

КОНТРОЛЬ ПОВЕДЕНИЯ КАК ОСНОВА САМОРЕГУЛЯЦИИ

Е. А. Сергиенко

Сергиенко Елена Алексеевна, Федеральное государственное бюджетное учреждение науки Институт психологии РАН, ул. Ярославская, 13–1, г. Москва, 129366, Россия.
Эл. почта: elenas13@mail.ru. ORCID 0000-0003-4068-9116

Аннотация. Статья посвящена обоснованию конструкта «контроль поведения». Контроль поведения — новое понятие, которое расширяет представление о регуляции и саморегуляции с новых системно-субъектных позиций. Представление о контроле поведения как основе регуляции сформировалось в результате попытки обоснования интегративного конструкта субъектной регуляции. Контроль поведения — это психологический уровень регуляции поведения, реализующий индивидуальные ресурсы психической организации человека, обеспечивающий соотношение внутренних возможностей и внешних целей. Гипотеза контроля поведения релевантна представлениям о единстве когнитивных, аффективных и волевых психических процессов. Выделены три составляющие контроля поведения: когнитивный контроль (способности предвосхищать события, извлекать и упорядочивать ментальный опыт, ментально планировать решение и моделировать исполнение, способности к когнитивной гибкости, сравнению предполагаемого и реального результата, когнитивная гибкость), эмоциональная регуляция (интенсивность эмоций, эмоциональной лабильности, активность, способность к сопереживанию, пониманию эмоций своих и Другого) и произвольный/волевой контроль (способность к произвольной организации действий, волевых усилий). Проведено сравнение отечественных и зарубежных концепций и подходов к психической регуляции поведения и деятельности, показавшее, что понятие контроля поведения несводимо только к понятию саморегуляции, или регуляции психических состояний или деятельности. Контроль поведения как регулятивная функция субъекта актуализирует индивидуальные способности (ресурсы) человека в соответствии с целью и задачами (внешними и внутренними). Показано отличие контроля поведения от близкого понятия жизнеспособности, где акцент в большей степени ставится на высокоуровневых процессах самоорганизации, тогда как контроль поведения лежит в их основе и становится индивидуальным психологическим механизмом адаптивного поведения на всем протяжении развития субъекта.

Представлена кратко верификация данного конструкта в исследованиях. Попытка обоснования интегративного понятия, вбирающего разные стороны психической организации, актуализируемые в индивидуальной регуляции, соответствует современным тенденциям поиска обобщающих моделей психической регуляции как одной из ключевых проблем современной психологии.

Ключевые слова: контроль поведения, психологические ресурсы, субъектная регуляция, субъект-личность, развитие контроля поведения, механизмы, регуляция жизнедеятельности

Предлагаемый нами конструкт контроля поведения — это попытка разработки проблем саморегуляции с новых системно-субъектных позиций. *Контроль поведения мы понимаем как психологический уровень регуляции поведения, реализующий индивидуальные ресурсы психической организации человека, обеспечивающий соотношение внутренних возможностей и внешних целей. Контроль поведения является основой самоконтроля* (Сергиенко, 2009, Сергиенко и др., 2010). Термин «контроль поведения» подчеркивает именно психологический уровень в организации регуляции, поскольку термин «регуляция» используется очень широко: регуляция напряжения, кровяного давления, питания и т.д. Термин «саморегуляция» указывает в большей степени на уровень осознанной, произвольной регуляции собственного поведения, который, по нашему мнению, имеет предшествующие более низкие уровни и основания.

Наша гипотеза контроля поведения релевантна представлениям о единстве когнитивных, аффективных и волевых психических процессов (Рубинштейн, 2001; Выготский, 1984; Веккер, 1998; Mandler, 1975; Plutchik, 1980 и др.). Аргументами в пользу единства интеллекта, аффекта и воли могут служить не только психологические исследования, демонстрирующие их тесную связь, но и данные нейронауки, показавшие важнейшую роль системы префронтальной коры и связанных с ней других корковых и подкорковых образований в регуляции поведения.

Кроме того, в регуляцию поведения, включая саморегуляцию субъекта, вовлечены всегда, но в разной мере уровни как сознательной, так и неосознанной регуляции, составляющие единую систему. В контроле поведения реализуется и развивается на протяжении жизни интегративная индивидуальность человека, опираясь на его генетико-средовую уникальность: индивидуальный генотип и средовой опыт, уникальность его психической организации.

Эта индивидуальность предполагает наличие определенных *ресурсов*, способностей индивида: его интеллектуального потенциала (способности предвосхищать события, извлекать и упорядочивать ментальный опыт, ментально планировать решение и моделировать исполнение, способности к когнитивной гибкости, сравнению предполагаемого и реального результата), эмоциональности (интенсивности эмоций, эмоциональной лабильности, активности, способности к сопереживанию, пониманию эмоций своих и Другого), способности к произвольной организации действий, волевых усилий.

Контроль поведения рассматривается как единая система, включающая три подсистемы регуляции (когнитивный контроль, эмоциональную регуляцию, волевой контроль), которые основаны на ресурсах индивидуальности и интегрируются, создавая индивидуальный паттерн саморегуляции.

Когнитивный контроль — это особенности интеллектуальных, когнитивных способностей, обеспечивающих анализ и упорядочивание внешней и внутренней среды, создание ментальных моделей ситуации и событий и оперирование ими. В когнитивный контроль мы включаем особенности меры интеллекта (от перцептивного анализа до создания ментальных схем) и стилевые когнитивные способности, обозначаемые традиционно как когнитивные виды контроля. Здесь мы согласны с М.А. Холодной (Холодная, 2002) в определении интеллектуальных ресурсов как совокупности меры интеллектуальных способностей и метакогнитивной способности индивидуальных когнитивных стилей.

Эмоциональный контроль включает контроль выражения эмоций, контроль эмоционального состояния, способы регуляции эмоциональных состояний, распознавание, интерпретацию и прогнозирование собственных эмоций и эмоций другого. Процесс регуляции эмоций также может протекать на разных уровнях.

Третья подсистема контроля поведения — *произвольный / волевой контроль*, опирающийся на индивидуальный ресурс человека. Становление произвольности исполнительных действий, поведения, подчинение определенным целям, стандартам, смыслом проходит длительный путь развития в онтогенезе человека. Однако произвольность связана с развитием префронтальной кортикальной системы, обеспечивающей тормозной контроль, гибкость когнитивных и эмоциональных процессов, программирование действий, интеграцию информации. В раннем возрасте контроль действий существует в виде контроля поведенческих проявлений, управления построением целостного поведенческого акта.

В наше определение контроля поведения включаются все основные характеристики, рассматриваемые в литературе как имеющие отношение к регуляции и саморегуляции, и они объединяются как компоненты единой субъектной способности к организации психологического ресурса для осуществления целенаправленного поведения.

Контроль поведения как субъектная регулятивная функция подчиняется принципам системно-субъектного подхода (Брушлинский, 2006, Сергиенко, 2006, 2011): принципам континуальности, целостности, антиципации. Поскольку субъект является качественно определенным способом самоорганизации и саморегуляции, центром координации всех психических процессов, состояний и свойств (Брушлинский, 2003), контроль поведения осуществляется путем специфической организации и использования индивидом всех доступных ему ресурсов для достижения цели.

