

УДК 159.923.2:159.954.2

© Т. С. Тітова, І. Г. Тітов, 2021

orcid.org/0000-0002-0276-4050

orcid.org/0000-0002-5529-1568

<https://doi.org/10.33989/2226-4078.2021.1.227200>

**ТІТОВА Тетяна Євгенівна**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*

**ТІТОВ Іван Геннадійович**

*кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології  
Полтавського національного педагогічного університету імені В.Г. Короленка*

## **ФУНКЦІОНАЛЬНА РОЛЬ УЯВИ В ПРОЦЕСАХ СВІДОМОЇ САМОРЕГУЛЯЦІЇ: ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ**

*Стаття присвячена проблемі функціональної ролі уяви в процесах свідомої саморегуляції особистості як складного інтегративного феномену. Визначається необхідність розглядати усвідомлену саморегуляцію у контексті ресурсного підходу. Описуються цілеутворювальна, смислоутворювальна, моделююча та рефлексивно-регуляторна функції уяви та розкривається їхній зв'язок з процесами усвідомленої саморегуляції.*

**Ключові слова:** *саморегуляція, усвідомлена саморегуляція, стиль саморегуляції, ресурс, уява, цілеутворювальна, смислоутворювальна, моделююча та рефлексивно-регуляторна функції уяви.*

**Постановка проблеми.** Саморегуляція особистості є досить актуальним та перспективним напрямком досліджень у сучасній психологічній науці. Вивчення цього феномену відкриває нові можливості для розуміння та пояснення загальних закономірностей побудови та реалізації людиною власної довільної активності, продуктивності прийняття нею життєвих рішень, успішності її поведінки в цілому.

Перспективними є дослідження усвідомленої саморегуляції як одного з основних ресурсів особистості та специфіки її взаємозв'язків з когнітивними регуляторними ресурсами людини, зокрема уявою. В зв'язку з цим актуальним є розкриття функціональної ролі уяви в процесах свідомої саморегуляції.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Дослідженню саморегуляції присвячено ряд праць, в яких вона розглядається

у структурі діяльності (С. П. Ільїн, В. К. Калін, Г. Б. Леонова, Ю. Я. Стрелков та ін.) та у контексті особистості (К. О. Абульханова-Славська, О. О. Конопкін, В. І. Моросанова, О. К. Осницький та ін.). Наголошується, що саморегуляція становить один із психологічних ресурсів людини (Г. М. Аванесян, Н. Є. Водопьянова, Л. Г. Дика, Д. О. Леонтєв, В. І. Моросанова та ін.), визначаючи успішність навчання, професійного становлення та формування професійної придатності (Л. Г. Дика, О. О. Конопкін, В. І. Моросанова, Г. С. Нікіфоров, О. К. Осницький, І. В. Плахотнікова, О. С. Шубіна та ін.).

Особливості уяви як психічного процесу та універсальної здатності людської свідомості розглядаються у працях Л. С. Виготського, А. В. Брушлинського, Е. В. Ільєнкова, Л. С. Коршунової, В. Т. Кудрявцева, Р. Г. Натадзе, О. І. Нікіфорова, Б. І. Пружиніна та ін.

Незмінно уява виступає також предметом уваги дослідників у царині вікової психології (Л. С. Виготський, В. В. Давидов, О. М. Дьяченко, Д. Б. Ельконін, О. В. Запорожець, О. Є. Кравцова, В. Т. Кудрявцев, О. Є. Сапогова та ін.), де високий рівень розвитку уяви пов'язується з варіативністю продуктів цієї психічної функції (О. М. Дьяченко), здатністю продукувати нові, оригінальні образи та їхні комбінації (Л. С. Виготський, С. Л. Рубінштейн), ступенем гнучкості, швидкості імаจินативного процесу, деталізації створеного образу, його емоційною забарвленістю (Дж. Гілфорд, Е. Торренс).

Однак, функціональна роль уяви в процесах свідомої саморегуляції розкрита недостатньо.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Саморегуляція може бути розглянута у різних теоретичних контекстах: як одна з головних функцій свідомості, що забезпечує інтеграцію різних психічних процесів (В. О. Ганзен); як особливий механізм оптимізації стану людини (Г. Ш. Габдреева, І. С. Кон); як оптимізація процесів самодетермінації, самореалізації та самоорганізації (К. О. Абульханова-Славська, І. І. Чеснокова, Н. І. Чуприкова).

