

## 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 вернуть 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 ляжет 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 переосмыслении 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 старым 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, приводит 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).

## КОМПОНЕНТИ САМОРЕГУЛЯЦІЇ



Схема 2. Компоненти саморегуляції осужденных.

Таким образом, саморегуляция может содействовать стабилизации внутренней психической сферы человека, уравновесить эмоциональное состояние и вернуть 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. Боришевський 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. – Чернівці: ПОД Чернігівського ДЦНТІ, 2003, 168 с.
3. Маришук 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 рефлексії в умовах виправної колонії. Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка Національної АПН України / За ред. С.Д. Максименка. Т.ХІІІ, част. 5.–К.2011 – С. 322–329.