Таким образом, контроль поведения как интегративная категория возник не случайно. Он отвечает вызовам психологической науки, тенденциям к обобщенным теориям и понятиям. Данная категория — это попытка объединить в один конструкт разнообразные и разноуровневые представления, сложившиеся в психологии регуляции поведения (Сергиенко, Виленская, 2018).

Сравнение с гипотезами саморегуляции

Подходы к исследованию саморегуляции многочисленны и разнообразны, но, как правило, фокусируются на каком-то одном аспекте саморегуляции, например, на регуляции когнитивных процессов (исполнительные функции (executive functions), регуляция внимания, контроль усилий (effortful control) — способность фокусироваться на релевантном стимуле, отфильтровывая иррелевантные и тормозить доминирующие ответы в пользу недоминантного поведения) (Rothbart, 1989; Barkley, 2004).

К когнитивно-ориентированным концепциям саморегуляции относится, например, *структурно-функциональный подход*, предложенный О.А. Конопкиным (1998) и развиваемый В.И. Моросановой (2010) в концепции индивидуального стиля саморегуляции.

В этом подходе модель системы регуляции построена по аналогии с поэтапной информационной обработкой, но средствами человеческой психики. Регуляция осуществляется при помощи основных процессов: планирования, моделирования, программирования, оценки результатов, а также регуляторно-личностных свойств: гибкости и самостоятельности.

Данная модель описывает только произвольные и осознанные уровни регуляции деятельности. Но известно, что осознанная регуляция и более медленная, и более энергетически и психически затратная. Спонтанная активность человека реализуется в большей степени на уровне неосознанной регуляции, а деятельность не подвергается постоянной рефлексии. Уточнение, что процессы саморегуляции должны быть только в принципе осознаваемы и не обязательно осознаются актуально (Моросанова, 2010), только усложняет картину, так как полнота осознания в большой степени зависит от способности субъекта к рефлексии. Саморегуляция в рассматриваемой модели выступает скорее как частный случай регуляторной функции субъекта, а именно как саморепрезентируемый, рефлекслируемый когнитивный компонент.

В последние десятилетия в зарубежной психологии интенсивно разрабатывается представление об *исполнительных функциях* (executive functions), которые тесно связаны с процессами саморегуляции и рассматриваются как базовая основа способности к самоконтролю. Исполнительные функции — общий термин для когнитивных процессов, которые регулируют, контролируют и управляют другими когнитивными процессами.

Одной из наиболее влиятельных моделей исполнительных функций является *комплексная иерархическая модель* исполнительных функций Ф. Зелазо и Д. Фрая (Zelazo, Frie, 1997). В ней вводятся понятия когнитивной сложности и контроля, которые иерархически усложняются по мере развития. Вместе они отражают общее развитие сознания: от осознания разрозненных знаний к интеграции в общую, сложную систему правил, что означает другой уровень рефлексии, лучшее управление мыслями и действиями (Zelazo, Carlson, 2012). Однако и эта модель, хотя и носящая системно-интегративный характер, остается в большой степени когнитивной, не включает аффективно-мотивационные и волевые аспекты регуляции. Следует отметить, что контроль поведения по содержанию шире понятия «исполнительные функции» и по своему определению включает не только когнитивную, но и эмоциональную, и волевою регуляцию, являясь субъектной функцией, имеющей три взаимосвязанные подсистемы.

Более целостный подход к анализу регуляции в процессе взаимодействия субъекта и его жизненных условий предлагается в *когнитивно-мотивационной концепции совладания со стрессом* Р. Лазаруса (Lazarus, 1999), хотя когнитивным процессам и здесь придается решающее значение. Согласно подходу А. Лазаруса, способность личности к совладанию с трудными ситуациями определяется функционированием мультимодальной системы, всесторонне отражающей ситуацию. Травмирующие события первоначально оцениваются на сенсорном уровне, затем подвергаются первичной когнитивной оценке, а затем возникают эмоции определенного качества. Выбор стратегии совладания зависит от развитости механизма вторичного когнитивного оценивания, что, в свою очередь, связано с уровнем эмоционального контроля, уверенности в себе и помощи других, способности актуализировать весь свой жизненный опыт (Лазарус, 2001; Либина, 2008).

Сторонники данной концепции делают упор на когнитивных оценках ситуации, и хотя возможности совладания со стрессом связаны в ней с личностными ресурсами, эти ресурсы никак не конкретизированы. Наличие эмоциональных компонентов регуляции признается, но не уточняется их состав и роль. Совладающие стратегии, обеспечивающие саморегуляцию, никак не соотносятся с индивидуальностью человека, его ресурсами.

В большей мере индивидуальные особенности человека, возможные ресурсы саморегуляции учитываются в *модели когнитивной регуляции* Л. Пулккинен. Согласно этой модели в ситуации, требующей контроля эмоционального состояния, выделяются два основных параметра: поведенческие реакции (подавление или активация поведения) и эмоциональные проявления (нейтрализация или интенсификация эмоций) (Pulkkinen, 1992, 2009), образующие 4 основные стратегии регуляции, различным образом сочетающие интенсификацию и подавление эмоций и поведения. Среди факторов, влияющих на процесс и результат развития самоконтроля, Л. Пулккинен называет индивидуальные особенности человека (темперамент, точность социальной перцепции) и внешние факторы (стиль родительской социализации, отношения с родителями, социально-экономический статус родительской семьи).

В то же время рассмотренная модель несколько упрощает и обедняет многообразие проявлений контроля поведения, сводя его только к контролю над социально нежелательными эмоциями и поведением.

Волевые процессы находятся в центре подхода В.А. Иванникова, где под *волевой регуляцией* понимается регуляция побуждения к действию, сознательно принятому по необходимости. Психологическим механизмом при этом является намеренное

изменение или создание дополнительного смысла действия. Таким образом, волевая регуляция — это сознательный личностный уровень регуляции, опосредованный знаниями человека о мире, собственных ценностях и возможностях (Иванников, 1998), здесь, как и в подходе О.А. Конопкина и В.И. Моросановой, подчеркивается сознательность регуляции, что позволяет поставить те же вопросы — роль неосознаваемых процессов в регуляции и онтогенез регуляторных процессов.

Попытка учесть неосознаваемые аспекты регуляции, в частности, волевой, осуществляется, например, в *концепции контроля за действием* Ю. Куля. Волевая сфера понимается Ю. Кулем как система, состоящая из автономных подсистем — самоконтроля и саморегуляции, которые гибко функционируют, взаимодействуют и обеспечивают удержание намерения в активном состоянии. Самоконтроль предполагает осознанную борьбу мотивов, требующую дополнительных усилий по поддержанию активности и эмоциональной напряженности. Для саморегуляции же характерны произвольное внимание к цели, отсутствие усилий по поддержанию активности, связь эмоций с настоящими результатами действия, а не с прошлым опытом, эмоциональная напряженность, не превышающая операциональную. При этом типе регуляции препятствия вызывают произвольное увеличение усилий (Шапкин, 1996).

Проблема саморегуляции часто рассматривается в тесной связи с проблемой принятия решения или выбора. Выбор нельзя отделить от процессов саморегуляции деятельности, охватывающих самые разные аспекты от простого или более автоматического выбора до экзистенциального.