Саморегуляція, на думку О. О. Конопкіна, є складним інтегративним процесом, що об'єднує когнітивні, мотиваційні, а також власне регуляційні процеси і структури особистості та являє собою процес ініціації, побудови та керування психічною

активністю для досягнення свідомо висунутих та суб'єктивно прийнятих цілей діяльності. Цей процес реалізується цілісною системою свідомої саморегуляції, що має універсальну структуру для різних видів активності та діяльності» (Конопкин, 2008). При цьому найважливішою властивістю саморегуляції є «усвідомленість» як здатність людини переводити, за потреби (наприклад, у складних життєвих ситуаціях), процес саморегуляції у площину свідомості (Моросанова, 2006).

В. І. Моросанова, вважає, що усвідомлена саморегуляція може бути розглянута у контексті ресурсного підходу, оскільки вона є специфічно людським ресурсом досягнення цілей, який може накопичуватись, витрачатись та відновлюватись. Ресурсний підхід до проблеми усвідомленої саморегуляції збагачує уявлення про спеціальні регуляторні компетенції, необхідні для різних професій і розкриває нові можливості у дослідженні активності суб'єкта та у формуванні універсальної регуляторної компетентності як «розвинутої здібності усвідомлено та відповідально формулювати цілі власної активності, а також самостійно та наполегливо домагатись їх досягнення» (Моросанова, 2014, с.74).

Усвідомлена саморегуляція є, на думку В. І. Моросанової, метаресурсом, від наявності та ступеню розвитку якого залежать результати досягнення будь-яких цілей і який виступає «засобом і механізмом координації та використання індивідуальних психологічних ресурсів» (Моросанова, 2014, с.74). Такий універсальний регуляторний ресурс є комплексом індивідуальних універсальних компетенцій по усвідомленому плануванню, моделюванню значущих умов досягнення цілей, програмуванню, оцінюванню та корегуванню дій та результатів. Диференційною основою зазначених компетенцій, що мобілізують, інтегрують та опосередковують їх вплив на поведінку людини, є її когнітивні особливості, темперамент, характер, самосвідомість й регуляторно-особистісні властивості (Моросанова, 2014).

Відмінності у рівні розвитку свідомої саморегуляції, проявляються в її «стильових особливостях» або «стилі саморегуляції», що позначають індивідуальні способи самоорганізації діяльності та поведінки людини і стійко повторюються у різних життєвих ситуаціях. У стилі

саморегуляції проявляється те «яким чином людина планує та програмує досягнення життєвих цілей, враховує значущі зовнішні та внутрішні умови, оцінює результати та корегує свою активність для досягнення суб'єктивно-прийнятних результатів, те, в якій мірі процеси самоорганізації розвинуті та усвідомлені» (Моросанова, Коноз, 2000, с.119). Відповідно пропонується розглядати особливості свідомої саморегуляції людини залежно від розвитку таких її стильових характеристик, як «Модельовання», «Планування», «Програмування», «Оцінка результатів», «Гнучкість», «Самостійність», «Загальний рівень саморегуляції» (Моросанова, Коноз, 2000).

*«Планування»* позначає індивідуальні особливості цілепокладання і утримання цілей та дозволяє характеризувати ступінь самостійності, ініціативності у визначенні цілей, а також здатність до їх зміни відповідно до обставин, стійкість цілей у психологічно складних умовах.

*«Модельовання»* – усвідомлення значущих внутрішніх та зовнішніх умов, вміння враховувати їх. Зазначена стильова характеристика позначає ступінь сформованості навичок конкретизації цілей відповідно до значущих умов діяльності, здатність до швидкого орієнтування в умовах зміни ситуації та вибору відповідної програми дій та стратегії поведінки.

*«Програмування»* – здатність чітко та деталізовано продумувати способи власних дій, складати програму та дотримуватись її, швидко включатись в діяльність та виходити з неї.

*«Гнучкість»* – здатність перебудовувати систему саморегуляції, враховуючи обставини, швидко та легко змінювати цілі та програми дій, швидкість та легкість включення в діяльність, переключення з одного виду діяльності на інший.

*«Самостійність»* – регуляторна автономність, що проявляється в здатності до самостійної постановки цілей та складення програми дій, готовності самостійно виконувати ці програми й формувати індивідуальні критерії оцінки результатів власних дій.

*«Оцінка результатів»* вказує на адекватність оцінки отриманих результатів, наявність суб'єктивних критеріїв

оцінювання ефективності дій, здатність до самоконтролю та оцінювання результатів діяльності.

«Загальний рівень саморегуляції» – сформованість індивідуальної системи саморегуляції в цілому, характеризує здатність людини до свідомої саморегуляції, а також взаємозв'язок окремих функціональних ланок психічної саморегуляції (Моросанова, Сагдиев, 1994; Моросанова, Коноз, 2000).

