

Секция «Психология личности: человек и ситуация»

Рефлексивная регуляция психических состояний лиц с различным типом темперамента

Давлетшина Эльвина Наилевна

Студент (бакалавр)

Казанский (Приволжский) федеральный университет, Казань, Россия

E-mail: boom89381@mail.ru

Одной из наиболее актуальных проблем современной психологии является вопрос о саморегуляции собственных психических состояний. В этом контексте, особый интерес представляет изучение роли рефлексии в общем регуляторном процессе. Несмотря на все разнообразие экспериментальных и теоретических работ в области рефлексивной регуляции деятельности (А.В. Карпов, И.М. Скитяева, Е.А. Сергинко [2]), а также роли рефлексии в процессе регуляции психических состояний (А.О. Прохоров, М.Г. Юсупов, А.В. Чернов [5]), проблема механизмов рефлексивной регуляции состояний остается до конца не решенной. Для решения поставленной задачи необходимо рассмотреть роль различных психологических свойств личности в рефлексивной регуляции состояний.

Представленная статья посвящена изучению влияния типа темперамента на особенности регуляции психических состояний. С этой целью было проведено эмпирическое исследование, в котором приняли участие студенты 1 курса Института международных отношений, востоковедения и истории в возрасте 17-19 лет в количестве 44 человек. В процессе проведения исследования были использованы следующие методики: методика ЕРІ для изучения типа темперамента Г.Ю. Айзенка [3], Методика «Рельеф психического состояния личности А.О. Прохорова» [3], методика «Определения индивидуальной меры рефлексивности» А.В. Карпова и В.В. Пономарёвой, а также методика «Уровня выраженности и направленности рефлексии» М. Гранта [1]. Данные методики позволили выявить определенные характерные для каждого темперамента рефлексивная регуляция состояния. Обработка данных проводилась с помощью корреляционного анализа, включенного в пакет программ SPSS 16.0

После проведенного исследования и обработки полученных данных были выявлены следующие закономерности:

У холериков наблюдается зависимость между шкалой переживания и рефлексией будущего ($p < 0,05$), т.е. им свойственно переживать свое будущее состояние и в большей степени акцентируют внимание на психических процессах и физиологических реакциях. Кроме того, у них наблюдается зависимость между рефлексией коммуникации, социальной рефлексией и эмоциональной устойчивостью, что, по-видимому, отражается на их общительности, а более низкий уровень эмоциональной устойчивости влияет на контроль и осознание процесса коммуникации.

У флегматиков же, наоборот, наблюдается зависимость психических состояний с ретроспективной рефлексией ($p < 0,05$), то есть высокая выраженность рефлексии прошедшей деятельности детерминирует у них переживание интенсивных состояний. Подобная взаимосвязь установлена и по шкале «Психические процессы» и рефлексия будущего, что свидетельствует о том, что они акцентируют внимание на своем будущем, на том, что они хотели бы сделать и как это повлияет на них самих. Также наблюдается связь между показателями психических состояний: переживанием и физиологическими реакциями ($p < 0,01$), а также поведением и психическими процессами, что демонстрирует согласованность подструктур психических состояний в их взаимодействии с рефлексией.

Среди данных, полученных у меланхоликов, было отмечено, что зависимость прослеживается между рефлексией настоящего и эмоциональной устойчивостью ($p < 0,05$). Отмеченное говорит о том, что, глубоко анализируя выполняемую деятельность, данные представители демонстрируют высокую степень эмоциональной устойчивости. Помимо всего этого, у меланхоликов была отмечена связь между ауторефлексией, социорефлексией и рефлексией коммуникации ($p < 0,05$), что является показателем согласованности взаимодействия рефлексивных процессов.

В свою очередь, у сангвиников была отмечена зависимость психических состояний с рефлексией текущей деятельности (значимо на уровне $p < 0,05$), что может быть показателем того, что, анализируя своё текущее психическое состояние, сангвиники опираются на свое физиологическое состояние. Кроме того, отмечается, что рефлексия будущего у сангвиников тесно коррелирует с уровнем ауторефлексии, что, вероятно, говорит о том, что они имеют тенденцию анализировать свои характеристики сквозь призму своих будущих планов. Взаимосвязь прослеживается так же между эмоциональной устойчивостью и рефлексией коммуникации ($p < 0,05$), что демонстрирует значимую роль эмоциональной сферы в рефлексивной регуляции психических состояний.

Таким образом, подводя итог полученным данным, отметим, что все типы темперамента характеризуются своими неповторимыми особенностями рефлексивной регуляции психических состояний.

Источники и литература

- 1) Карпов А.В. Психология метакогнитивных процессов личности / А.В.Карпов, И.М.Скитяева. – М.: Изд-во ИП РАН, 2005, – 352 с.
- 2) Карпов А.В. Психология рефлексии / А.В.Карпов, И.М.Скитяева.– М.: ИП РАН, 2002. – 367 с.
- 3) Личностный опросник ЕРІ (методика Г.Айзенка) / Альманах психологических тестов - М., 1995. С.217-224.
- 4) Методики диагностики и измерения психических состояний личности / Автор и составитель А.О. Прохоров. – М.: ПЕР СЭ, 2004. – С. 142-147
- 5) Прохоров, А.О. Рефлексивная регуляция психических состояний / А.О.Прохоров. А.В.Чернов // Ученые записки Казанского университета. Серия Гуманитарные науки. – 2012, Т.154, кн. 6. – С. 244-257.
- 6) Сергиенко Е.А. Контроль поведения как субъектная регуляция / Е.А.Сергиенко, Г.А.Виленская, Ю.В.Ковалева.–М.: Изд-во ИП РАН, 2011.– 353 с.