Анализируя проблему принятия решений, Т.В. Корнилова (2007) указывает на значение *интеллектуально-личностного потенциала*, включающего не только когнитивные аспекты, задействованные в принятии решения, но и личностно-мотивационные компоненты этого процесса, готовность и умение человека использовать свои возможности.

Личностная детерминация процессов регуляции и саморегуляции человека, ведущая роль смысловых образований утверждаются и в работах Д.А. Леонтьева (2011, 2015). За саморегуляцию, по мнению Д.А. Леонтьева, отвечает такая структура, как *личностный потенциал*, организующий отношения личности с миром, в качестве ведущей, стержневой системы. К ключевым его характеристикам относятся самодетерминация, жизнестойкость, ориентация на действие и самоэффективность. Личностный потенциал включает три подсистемы: потенциал самоопределения (способность субъекта действовать в неопределенности); потенциал достижения (способность успешного достижения целей) и потенциал сохранения (способность субъекта противостоять внешним давлениям, сохраняя свою целостность). В концепции психологии выбора объединяются разные уровни осознанности, произвольности и даже постпроизвольности, характерной для автономного выбора как проявления внутренней свободы.

Концепция личностного потенциала, хотя базируется на деятельностной, культурно-исторической теории и экзистенциальной парадигме, по сути, представляет собой интегративную теорию, вбирающую в себя и системную, и субъектную, и генетическую парадигмы анализа, рассматривая в качестве основ субъектного выбора, саморегуляции, самодетерминации взаимодействие личностных и субъектных составляющих личностного потенциала. Процесс выбора — это самоконструирование субъекта, его саморазвитие. Авторы постоянно оперируют понятиями «субъект», «личность», хотя не разводят данные понятия.

Среди подходов к изучению саморегуляции можно выделить интегративные подходы, например, концепцию регуляции состояний А. О. Прохорова и системно-деятельностную концепцию психической саморегуляции функциональных состояний Л. Г. Дикой.

Возникающие в процессе функционирования человека неравновесные состояния, образующиеся при нарушении симметрии между организмом и средой, требуют регуляции. Регуляция психических состояний отражена в системно-функциональной модели, основными составляющими которой являются рефлексия переживаемого состояния, осознанный образ желаемого состояния, актуализация соответствующей мотивации и использование психорегулирующих средств.

Одновременно с этим при усилении неравновесности субъект проявляет качества, характеризующие его в наибольшей степени, например, волевые или эмоциональные способности. (Прохоров, 2005, 2009). Однако одинаковые по сложности и тяжести ситуации у разных людей приводят к возникновению различных неравновесных состояний, а при возникновении одинаковых состояний время и способы нормализации могут значительно варьировать. Представляется, что А. О. Прохоров в своей теории выдвигает необходимое, но недостаточное условие для организации саморегуляции.

Концепция психической саморегуляции функциональных состояний Л. Г. Дикой разработана на базе теоретико-экспериментального анализа характеристик саморегуляции в экстремальных условиях профессиональной деятельности. В основе ее лежат представления об иерархической структуре саморегуляции субъекта, межсистемном взаимодействии механизмов произвольной и непроизвольной саморегуляции психических состояний, целенаправленной активности и личностных уровней организации субъекта деятельности (Дикая, 2003). Выделяемые Л. Г. Дикой в структуре саморегуляции компоненты, континуум форм саморегуляции от непроизвольной до произвольной и осознанной близки нашему представлению о контроле поведения.

Разделяется нами и представление о континуальности и интегративности психической саморегуляции, где низшие и высшие уровни составляют единое целое и взаимозависимы.

Системная концепция психической регуляции Л. Г. Дикой значительно шире концепции саморегуляции О. А. Конопкина и В. И. Моросановой, поскольку охватывает всю иерархию уровней саморегуляции. Она включает и психофизиологический уровень, и уровень ценностно-мотивационный, задаваемый личностью.

Представление о психологических ресурсах человека в связи с саморегуляцией, идея о саморегуляции как актуализации определенных ресурсов представлены в ряде отечественных и зарубежных работ (Леонтьев, 2011; Леонтьев и др., 2015; Корнилова, 2016; Холодная, 2002; Петровский, 2007; Baumeister, Schmeichel, Vohs, 2009; Forgas, Baumeister, Tice, 2013; Baumeister, Alghamdi, 2015 и др.).

Так, М. А. Холодная (2002) выдвинула гипотезу о произвольном и непроизвольном интеллектуальном контроле, рассматривая когнитивные стили и другие ментальные структуры как ресурсы для регуляции активности. Однако здесь ресурсы фактически ограничены интеллектуальными, а эмоциональная и произвольная регуляции становятся производными от когнитивного контроля.

В концепции личностного выбора Д. А. Леонтьева вводится понятие экзистенциального расчета, или осознание цены, которую субъект платит за совершенный

выбор. Он состоит из ресурсов (материальных, физических, психических), знаний и умений как вложений целеполагания и целедостижения, отношения и репутации (социальная поддержка, связи), возможности, самоотношения (сохранение и укрепление представлений о себе, своих возможностях, самоуважение) (Леонтьев, 2011; Леонтьев и др., 2015).

В зарубежной современной психологии также существует представление о саморегуляции, основанной на ресурсах человека. Это *модель силы ресурсов* (Strength model) Р. Баумейстера, Б. Шмейчеля и К. Вогс (Baumeister, Schmeichel, Vohs, 2009).

Основные ее положения состоят в том, что существуют достаточно универсальные регуляторные ресурсы, запас которых ограничен, но они могут восстанавливаться.

Достоинствами указанной ресурсной модели является, во-первых, попытка интегративного подхода к процессам саморегуляции; во-вторых, отнесенность возможностей саморегуляции к внутренним ресурсам человека; в-третьих, адресованность всех процессов саморегуляции к конструкту субъекта. Следует заметить, что термин Self (самость) ближе по своему значению понятию субъекта, чем личности, как полагает Д. А. Леонтьев и многие другие авторы. Основанием для этого суждения могут служить работы С.Л. Рубинштейна (2003), А.В. Брушлинского (2003), М. Фуко (2007).

К недостаткам модели силы ресурсов, на наш взгляд, относится упрощенность представлений о саморегуляции как истощении, что чрезмерно снижает понимание специфики процессов регуляции. В данной модели ресурсы понимаются почти физически, как некая неоперационализованная «энергия», и никак не специфичны для регуляции субъекта.

Наше понимание контроля поведения, которое опирается на ресурсы субъекта, адресовано прежде всего индивидуальным ресурсам. Поскольку субъект интегрирует все индивидуальные ресурсы человека, то системообразующим фактором всей системы регуляции выступает именно субъект.

Мы полагаем, что индивидуальность человека, включая его ментальный опыт (когнитивное представление о мире), определяет и саму деятельность, т.е. способность к самоорганизации, а следовательно, целостность на каждом определенном этапе развития существует до становления зрелой и сознательной системы саморегуляции, произвольной активности и служит основой для ее становления в дальнейшем.

Под ресурсной основой контроля поведения мы понимаем индивидуальные когнитивные, эмоциональные и волевые способности субъекта. При этом выраженность выделенных ресурсов имеет сугубо индивидуальный паттерн, т.е. соотношение когнитивных, эмоциональных и волевых способностей представлен у каждого человека в разных соотношениях. Это предположение ведет к гипотезе о своеобразии контроля поведения и своеобразии предпочитаемых стилей саморегуляции, а также к гипотезе связанности контроля поведения с психологическими защитами и типами совладающего поведения, поскольку эти механизмы саморегуляции базируются на организации субъектности человека, что означает интеграцию всех индивидуальных ресурсов и особенностей человека.