Отже, усвідомлена саморегуляція являє собою універсальний регуляторний ресурс та є «продуктом накопичення та концептуалізації досвіду саморегуляції досягнень різноманітних цілей в різних умовах життєдіяльності... та виступає джерелом й механізмом створення та накопичення спеціальних регуляторних ресурсів досягнення різних цілей (професійних та навчальних)» (Моросанова, 2014, с.68). Відповідно, спеціальні регуляторні ресурси являють собою сукупність регуляторних компетенцій, що включають регуляторні навички та суб'єктні якості, необхідні для досягнення навчальних та професійних цілей та мають таку ж будову як універсальний ресурс. Принциповою відмінністю виступає те, що спеціальний регуляторний ресурс відповідає певному класу цілей чи конкретній задачі, в той час як універсальний ресурс позначає накопичені в досвіді регуляторні навички вирішення різноманітних цілей та більшою мірою відображає рівень розвитку та стилеві особливості саморегуляції у їх взаємозв'язку з когнітивною та особистісною основою (Моросанова, 2014).

Спробуємо, маючи на увазі вказані аспекти свідомої саморегуляції, розширити ракурс аналізу, вказавши на основні функції уяви в розгортанні цього процесу. Для цього будемо виходити із загальнопсихологічного розуміння уяви як атрибутивної властивості свідомості людини, що виявляється в здатності будувати нові цілісні образи дійсності шляхом переробки змісту наявного практичного, чуттєвого, інтелектуального та емоційно-сміслового досвіду (Кудрявцев, 2003, с.73). Як відомо, в основі вказаної здатності лежить механізм «замикання абстрактного знання на частковий факт, загального на одиничне» (Давидов, 1996, с.127), що дозволяє зафіксувати в образно-смісловій формі універсальні

принципи розвитку об'єкта та експлікувати ті його потенційно-специфічні властивості, котрі найбільш адекватно відображають його цілісну природу. Найяскравіше такий механізм уяви виявляється в процесах цілепокладання – формування як ідеального образу предмета, що може задовольнити потреби людини, так і ідеального образу самої діяльності (Коршунова, 1979, с.14). Виявляючи при цьому тенденції розвитку цілісного об'єкта в процесі його діяльнісної зміни, перетворюючи одну форму його буття (теперішнє) в іншу (майбутнє) та забезпечуючи антиципацію результатів відповідних дій, уява надає діяльності цілеспрямованого характеру (*цілеутворювальна функція уяви*). З іншого боку, активне вживання уяви супроводжується також породженням нових смислів щодо цілісних ситуацій життєдіяльності, розширенням її смислової основи (*смислоутворювальна функція уяви*), що «забезпечує саму можливість перетворення, пізнання та переживання реальності оточуючого світу та власного Я» (Кудрявцев, 2001, с.60).

Не менш яскраво уява виявляється в процесах моделювання та програмування дій. Тут уява бере участь у конструюванні образу бажаного результату майбутніх дій у ситуаціях зі слабкою інформаційною визначеністю (саме в таких ситуаціях й виникає відповідне імажинативне завдання), тобто по суті забезпечує конкретизацію й уточнення вихідної форми і змісту мети відповідно до значущих умов діяльності (*моделююча функція уяви*). Реалізація цієї функції передбачає багаторазове симультанне та сукцесивне переструктурування образу, його добудову, видозмінення, модифікацію, створення нових поєднань його елементів – властивостей, ознак та ін. якісних характеристик. Внаслідок осмисленого синтезу різнорідних компонентів образного матеріалу та вибудовування на цій основі нових цілісностей формується програма майбутніх дій, у якій визначаються їхні операційно-динамічні характеристики (інтенсивність, різноманітність, прагнення до продовження в ситуаціях перешкод, в умовах психічної напруженості тощо).

Оцінювання адекватності отриманих результатів на основі суб'єктивних критеріїв ефективності дій, рефлексивний самоконтроль та корекція результатів діяльності в якості необхідного компоненту передбачає задіяння імажинативних

