

Сахно Светлана Витальевна
старший преподаватель
ГВУЗ «Приазовский государственный
технический университет»
г. Мариуполь, Донецкая область

ВЛИЯНИЕ РЕФЛЕКСИИ НА САМОРЕГУЛЯЦИЮ ПОВЕДЕНИЯ ОСУЖДЕННЫХ

Аннотация: в статье рассматривается вопрос о влиянии рефлексии на саморегуляцию, которая может содействовать стабилизации внутренней психической сферы человека, уравновесить эмоциональное состояние и возвратить его к обычному жизненному ритму. Это значение рассмотрено на примере поведения заключенных.

Актуальность. Значительную роль в коррекции поведения осужденных играют не только внешние, но в первую очередь внутренние факторы, определяющие эмоциональное восприятие происходящего вокруг и рефлексии – осознания того, чему должна быть подчинена активность личности. Без саморегуляции деятельности невозможно поведение человека. Огромное влияние на саморегуляцию оказывает рефлексия, самопознание и самовоспитание. Особенно актуальным является этот вопрос при рассмотрении ресоциализации осужденных женщин в период отбывания наказания в условиях лишения свободы, так как после освобождения женщина должна вернуться в социум, семью, как можно лучше сохранив свое психическое здоровье, так как на нее лежит груз не только бытовых проблем, но и моральных.

Определение роли саморегуляции в поведении осужденного выходит из понимания таких понятий как «саморегуляция», «саморегуляция деятельности», «самоконтроль» и «волевая регуляция». Данные понятия по разному трактуются в научной литературе, но нас интересуют психологические факторы и условия, содействующие развитию качеств саморегуляции осужденных в условиях исполнения наказания во время лишения свободы.

Проблемы влияния саморегуляции на деятельность личности отражены в трудах Г.А. Балла, который рассматривал саморегуляцию в аспекте адаптации личности к ситуации, на которую оказывают влияние проблемы общепринятых норм поведения. О.Ф. Бондаренко, Р.А. Семенова, В.В. Сулицкий, С.П. Тищенко, В.Т. Цыба, Н.В. Чепелева, С.И. Яковенко, Т.С. Яценко в своих исследованиях указывают на проявление саморегуляции в нестабильных условиях и освоение форм поведения в этих условиях [1,2,3,4].

Саморегуляция как процесс организации личностью своего поведения характеризуется специфической активностью, направленной на соотношение поведения личности с требованиями ситуаций и ожиданиями других.

Основанием саморегуляции является убеждение и установка личности на целесообразность той или иной формы поведения. Саморегуляция – это такой механизм, благодаря которому обеспечивается активизация и определенная направленность позиции человека. Она осуществляет оптимизацию психологических возможностей, компенсацию недостатков, регуляцию индивидуальных состояний в зависимости от задач и условий деятельности [3].

Эмоциональное состояние зависит от того, как человек относится и реагирует на ситуации, которые способствуют или не способствуют удовлетворению потребностей. И в ситуации лишения свободы и находясь в условиях изоляции от внешнего мира и привычных условий быта, осужденные, особенно женщины, реагируют негативно, часто не принимая даже самого факта осуждения, что влечет за собой эмоциональные расстройства. Но при развитии рефлексии осужденных, при переосмыслиении и принятии ситуации, руководствуясь установкой к конкретным действиям, человек проявляет способность к адекватному поведению в конкретной ситуации, а это уже является способностью к саморегуляции [2, С.136–143].

Цель статьи: рассмотреть влияние рефлексии на саморегуляцию и определить факторы и причины возникновения потребности в саморегуляции осужденных.

Саморегуляция поведения базируется и на отношении окружающих и на том, что ожидают от личности другие. Здесь мы можем подчеркнуть рефлексивную составляющую саморегуляции. И, как правило, человек ведет себя в соответствии с ожиданиями окружения. Именно связь между внешним выражением отношения личности к окружающей действительности и внутреннему сдерживанию проявления своих порывов, влечений и потребностей является интегрирующим фактором, который содействует осужденному адаптироваться к событиям, которые происходят в данный момент. Это объясняется тем, что индивидуальные особенности личности формируются в соответствии с требованиями социальной среды, в которой она находится [4, с.115–117].

Психологический механизм саморегуляции осужденным своего поведения состоит в том, что в сознании личности стабилизируются, фиксируются и закрепляются в опыте стандартные способы и приемы взаимодействия, манер поведения и стиля деятельности. Потребность в саморегуляции не возникает сама по себе. Для того, чтобы у осужденного появилась в этом потребность, необходимым условием является важное событие, которое должно произойти в жизни осужденного [5, С. 324].