Было проведено сравнение категорий жизнеспособности и контроля поведения (Сергиенко, 2016), указывающее на тесное их переплетение. Данные категории являются интегративными характеристиками человека. Они направлены на целостное изучение возможности регуляции поведения для достижения адаптивных его форм.

Обе категории включают внутренние индивидуальные характеристики человека. Но они имеют и различия. Если жизнеспособность определяется как структурно-уровневая совокупность индивидуальных характеристик и внешних регулирующих условий (семейных и социальных) (Лактионова, 2013; Махнач, 2016), то контроль поведения определяется как психологический индивидуальный ресурс субъектной регуляции. Более того, контроль поведения выступает основой становления саморегуляции, используя индивидуально выраженные способности (ресурсы) человека.

Развитие контроля поведения никогда не завершается и на протяжении всей жизни человека претерпевает системные перестройки, изменяя индивидуальную конфигурацию субъектно-личностной организации, возможности и средства регуляции, уровень и способы жизнеспособности.

Проведенный анализ теорий, гипотез и точек зрения на процессы саморегуляции и их детерминацию показывает, что в большинстве подходов выделяется один из аспектов саморегуляции: интеллектуальный контроль, эмоциональная или волевая регуляция, обсуждаются исполнительные виды контроля (исполнительные функции), фактически тождественные саморегуляции, указывается источник саморегуляции как интеллектуальный, личностный или энергетический ресурс человека. Приведенные взгляды отечественных и зарубежных авторов, с нашей точки зрения, приводят к локализации процессов саморегуляции, где субъекту просто нет места. Но если говорить об активном выборе ситуаций, принятии решений, свободе воли, то без категории субъекта как центра саморегуляции обойтись невозможно. Упор на личностной (смысловой) составляющей в саморегуляции означает отождествление понятий субъекта и личности, что значительно сужает разграничение содержательной и исполнительной составляющих (личности и субъекта) как двух единых, но разных сущностей.

Верификация гипотезы контроля поведения

Проверка данной гипотезы осуществлялась в цикле работ, направленных на анализ становления контроля поведения в онтогенезе человека, его специфики, генетико-молекулярных механизмов, соотношения контроля поведения с защитными механизмами (совладающим поведением и психологическими защитами), особенностей при различных видах деятельности человека. Кратко опишем ключевые факты, полученные в наших работах.

Развитие контроля поведения в раннем возрасте. В лонгитюдном исследовании развития контроля поведения у детей младенческого и раннего возраста было обнаружено, что контроль поведения характеризуется возрастной динамикой развития, состоящей в усовершенствовании регуляторных процессов — улучшении когнитивного контроля и контроля действий, управления вниманием, эмоциональной регуляции, переходе к использованию проблемно- и социально-ориентированных стратегий контроля поведения, активном использовании речи в регуляции поведения (Виленская, Сергиенко, 2001; Сергиенко, Виленская, Ковалева, 2010).

Все три компонента контроля поведения развиваются взаимосвязанно, на каждом этапе обеспечивая возможность развития друг друга и подготавливая переходы на следующий уровень развития. Важным механизмом, обеспечивающим эти переходы оказывается гетерохрония: не все компоненты одновременно достигают одного и того же уровня развития, за счет чего возможны компенсаторные отношения между ними.

Гетерохронность в развитии контроля поведения проявляется, в частности, в том, что наиболее рано складывается контроль действий (начиная со второго года жизни его показатели выше, чем показатели других компонентов контроля поведения у детей), а затем эмоциональный и когнитивный контроль. Опережающее становление контроля действий, опирающегося на внутренние цели и позволяющего действовать в соответствии с ними, способствующее осознанию себя как субъекта своих действий, причин изменений во внешнем мире, согласуется с представлениями большинства авторов о развитии субъектности (Божович, 2008; Сергиенко, 2016а), о первом шаге на пути к ее развитию. Помимо этого, контроль действий обеспечивает условия для развития когнитивного контроля, расширяя поведенческий репертуар, позволяя более разнообразно манипулировать с объектами и перемещаться в пространстве, а также обеспечивая возможность выполнять сложную последовательность действий, реализующих определенные ментальные репрезентации. Развитие контроля действий создает условия и для развития эмоционального контроля, позволяя более свободно и разнообразно пользоваться такими стратегиями, как, например, переключение внимания (Сергиенко, Виленская, Ковалева, 2010).

Контроль поведения в своем развитии имеет двойную детерминацию. Модуляторы развития процессов контроля поведения служат индивидуальные особенности человека, в частности, такой индивидуальный «фильтр» средовых воздействий, как темперамент, вносящий вклад в индивидуальные различия в эмоциональной регуляции, организации действий, когнитивных процессов (Pulkkinen, 2009; Rothbart, Ellis, Posner 2004; Bates, 1987; Strelau, Elias, 1994; Виленская, Сергиенко, 2001). Характеристики темперамента являются базовым образованием, определяющим индивидуальные возможности адаптации ребенка к окружению. Они выступают внутренней основой формирования регуляции поведения.

Средовой фактор в развитии контроля поведения действует не напрямую, а опосредуется и изменяется индивидуальными особенностями ребенка, стиль поведения которого складывается в первые годы жизни.

Все описанные процессы в перспективе ведут к формированию уникального профиля контроля поведения, дающего начало определяющему способу самоорганизации и саморегуляции поведения субъекта.

Контроль поведения как индивидуальный вариант адаптации к детскому учреждению. Различные возможности актуализации индивидуальных ресурсов, ведущие к формированию индивидуального профиля контроля поведения у детей раннего возраста, показаны в лонгитюдном исследовании Е. В. Вантеевой, выполненном под руководством Е. А. Сергиенко (Вантеева, 2013). Оно посвящено проблеме развития контроля поведения у дошкольников в процессе адаптации к детскому учреждению. Результаты проведенного исследования показали, что в процессе привыкания к детскому саду дети 3–4 лет демонстрируют индивидуальное своеобразие паттернов контроля поведения в адаптивном и дезадаптивном вариантах. Адаптивные дети характеризуются более высоким уровнем когнитивного, произвольного контроля и эмоциональной регуляции. Дезадаптивные дети демонстрируют взаимосвязь низкого уровня когнитивного и волевого контроля с уровнем аффективных стереотипов, что является паттерном контроля поведения трудноадаптирующихся детей.