процесів. Уява як момент ідеального перетворення та переосмислення образів у тій чи іншій формі передбачає свідомого суб'єкта, який робить свої настанови, оцінки, мотиви, функціонально-діяльнісні смисли предметом власної активності. «На всіх етапах формування образу передбачається присутність суб'єкта, який знаходиться мовби поза цим процесом та орієнтує його. Така діяльність може бути визначена... як конструктивно-суб'єктивна, а її реальну практичну функцію можна угледіти, очевидно, в тому, що вона цілеспрямовано формує сферу суб'єктивності, позицію суб'єкта, здатність людини підійматись над усталеними формами уявлення дійсності та змінювати їх. Можна сказати, що конструктивна діяльність формує, зберігає та вдосконалює людське Я, людину як суб'єкта пізнання і діяльності» (Коршунова, Пружинин, 1989, с.130). З огляду на це можна говорити, що уява як форма реалізації духовно-конструктивної діяльності за своєю сутністю у є процесом рефлексивного формування суб'єкта діяльності. Як справедливо зазначає Є. Я. Басін, «створення нової уявної ситуації завжди є одночасно й створенням нового уявного Я – суб'єкта цієї нової ситуації» (Басин, 1987, с.59). Важливу роль при цьому відіграє заснована на роботі уяви діалогічна орієнтація на ідеальну представленість у рефлексивному полі позицій інших людей (Ильєнков, 1991), що мобілізує метакогнітивні регуляційні ресурси суб'єкта, надаючи йому можливості гнучко змінювати замисли, самостійно контролювати й оцінювати результати власних дій, коригувати в разі необхідності їхній операціональний склад тощо (*рефлексивно-регуляторна функція уяви*).

**Висновки та перспективи подальших розвідок.** Свідома саморегуляція, виявляючись в ініціативно-творчому модусі, в легкості та успішності оволодіння новими видами цілеспрямованої активності, в здатності самостійно розв'язувати нестандартні задачі, здійснювати діяльність у мінливих умовах, котрі вимагають зміну способів дії тощо, пов'язана з наявністю узагальненого, генералізованого вміння планувати цілі, моделювати значущі зовнішні і внутрішні умови, програмувати дії, контролювати й оцінювати поточні та кінцеві результати відносно системи прийнятих суб'єктом критеріїв успіху, коригувати систему регуляторики. Адекватність указаних умінь

вимогам діяльності, їхня гнучкість та надійність багато в чому визначається функціональним залученням уваги до саморегуляційних процесів, де вона 1) забезпечує постановку цілей діяльності (функція цілеутворення) та розширення її смислової основи (функція смислоутворення); 2) бере участь у моделюванні та наступному продуктивному перетворенні образного змісту проблемної ситуації (моделююча функція); 3) уможливорює рефлексивну регуляцію (контроль, оцінка, корекція) особою власних дій та вчинків, що зумовлює конструктивну спрямованість діяльності (рефлексивно-регуляторна функція).

Насамкінець зазначимо, що окреслена функціональна роль у процесах свідомої саморегуляції, звичайно, не вичерпує усіх аспектів взаємозв'язку цих складних психічних феноменів та вимагає емпіричної верифікації. В останньому ми й убачаємо перспективи подальших розвідок.

#### **Список використаних джерел**

- Басин Е. Я. Творчество и эмпатия. *Вопросы философии*. 1987. № 2. С. 54–66.
- Давыдов В. В. Теория развивающего обучения. Москва : ИНТОР, 1996. 544 с.
- Ильенков Э. В. Философия и культура. Москва : Политиздат, 1991. 464 с.
- Конопкин О. А. Осознанная саморегуляция как критерий субъектности. *Вопросы психологии*. 2008. № 3. С. 22–34.
- Коршунова Л. С. Воображение и его роль в познании. Москва : Изд-во МГУ, 1979. 144 с.
- Коршунова Л. С., Пружинин Б. И. Воображение и рациональность. Москва : Изд-во МГУ, 1989. 182 с.
- Кудрявцев В. Т. Воображение ребёнка: природа и развитие (статья первая). *Психологический журнал*. 2001. Т. 22, № 6. С. 64–76.
- Кудрявцев В. Т. Воображение. *Большой психологический словарь / сост. и общ. ред. Б. Мещеряков, В. Зинченко*. Москва : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2003. С. 73–74.
- Моросанова В. И. Индивидуальные особенности осознанной саморегуляции произвольной активности человека. *Вестник московского университета*. Сер. 14. Психология. 2010. № 1. С. 36–45.
- Моросанова В. И. Личностные и когнитивные аспекты саморегуляции деятельности человека. Москва : Психологический ин-т РАО, 2006. 320 с.



- Моросанова В. И. Осознанная саморегуляция произвольной активности человека как психологический ресурс достижения целей. *Теоретическая и экспериментальная психология*. 2014. Т. 7, № 4. С. 62–78.
- Моросанова В. И., Коноз Е. М. Стилевая саморегуляция поведения человека. *Вопросы психологии*. 2000. № 2. С. 118–128.
- Моросанова В. И., Сагиев Р. Р. Диагностика индивидуально-стилевых особенностей саморегуляции в учебной деятельности студентов. *Вопросы психологии*. 1994. № 5. 134–140.