В связи с этим мы выделили факторы и причины, способствующие возникновению потребности осужденного в саморегуляции (рис.1).



Схема 1. Причины возникновения потребности в саморегуляции осужденных.

Как мы видим из схемы внешние факторы, непосредственно связаны с внутренними – психическими познавательными и эмоционально–волевыми процессами и представлены, прежде всего:

а) ситуацией вынужденного действия, – которая возникает, когда осужденный вынужден действовать под давлением референтной группы в разрез с собственными убеждениями. При этом возникает страх за изменение своего социального статуса и чувство неудовлетворения своим поведением.

б) выработка новых форм поведения – состоит в приспособлении и адаптации к новым условиям и окружению и приводит к возникновению новых и исключению старых стереотипов поведения, неуверенность в правильности своего поведения, колебания при принятии решений.

в) адаптация к деятельности и тем видам труда, которыми осужденный никогда не занимался, приводит возникновению комплекса неполноценности, отчаянию, желанию удовлетворить потребность в личном статусе, коммуникации.

г) возникновение новых требований к содержанию взаимоотношений, или возврат к стальным уже забытым способам общения приводит к смене системы жизненных ценностей, установок и убеждений осужденных.

д) конфликтное взаимодействие – неразрывно связано с нервным возбуждением, обеспечением потребности в личной защите и сохранении позитивных жизненных перспектив.

е) сенсорный голод, отсутствие тех людей, которые принимают и понимают жизненную позицию осужденного, приводят к ограничению индивидуальных и социальных потребностей.

Исходя из тесной взаимосвязи выше перечисленных факторов с психическими познавательными и эмоционально–волевыми процессами, которые мы рассмотрели, потребность в саморегуляции осужденных, мы представим комплексно в виде составляющих ее компонентов (схема 2).

Саморегуляция деятельности и поведения осуществляется человеком сознательно, то есть рефлексивно, на основе целенаправленного воздействия на организм человека, его психические процессы, реакции и эмоциональные состояния.

Таким образом, поведение осужденного в той или иной ситуации при различных обстоятельствах определяется динамикой протекания внутренних психологических и физиологических процессов, которые, прежде всего, включают: а) постановку цели; б) объективность учета собственных способностей и возможности действий при сложившихся обстоятельствах; в) принятие и реализация волевых решений на основе сознательного рефлексивного понимания важности поставленной цели.

Проявляя себя в поступках, работе, обучении, осужденные вступают во взаимодействие с окружающими, благодаря чему могут динамично менять в себе определенные личностные качества или же оставаться со своими особенностями. Определяется этот процесс путем наблюдения за осужденными, прежде всего психологами и начальниками отделений уголовно–исполнительной системы, а именно учреждений исполнения наказаний.

Следовательно, соблюдение социально–принятых норм поведения и реализация волевых усилий зависит от типа деятельности нервной системы, типа личности (интроверт, экстраверт, амбиверт), сформированности характерологических черт (решительность, дисциплинированность).

КОМПОНЕНТЫ САМОРЕГУЛЯЦИИ



Таким образом, саморегуляция может содействовать стабилизации внутренней психической сферы человека, уравновесить эмоциональное состояние и возвратить его к обычному жизненному ритму. Исходя из того, что наиболее часто поведение и деятельность зависят от самого человека, и его которые он регулирует с помощью внутренней речи, и соответствующего рефлексивного мышления, мы попытались обосновать значение саморегуляции в поведении осужденных.

Список литературы

1. Борищевський М.Я. Розвиток здатності до саморегуляції поведінки як вияв суб'єктного становлення особистості. – К., 1993, – С.18–19.
2. Корекційна поведінка засуджених жінок в установах виконання покарань. Навчальний посібник.– Чернігів: ПОД Чернігівського ДЦНТІ, 2003, 168 с.
3. Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб.: Издательский Дом «Сентябрь», 2001. – 260 с.
4. Моргун О. Ресоціалізація жінок, котрі відбувають покарання в місцях позбавлення волі Соціальна політика та соціальна робота. Український науковий і громадський часопис. – №2. – 2002. – С.115–117.
5. Сахно С.В. Дослідження рефлексій в умовах виправної колонії. Проблеми загальної та педагогічної психології. Сбірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т.XIII, част. 5.–К.2011 – С. 322–329.