Контроль поведения в подростковом и юношеском возрасте. Гипотеза контроля поведения как психологического ресурса означает связанность контроля поведе-

ния, психологических защит и совладающих стратегий поведения, что проверялось в ходе исследования подростков. На основе лонгитюдного исследования подростков (11–18 лет) в работе И.И. Ветровой, выполненной под руководством автора, была показана тесная взаимосвязь всех видов защитного поведения и относительное постоянство контроля поведения, подтверждена связь контроля поведения и совладания со степенью приспособленности подростков и выраженностью их тревожности. При сравнении разных видов защитного поведения и выраженности контроля поведения выявлена разная структура дифференциации стратегий совладания и защитных механизмов в группах с высоким и низким уровнем контроля поведения. В группе с высоким уровнем контроля поведения выделено несколько согласованных блоков защитно-совладающего поведения: уход от решения проблемы с помощью защит и актуальных стратегий совладания, поиск поддержки на проактивном (упреждающее преодоление) и актуальном уровнях, превентивное преодоление, блокирующее защиты. В группе с низким уровнем контроля поведения при сохранении блока поиска поддержки идентифицируется еще один большой блок стратегий и защит, где доминируют рефлексивное преодоление и планирование решения проблем с опорой на защиты, которые, видимо, восполняют дефицит контроля поведения. Сопоставление актуального и проактивного совладающего поведения показало, что актуальные стратегии совладания наиболее тесно связаны с когнитивной составляющей контроля поведения, в то время как эмоциональная регуляция — с проактивным совладанием. В целом наиболее связанным с контролем поведения оказалось проактивное совладание. Проактивное совладание практически оторвано от неосознаваемых защитных механизмов, но опирается в большей степени на регулятивную функцию субъекта — контроль поведения. С психологическими защитами наиболее связанным оказалось актуальное совладающее поведение (Сергиенко, Ветрова, 2011).

Таким образом, выдвинутая нами гипотеза о связанности контроля поведения, психологических защит и совладающих стратегий поведения нашла свое подтверждение при исследовании подросткового периода.

Контроль поведения у подростков исследовался также в диссертационной работе М. Климовой (Климова, 2018), выполненной под руководством Д. Циринг, где было показано, что у подростков с личностной беспомощностью или самостоятельностью уровень развития контроля поведения и его строение различаются. У подростков с личностной беспомощностью компоненты контроля поведения разрознены, а эмоциональный и волевой контроль имеют обратные взаимосвязи. У самостоятельных подростков все компоненты контроля поведения взаимосвязаны между собой и образуют целостную согласованную структуру.

Генетико-молекулярные предикторы контроля поведения при родовом стрессе. В работе Н.Н. Чистяковой, выполненной под руководством Е.А. Сергиенко, при сравнении женщин группы риска и женщин с благополучным течением беременности на предродовых сроках с применением психологических и генетико-молекулярных методов исследования было показано, что гомозиготные генотипы CC и VV минералокортикоидного рецептора NR3C2 и генотип SS глюкокортикоидного рецептора NR3C3 выступают как факторы риска развития низкого контроля поведения в период беременности, что может провоцировать деструктивное развитие системы «мать – плод» при повышенной чувствительности к кортикостероидам. Таким образом, выделены генетико-молекулярные предикторы организации контроля поведения (Чистякова, Савостьянов, Сергиенко, 2013). Женщины в ситуации ожидания родов

(стрессовой ситуации) демонстрировали разный уровень индивидуальных ресурсов (генетико-молекулярное своеобразие, выраженное в повышенной чувствительности к кортикостероидам). Следовательно, внутренние ресурсы выступали как основа снижения жизнеспособности в стрессовой ситуации предстоящих родов.

Контроль поведения и травматичный опыт аборта. Механизмы психической адаптации женщин с травматичным опытом искусственного прерывания беременности было изучено Т. С. Миковой под руководством Е. А. Сергиенко.

Женщины с травмой после аборта отличаются несогласованной системой контроля поведения, использованием деструктивных способов защиты и совладания, а также слабыми компенсаторными связями между этими адаптивными механизмами. У женщин с травматичным опытом прерывания беременности была выявлена дефицитарность контроля поведения в отличие от женщин без подобного опыта (Сергиенко, Микова, 2011).

Контроль поведения у людей с разной степенью регламентации профессиональной деятельности. В диссертационной работе Н. С. Павловой (Терехиной), выполненной под руководством Е. А. Сергиенко, изучалась взаимосвязь контроля поведения и субъективного благополучия людей различных профессий. Респонденты были разделены на две группы людей: люди со строгой регламентацией деятельности (летчики ВВС) и людей с нерегламентированной профессиональной деятельностью (фрилансеры, художники, преподаватели, научные сотрудники). Показано, что представители обеих групп удовлетворены своей жизнью, но субъективного благополучия они достигают разными путями. При жесткой регламентации деятельности контроль поведения оказался более согласованным в своих составляющих (когнитивный контроль, эмоциональная регуляция и волевой контроль), но в меньшей степени связанным с субъективным благополучием и личностными ориентирами. Люди же нерегламентированных профессий в большей степени подчиняют свое поведение эмоциональной регуляции и личностным смыслам, т.е. ориентируется главным образом на внутренние координаты своей профессиональной деятельности. Это может быть обусловлено тем, что жизнь людей нерегламентированных профессий тесно связана с самоорганизацией. От того, как они смогут построить свою работу, будет зависеть и успех выполняемой деятельности, и материальный достаток, и дальнейшее профессиональное развитие. Поэтому регуляция своего поведения в рамках данных профессий приобретает особую значимость и оказывается напрямую связанной с удовлетворенностью жизнью, субъективным счастьем (Павлова, Сергиенко, 2016).

Заключение

Контроль поведения — новое понятие, которое расширяет представление о регуляции и саморегуляции. Представление о контроле поведения как основе регуляции сформировалось в результате попытки обоснования интегративного конструкта субъектной регуляции. Рассмотренные нами концепции и подходы к психической регуляции поведения и деятельности ясно показывают, что понятие контроля поведения несводимо только к понятию саморегуляции, или регуляции психических состояний. Контроль поведения как регулятивная функция субъекта актуализирует индивидуальные способности (ресурсы) человека в соответствии с целью и задачами (внешними и внутренними). Выявлено отличие контроля поведения как основы субъектной регуляции от близкого понятия жизнеспособности, где акцент в большей степени ставится на высокоуровневых процессах самоорганизации, тогда как

контроль поведения лежит в их основе и становится индивидуальным психологическим механизмом адаптивного поведения на всем протяжении развития субъекта.

Представленная кратко верификация данного конструкта показывает его преимущество относительно других моделей регуляции и саморегуляции, поскольку он обладает потенциалом интерпретации сложных поведенческих изменений в онтогенезе и особенностях жизнедеятельности. Кроме того, попытка обоснования интегративного понятия, вбирающего разные стороны психической организации, актуализируемые в индивидуальной регуляции, соответствует современным тенденциям по поиску обобщающих моделей психической регуляции как одной из ключевых проблем современной психологии.