### References

- Basin, E. Ja. (1987). Tvorchestvo i jempatija [Creativity and empathy]. *Voprosy filosofii*, 2, 54-66 [in Russian].
- Davydov, V. V. (1996). *Teoriya razvivajushhego obuchenija [Theory of the developing education]*. Moskva: INTOR [in Russian].
- Ilenkov, Je. V. (1991). *Filosofija i kultura [Philosophy and culture]*. Moskva: Politizdat [in Russian].
- Konopkin, O. A. (2008). Osoznannaja samoreguljacija kak kriterij subektnosti [Conscious self-regulation as a criterion of agency]. *Voprosy psihologii*, 3, 22-34 [in Russian].
- Korshunova, L. S. (1979). *Voobrazhenie i ego rol v poznanii [Imagination and its role in cognition]*. Moskva: Izd-vo MGU [in Russian].
- Korshunova, L. S., & Pruzhinin, B. I. (1989). *Voobrazhenie i racionalnost [Imagination and rationality]*. Moskva: Izd-vo MGU [in Russian].
- Kudrjavcev, V. T. (2001). Voobrazhenie rebjonka: priroda i razvitie (statja pervaja) [Child's imagination: nature and development (first article)]. *Psihologicheskij zhurnal*, 22(6), 64-76 [in Russian].
- Kudrjavcev, V. T. (2003). Voobrazhenie [Imagination]. In: B. Meshherjakov, V. Zinchenko (Eds.), *Bolshoj psihologicheskij slovar [Big psychological vocabulary]* (pp. 73-74). Moskva: Prajm-EVROZNAK [in Russian].
- Morosanova, V. I. (2006). *Lichnostnye i kognitivnye aspekty samoreguljicii dejatel'nosti cheloveka [Personal and cognitive aspects of human activity self-regulation]*. Moskva: Psihologicheskij in-t RAO [in Russian].
- Morosanova, V. I. (2010). Individualnye osobennosti osoznannoj samoreguljicii proizvolnoj aktivnosti cheloveka [Individual peculiarities of the conscious self-regulation of human volitional activity]. *Vestnik moskovskogo universiteta. Seria Psihologija*, 1, 36-45 [in Russian].
- Morosanova, V. I. (2014). Osoznannaja samoreguljacija proizvolnoj aktivnosti cheloveka kak psihologicheskij resurs dostizhenija celej [Conscious self-regulation of human volitional activity as a

- psychological resource of goal-reaching]. *Teoreticheskaja i jeksperimentalnaja psihologija*, 7(4), 62-78 [in Russian].
- Morosanova, V. I., & Konož, E. M. (2000). Stilevaja samoreguljacija povenija cheloveka [Style self-regulation of human behaviour]. *Voprosy psihologii*, 2, 118-128 [in Russian].
- Morosanova, V. I., & Sagiev, R. R. (1994). Diagnostika individualno-stilevyh osobennostej samoreguljaciji v uchebnoj dejatelnosti studentov [Diagnostics of individual-style peculiarities of students self-regulation in studying]. *Voprosy psihologii*, 5, 134-140 [in Russian].

*T. Titova, I. Titov*

### **FUNCTIONAL ROLE OF IMAGINATION IN THE PROCESSES OF CONSCIOUS SELF-REGULATION: THEORETICAL ANALYSIS**

*The article is devoted to the problem of the functional role of imagination in the processes of conscious self-regulation of personality as a complex integrative phenomenon. The need to consider conscious self-regulation in the context of the resource approach is determined.*

*Conscious self-regulation, manifesting itself in the initiative-creative mode, in the ease and success of mastering new types of purposeful activity, in the ability to solve non-standard tasks, in changing conditions that require changes, etc., associated with the generalized ability to set goals, to model significant external and internal conditions, to program actions, to control and evaluate current and final results, and to adjust the regulatory system.*

*The adequacy of these skills to the requirements of the activity, their flexibility and reliability is largely determined by the functional involvement of the imagination in self-regulatory processes, where it 1) provides goal setting (goal-setting function) and expanding activity's meaning basis (meaning-making function); 2) participates in modeling and subsequent productive transformation of the figurative content of the problem situation (modeling function); 3) enables reflexive regulation (control, evaluation, correction) by a person of his/her own actions and deeds, which determines the constructive direction of activity (reflexive-regulatory function).*

**Key words:** *self-regulation, conscious self-regulation, style of self-regulation, resource, imagination, goal-setting, meaning-forming, modeling and reflexive-regulatory functions of imagination.*

Надійшла до редакції 1.02.2021 р.