотношение индивидуально-типических характеристик эмоциональности с особенностями саморегуляции деятельности: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1981.

70. Плахотникова И.В., Моросанова В.И. Регуляторная роль отдельных личностных качеств в индивидуально-типических проявлениях саморегуляции произвольной активности // Журнал прикладной психологии. – 2004. – №1. – С. 23–30.

71. Полевая Е.М., Форманова С.В., Янош О.О некоторых приёмах регуляции эмоциональных состояний учащихся // Эмоциональная регуляция учебной деятельности. – М.: Педагогика, 1988. – С. 117–118.

72. Потапов В.Н. Формирование индивидуального стиля саморегуляции у спортсменов высшей квалификации: На примере биатлонистов: Дис. доктора пед. наук: 13.00.04. – Тюмень, 2002. – 280 с.

73. Прохоров А.О. Саморегуляция психических состояний в учебной и педагогической деятельности // Вопросы психологии. – 1991. – №5.

74. Прохоров А.О., Кулыгина И.В. Повседневный копинг: операциональные средства и комплексы саморегуляции психических состояний субъекта // Психология совладающего поведения: материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. – 426 с. – С. 109–111.

75. Прыгин Г.С. Проявление «автономности» и «зависимости» в осознанной регуляции деятельности: Автореферат дис. канд. психол. наук. – М., 1983.

76. Психологические вопросы регуляции деятельности / Под ред. Д. А. Ошанина, О. А. Конопкина. – М., 1973. – 207 с.

77. Психология развития. Словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/psychlex3>

78. Сагиев Р.Р. Индивидуально-стилевые особенности саморегуляции в учебной деятельности студентов: Автореф. дис. канд. психол. наук. – М., 1993.

79. Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В.А. Ядова. – Л., 1979.

80. Санникова О.П. Роль эмоциональности в индивидуализации деятельности // Эмоциональная регуляция учебной деятельности. – М., 1987. – С. 69–74.

81. Селиванов В.И. Волевая регуляция активности личности // Психол. журнал. – 1982. – №4. – С. 15–27.

82. Селиванов В.И. Избранные психологические произведения. – Рязань, 1992. – 574 с.

83. Сергиенко Е.А. Субъектная регуляция и совладающее поведение // Психология совладающего поведения: материалы Междунар. науч.-практ. конф. / Отв. ред.: Е.А. Сергиенко, Т.Л. Крюкова. – Кострома: КГУ им. Н.А. Некрасова, 2007. – 426 с. – С. 64–66.

84. Словарь по естественным наукам. Глоссарий.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://slovari.yandex.ru/dict/gl_natural

85. Словарь по общественным наукам. Глоссарий.ру [Электронный ресурс]. – Режим доступа: http://slovari.yandex.ru/dict/gl_social

86. Соловьева Г.В. Психологические особенности смысловой саморегуляции юристов – сотрудников нотариальных контор: Автореферат дис. канд. психол. наук: 19.00.06. – Ростов-на-Дону, 2007.

87. Сорокина Ж.А. Модель развития психологической готовности студентов к профессиональной деятельности средствами саморегуляции [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.emissia.org/offline/2006/1095.htm>

88. Социальная психология. Словарь [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/psychlex4>

89. Стаканова, Е.В. Психологические особенности смысловой саморегуляции студентов при изучении иностранного языка как смыслообразующего контекста: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – Ростов н/Д, 2006. – 190 с.

90. Степанский В.И. Влияние мотивации достижения успеха и избегания неудачи на регуляцию деятельности // Вопросы психологии. – 1981. – №6. – С. 59–74.

91. Степанский В.И. Психическая саморегуляция деятельности: информационный аспект: Дис. доктора психол. наук. – М., 1991. – 321 с.

92. Степанский В.И. Роль субъективных критериев успешности результатов в регуляции деятельности // Вопросы психологии. 1984. № 3. – С. 118–122.

93. Стрижов Е.Ю., Ветрова Ю.Н. Моральная саморегуляция личности // Материалы IV съезда Российского психол. общества. Т. III. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 191–192.
94. Тихомиров О.К., Ключко В.Е. Эмоциональная регуляция мыслительной деятельности // Вопросы психологии. – 1980. – №5. – С. 23–31.
95. Толковый словарь русского языка / Под ред. Д.Н. Ушакова. – М., 1995.
96. Харина Н.А. Психологические особенности волевой саморегуляции несовершеннолетних осужденных женского пола: Дис. канд. психол. наук: 19.00.06. – Рязань, 2001. – 236 с.
97. Хрящева Н.Ю., Яковлев В.И. Обучение диагностике и регуляции эмоциональных состояний в социально-психологическом тренинге делового общения // Диагностика и регуляция эмоциональных состояний – М, 1990. Ч.1. – С. 139–141.
98. Чебыкин А.Я. Об эмоциональном потенциале психической регуляции учебной деятельности. – Симферополь, 1988. – С. 175–177.
99. Чебыкин А.Я. Теория и методика эмоциональной регуляции учебной деятельности. – Одесса: АстроПринт, 1999. – 158 с.
100. Чебыкин А.Я. Эмоциональная регуляция учебно-познавательной деятельности. – Одесса, 1992. – 168 с.
101. Чуйкова, Т.С. Саморегуляция активности при преодолении человеком кризиса, связанного с потерей работы: Автореферат дис. канд. психол. наук. – М., 1998.
102. Шамшикова О.А. О самопредставлении, самооценке и нарциссической регуляции личности // Материалы IV съезда Российского психол. общества. Т. III. – Ростов-на-Дону, 2007. – С. 337.
103. Шамшикова О.А. Инвариантность воли в пространстве индивидуального стиля саморегуляции произвольной активности человека: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Новосибирск, 2002. – 270 с.

104. Шитова Е.А. Учебная деятельность студентов как предмет их сознания и саморегуляции [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.vlsu.ru/index.php?id=1630&type=1>
105. Шульга Т.И. Онтогенез волевой регуляции // Материалы IV съезда Российского психол. общества. Т. III. – Ростов- на- Дону, 2007. – С. 373.
106. Щанкина О.А. Формирование умений саморегуляции психических состояний у практического психолога системы образования: Дис. канд. психол. наук: 19.00.07. – М., 2000. – 184 с.
107. Энциклопедия «Кругосвет» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/krugosvet>
108. Энциклопедия социологии [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://slovari.yandex.ru/dict/sociology>
109. Юрчук В.В. Современный словарь по психологии. – Минск: Элайда, 2000. – 704 с.
110. Ядов В.А. О диспозиционной регуляции социального поведения личности // Методологические проблемы социальной психологии. – М., 1975.