Библиографический список

- Божович, Л. И. (2008). *Личность и ее формирование в детском возрасте*. СПб.: Питер.
- Брушлинский, А. В. (2003). *Психология субъекта*. СПб.: Алетейя.
- Брушлинский, А. В. (2006). *Избранные психологические труды*. М.: Изд-во ИП РАН.
- Вантеева, Е. В. (2013). Контроль поведения у детей дошкольного возраста в период адаптации к детскому саду. *Психологические исследования*, 6 (27), Режим доступа <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n27/781-vanteeva27.html>
- Веккер, Л. М. (1998). *Психика и реальность. Единая теория психических процессов*. М.: Смысл.
- Виленская, Г. А., Сергиенко Е. А. (2001) Роль темперамента в развитии регуляции поведения в раннем возрасте. *Психологический журнал*, 22 (3), 68–85.
- Выготский Л. С. (1983). Проблемы развития психики. В А. М. Матюшкин (ред.). *Выготский Л. С. Собр. соч. В 6 т.* М.: Педагогика.
- Дикая, Л. Г. (2003) *Психическая саморегуляция функционального состояния человека*. М.: Изд-во ИП РАН.
- Иванников, В. А. (2006). *Психологические механизмы волевой регуляции*. СПб.: Питер.
- Климова, М. О. (2018). Особенности регуляции поведения у подростков с личностной беспомощностью. (Канд. диссертация). Челябинск.
- Конопкин, О. А. (1995). Психическая саморегуляция произвольной активности человека (структурно-функциональный аспект). *Вопросы психологии*, 1, 5–12.
- Корнилова, Т. В. (2007). Саморегуляция и личностно-мотивационная регуляция принятия решений В В. И. Моросанова (ред.). *Субъект и личность в психологии саморегуляции* (с. 181–194). М.-Ставрополь: ПИ РАО, СевКавГТУ.
- Лактионова, А. И. (2013). Структурно-уровневая организация жизнеспособности человека: метасистемный подход В Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев (ред.) *Личность профессионала в современном мире* (с. 109–126). М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Леонтьев, Д. А., Овчинникова, У. Ю., Рассказова, Е. И., Фам, А. Х. (2015). *Психология выбора*. М.: Смысл.
- Леонтьев, Д. А. (ред.) (2011). *Личностный потенциал: структура и диагностика*. М.: Смысл.
- Либина, А. В. (2008). *Совладающий интеллект: человек в сложной жизненной ситуации*. М.: Эксмо.
- Махнач, А. В. (2016) *Жизнеспособность человека и семьи*. М.: Изд-во «Института психологии РАН».
- Моросанова, В. И. (2010). *Саморегуляция и индивидуальность человека*. М.: Наука.
- Павлова, Н. С., Сергиенко, Е. А. (2016). Субъективная и личностная регуляция поведения как проявление индивидуальности человека. *Психологический журнал*, 36 (2), 43–56.
- Петровский, В. А. (2007). Саморегуляция в структуре индивидуальности: кто субъект, кто объект, кто посредник? В В. И. Моросанова (ред.) *Субъект и личность в психологии саморегуляции* (151–171). Москва, Ставрополь: Изд-во ПИ РАО, СевКавГТУ.

- Прохоров, А. О. (2005). *Саморегуляция психических состояний: феноменология, механизмы и закономерности*. М.: Пер Сэ.
- Прохоров, А. О. (2009) *Смысловая регуляция психических состояний*. М.: Изд-во ИП РАН.
- Рубинштейн, С. Л. (2003). *Бытие и сознание. Человек и мир*. СПб.: Питер.
- Сергиенко, Е. А. (2009). Контроль поведения: индивидуальные ресурсы субъектной регуляции. *Психологические исследования*, 5 (7). Режим доступа <http://psystudy.ru/num/2009n5-7/223-#e3>
- Сергиенко, Е. А. (2011). Системно-субъектный подход: обоснование и перспектива. *Психологический журнал*, 32 (1), 120–132.
- Сергиенко, Е. А. (2016) Современные идеи развития в психологии. В А.Л. Журавлева, Е.А. Сергиенко (ред.). *Принцип развития в современной психологии* (84–116). М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Сергиенко, Е. А. (2016). Контроль поведения как индивидуальный ресурс жизнеспособности человека. В А.В. Махнач, Л.Г. Дикая (ред.). *Жизнеспособность человека: индивидуальные, профессиональные и социальные аспекты* (169–181). М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Сергиенко, Е. А., Виленская, Г. А., Ковалева, Ю. В. (2010). *Контроль поведения как субъектная регуляция*. М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Сергиенко, Е. А., Ветрова, И. И. (2011). Соотношение контроля поведения, совладания и психологических защит. В А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко (ред.). *Стресс, выгорание, совладание в современном контексте* (275–296). М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Сергиенко, Е. А., Микова, Т. С. (2011). Психологическая адаптация женщин с травматическим опытом искусственного прерывания беременности. *Психологический журнал*, 32 (4), 70–83.
- Сергиенко, Е. А., Виленская, Г. А. (2018). Контроль поведения — интегративное понятие психической регуляции. В А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко (ред.). *Разработка понятий современной психологии* (343–378). М.: Изд-во «Институт психологии РАН».
- Фуко, М. (2007). *Герменевтика субъекта. Курс лекций, прочитанных в Колледже де Франс в 1981–1982 уч. году*. СПб.: Наука.
- Холодная, М. А. (2002). *Когнитивные стили: О природе индивидуального ума*. М.: Пер Сэ.
- Чистякова, Н. В., Савостьянов, К. В., Сергиенко, Е. А. (2013). Эндогенные механизмы когнитивного контроля в регуляции функциональной системы «Мать–Плод». *Психологические исследования*, 6 (28). Режим доступа <http://psystudy.ru/num/2013v6n28/806-chistyakova28>
- Шапкин, Е. А. (1997). *Экспериментальное изучение волевых процессов*. М.: Смысл.
- Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J. & Vohs, K. D. (2013) Self-Regulation and executive function: The Self as controlling agent. In A. W. Kruglanski, E. T. Higgins (Eds.) *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 516–539) N.Y: Guilford Publications.
- Baumeister, R. F., Alghamdi, N. G. (2015). Role of self-control failure in immoral and unethical actions. *Current Opinion in Psychology*, 6, 66–69.
- Bates, J. E. (1987). Temperament in infancy In J.F. Osofsky (Ed.) *Handbook of Infant Development* (pp.1104–1149). New York: Wiley.
- Barkley, R. A. (2004). Attention-deficit/hyperactivity disorder and self-regulation: taking an evolutionary perspective on executive functioning. In R.F. Baumeister & K.D. Vohs (Eds.) *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 301–323). New York: Guilford Press.
- Forgas, J. P., Baumeister, R. & Tice, D. M. (Eds.) (2009). *Psychology of self-regulation: cognitive, affective and motivational processes*. N.Y.: Psychology Press.
- Larsen, R. J., Prizmic, Z. (2004). Affect regulation. In R.F. Baumeister, K.D. Vohs (Eds.) *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory and Application* (pp. 40–61). New York, London: The Guilford Press.
- Lazarus, R. (1999) *Stress and emotion: A new synthesis*. London: Free association book.
- Mandler, G. (1975). *Mind and emotions*. N.Y.: John Wiley.
- Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. In R. Plutchik, H. Kellerman (Eds.) *Emotion: Theory, research, and experience. Vol. 1* (pp.3–33). N.Y.: Academic Press.

- Pulkkinen, L. (1992). Self-Control and Continuity from Childhood to Late Adolescence. *Life-Span Development and Behaviour*, 4, 84–105.
- Pulkkinen, L. (2009). Life success of male on nonoffender, adolescence-limited, persistent and adult-onset antisocial pathways: follow-up from age 8 to 42. *Aggressive behavior*, 35, 1–19.
- Rothbart, M. K., Ellis, L., K. & Posner, M. I. (2004). Temperament and self-regulation In R.F. Baumeister, K.D. Vohs (Eds). *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory and Application* (pp. 357–370.) New York: The Guilford Press.
- Strelau, J., Elias, A. (1994). Temperament risk factors for type a behaviour pattern in adolescents In W.B. Carey and S. C. McDevitt (Eds). *Prevention and early intervention. individual differences as risk factors for the mental health of children* (pp.42–49). NY: Brunner/Mazel.
- Zelazo, P.D., Frye, D. (1997). Cognitive complexity and control: A theory of the development of deliberate reasoning and intentional action. In M. Stamenov (Ed). *Language structure, discourse and the access to consciousness* (pp. 113–153). Amsterdam: John Benjamins.
- Zelazo, P. D., Carlson, S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood and adolescence: development and plasticity. *Child Development Perspectives*, 6, 354–360.

Статья поступила в редакцию 8.10.2018

Статья принята к публикации 6.11.2018

Для цитирования: Сергиенко Е.А. Контроль поведения как основа саморегуляции.— Южно-российский журнал социальных наук. 2018. Т. 19. № 4. С. 130-146.

BEHAVIOUR CONTROL AS THE BASIS OF SELF-REGULATION

E. A. Sergienko

Elena A. Sergienko, Federal State Budgetary Institution of Science, Institute of Psychology, Russian Academy of Sciences, Yaroslavskaya Str., 13–1, Moscow, 129366, Russia. E mail: elenas13@mail.ru. ORCID 0000-0003-4068-9116

Abstract. The paper attempts to substantiate the viability of the construct “behaviour control” — a novel concept that enriches our notion of regulation and self-regulation analyzed from new systemic and subjective grounds. Control of behaviour as the basis for regulation has formed itself in an attempt to validate the integral construct of subject regulation. Behaviour control is a psychological level of behaviour regulation which actualizes individual resources of Man’s mental organization and ensures the balance between internal potentialities and external objectives. The hypothesis of behaviour control is compatible with the idea of the unity of cognitive, affective and volitional mental processes. As a result, three components of behaviour control have been singled out: 1) cognitive control (the ability to anticipate events, extract and organize mental experience, to mentally plan decisions and stimulate performance, and an aptitude for cognitive flexibility and the ability to compare anticipated and factual results; cognitive flexibility); 2) emotional regulation (emotional intensity, emotional instability, activity, the ability to empathize, to understand one’s own emotions and those of the Other); 3) optional (unconditioned) control (the ability to organize actions arbitrarily versus volitional efforts). The comparison between domestic and foreign concepts and approaches to the study of mental regulation of behaviour and activity has shown that the concept “behaviour control” cannot be reduced to the concept “self-regulation” exclusively or to the regulation of mental states and mental activity. Behavior control as a regulatory function of the subject actualizes the individual abilities (resources) of a person in accordance with the purposes and objectives (both external and internal). The research has shown the difference between the concept “behaviour control” and the similar concept “vitality” where high-level processes of self-regulation are accentuated, whereas the former concept underlies them and becomes an individual psychological mechanism of adaptive behavior throughout the subject’s development. A brief verification of this construct in a number of researches is presented. An attempt to substantiate an integrative concept that incorporates various aspects of mental organization that are

actualized in individual regulation corresponds to the current trends in search of generalizing models of mental regulation as one of the key problems in modern psychology.

Keywords: behaviour control, psychological resources, subject regulation, subject-personality, development of behaviour control, mechanisms, regulation of vital activity

DOI: 10.31429/26190567-19-4-130-146

References

- Barkley, R. A. (2004). Attention-deficit/hyperactivity disorder and self-regulation: taking an evolutionary perspective on executive functioning. In R.F. Baumeister & K.D. Vohs (Eds.) *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 301–323). New York: Guilford Press.
- Bates, J. E. (1987). Temperament in infancy In J.F. Osofsky (Ed.) *Handbook of Infant Development* (pp.1104–1149). New York: Wiley.
- Baumeister, R. F., Alghamdi, N. G. (2015). Role of self-control failure in immoral and unethical actions. *Current Opinion in Psychology*, 6, 66–69.
- Baumeister, R. F., Schmeichel, B. J. & Vohs, K. D. (2013) Self-Regulation and executive function: The Self as controlling agent. In A. W. Kruglanski, E. T. Higgins (Eds). *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 516–539) N.Y: Guilford Publications.
- Bozhovich, L. (2008). *Lichnost' I jejo formirovaniye v detskom vozraste* [Personality and its Aormation in Childhood]. SPb.: Piter,
- Brushlinskij, A. (2003). *Psikhologija sub"ekta* [Psychology of Subject]. SPb.: Aletejja.
- Brushlinskij, A. (2006). *Izbrannye psikhologicheskiye trudy* [Selected Psychological Works] M.: Izd-vo IP RAN.
- Chistjakova, N., Savost'janov, K. & Sergienko, E. (2013). Jendogennye mehanizmy kognitivno-go kontrolja v reguljacii funkcional'noj sistemy "Mat'-Plod" [Endogenous Cognitive Control Mechanisms in the Regulation of the Functional System "Mother-Foetus". *Psikhologicheskiye issledovanija* [Psychological Research], 6. Retrieved from: <http://psystudy.ru/index.php/eng/2013v6n28e/797-chistyakova28e.html>
- Dikaja, L. (2003). *Psikhicheskaja samoreguljacija funkcional'nogo sostojanija cheloveka* [Mental Self-regulation of the Functional State of a Person]. M.: Izd-vo IP RAN.
- Forgas, J. P., Baumeister, R. & Tice, D. M. (Eds.) (2009). *Psychology of self-regulation: cognitive, affective and motivational processes*. N.Y.: Psychology Press.
- Foucault, M. (2007). *Germenevtika sub"ekta* [Subject Hermeneutics]. SPb.: Nauka.
- Ivannikov, V. (2006). *Psikhologicheskiye mehanizmy volevoj reguljicii* [Psychological Mechanisms of Volitional Regulation]. SPb.: Piter.
- Kholodnaja, M. (2002). *Kognitivnyje stili: O prirode individual'nogo uma. Uchebnoe posobie* [Cognitive Styles: On the Nature of the Individual Mind]. M.: Per Sje.
- Klimova, M. (2018). *Osobennosti reguljicii povedenija u podrostkov s lichnostnoj bespomoshchnost'ju* [Features of Behavior Regulation in Adolescents with Personal Helplessness]. (Cand. Dissertation). Cheljabinsk.
- Konopkin, O. A. (1995). *Psikhicheskaja samoreguljacija proizvol'noj aktivnosti cheloveka (strukturno-funcional'nyj aspekt)* [Mental Self-regulation of Man's Arbitrary Activity (Structural and Functional Aspects)]. *Voprosy psikhologii* [Psychology Issues], 1, 5–12.
- Kornilova, T. (2007). *Samoreguljacija i lichnostno-motivacionnaja reguljacija prinjatija reshenij* [Self-Regulation and Personal-Motivational Regulation of Decision-Making]. In I. Morosanova (Ed.). *Subject and personality in psychology of self-regulation* (pp. 181–194). M.-Stavropol: PI RAO, NCSTU.
- Laktionova, A. (2013). *Strukturno-urovnevaja organizacija zhiznesposobnosti cheloveka: meta-sistemnyj podhod* [Structural-level Organization of Human Vitality: a Metasystem Approach.

- In L. Dikaya, A. Zhuravlev (Eds.). *Lichnost' professionala v sovremennom mire* [Personality of a Professional in the Modern World] (pp. 109–126). M.: Izd-vo "Institut psikhologii RAN".
- Larsen, R. J., Prizmic, Z. (2004). Affect regulation. In R.F. Baumeister, K.D. Vohs (Eds.) *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory and Application* (pp. 40–61). New York, London: The Guilford Press.
- Lazarus, R. (1999) *Stress and emotion: A new synthesis*. London: Free association book.
- Leont'ev, D. (Ed.) (2011). *Lichnostnyj potencial: struktura i diagnostika* [Personal Potential: Structure and Diagnosis]. M.: Smysl.
- Leont'ev, D., Ovchinnikova, U., Rasskazova, E., Fam, A. (2015). *Psikhologija vybora* [Psychology of Choice]. M.: Smysl.
- Libina, A. (2008). *Sovladajushchij intellekt: chelovek v slozhnoj zhiznennoj situacii* [Coping Intelligence: a Person in a Difficult Life Situation]. M.: Jeksmo.
- Makhnach, A. (2016). *Zhiznesposobnost' cheloveka i sem'i* [Resilience of Man and Family]. M.: Izd-vo "Instituta psihologii RAN".
- Mandler, G. (1975). *Mind and emotions*. N.Y.: John Wiley.
- Morosanova, V. (2010). *Samoreguljacija i individual'nost' cheloveka* [Self-regulation and Individuality of a Person]. M.: "Nauka".
- Pavlova, N., Sergienko, E. (2016). Sub"ektivnaja i lichnostnaja reguljacija povedenija kak projavlenije individual'nosti cheloveka [Subjective and Personal Regulation of Behavior as a Manifestation of Human Individuality]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Magazine], 36 (2), 43–56.
- Petrovskij, V. (2007). Samoreguljacija v strukture individual'nosti: kto sub"ekt, kto ob"ekt, kto posrednik? [Self-Regulation in the Structure of Individuality: Who is the Subject, Who is the Object, Who is the Intermediary?] In V. Morosanova (Ed.) *Sub"ekt i lichnost' v psikhologii samoreguljaciji* [Subject and Personality in the Psychology of Self-Regulation] (pp. 151–171). M.–Stavropol': Izd-vo PI RAO, SevKavGTU.
- Plutchik, R. (1980). A general psychoevolutionary theory of emotion. In R. Plutchik, H. Kellerman (Eds.) *Emotion: Theory, research, and experience. Vol. 1.* (pp.3–33). N.Y.: Academic Press.
- Prohorov, A. (2005). *Samoreguljacija psikhicheskikh sostojanij: fenomenologija, mehanizmy i zakonomernosti* [Self-Regulation of Mental States: Phenomenology, Mechanisms and Patterns]. M.: Per Sje.
- Prokhorov, A. (2009) *Smyslovaja reguljacija psikhicheskikh sostojanij* [Semantic Regulation of Mental States]. M.: Izd-vo IP RAN.
- Pulkkinen, L. (1992). Self-Control and Continuity from Childhood to Late Adolescence. *Life-Span Development and Behaviour*, 4, 84–105.
- Pullkinen, L. (2009). Life success of male on nonoffender, adolescence-limited, persistent and adult-onset antisocial pathways: follow-up from age 8 to 42. *Aggressive behavior*, 35, 1–19.
- Rothbart, M. K., Ellis, L., K. & Posner, M. I. (2004). Temperament and self-regulation In R.F. Baumeister, K.D. Vohs (Eds.) *Handbook of Self-Regulation. Research, Theory and Application* (pp. 357–370.) New York: The Guilford Press.
- Rubinshtejn, S. (2003). *Bytie i soznaniye. Chelovek i mir* [Being and Consciousness. Man and the World]. SPb.: Piter.
- Sergienko, E. (2009). Kontrol' povedenija: individual'nye resursy sub"ektnoj reguljaciji [Control of Behavior: Individual Resources of Subject Regulation.]. *Psikhologicheskije issledovanija* [Psychological research], 5 (7). Retrieved from <http://psystudy.ru/index.php/eng/2009n5-7e/238-sergienko7e.html>
- Sergienko, E. (2011). Sistemno-sub"ektnyj podkhod: obosnovanije i perspektiva [System-Subject Approach: Rationale and Perspective]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Magazine], 32 (1), 120–132.
- Sergienko, E. (2016). Kontrol' povedenija kak individual'nyj resurs zhiznesposobnosti cheloveka. [Behavior Control as an Individual Resource of Human Resilience]. In A. Makhnach, L. Dikaja (Eds) *Zhiznesposobnost' cheloveka: individual'nyje, professional'nyje i social'nyje aspekty* [Human

- Resilience: Individual, Professional and Social Aspects] (pp. 169–181). M.: RAN Institute of Psychology.
- Sergienko, E. (2016). Sovremennyye idei razvitija v psikhologii. [Modern Ideas of Development in Psychology.] In A. Zhuravleva, E. Sergienko (Eds.) *Princip razvitija v sovremennoj psikhologii* [The Principle of Development in Modern Psychology] (84–116). M.: Izd-vo “Institut psikhologii RAN”.
- Sergienko, E., Mikova, T. (2011). Psikhologicheskaja adaptacija zhenshchin s travmaticheskim opytom iskusstvennogo preryvaniya beremennosti. [Psychological Adaptation of Women with Traumatic Experience of Abortion]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Magazine], 32 (4), 70–83.
- Sergienko, E., Vetrova, I. (2011). Sootnosheniye kontrolja povedenija, sovladanija i psikhologicheskikh zashchit [The Ratio of Control Behavior, Coping and Psychological Defenses] In A. Zhuravlev, E. Sergienko (Eds.) *Stress, vygoranie, sovladanie v sovremennom kontekste* [Stress, Burnout, Coping in a Modern Context] (pp. 275–296). M.: Izd-vo “Institut psikhologii RAN”.
- Sergienko, E., Vilenskaja, G. (2018). Kontrol’ povedenija — integrativnoje ponjatije psikhicheskoy reguljacji. [Behavior Control is an Integrative Concept of Mental Regulation]. In A. Zhuravlev, E. Sergienko (Eds.) *Razrabotka ponjatij sovremennoj psikhologii* [Development of the Concepts of Modern Psychology] (343–378). M.: Izd-vo “Institut psikhologii RAN”.
- Sergienko, E., Vilenskaja, G. & Kovaleva, Ju. (2010). *Kontrol’ povedenija kak sub’ektnaja reguljacija* [Control of Behavior as Subject Regulation]. M.: Izd-vo “Institut psikhologii RAN”.
- Shapkin E. (1997). *Eksperimental’noje izuchenije volevykh processov* [Experimental Study of Volitional Processes]. M.: Smysl.
- Strelau, J., Elias, A. (1994). Temperament risk factors for type a behaviour pattern in adolescents In W.B. Carey and S.C. McDevitt (Eds.) *Prevention and early intervention. individual differences as risk factors for the mental health of children* (pp.42–49). NY: Brunner/Mazel.
- Vanteeva, E. (2013). Kontrol’ povedenija u detej doshkol’nogo vozrasta v period adaptacii k detskomu sadu [Behavior Control in Preschool Children During the Period of Adaptation to Kindergarten]. *Psikhologicheskije issledovanija* [Psychological Researches], 6 (27), Retrieved from: <http://psystudy.ru/index.php/num/2013v6n27/781-vanteeva27.html>
- Vekker, L. (1998). *Psikhika i real’nost’. Jedinaja teorija psikhicheskikh processov* [Mind and Reality. Unified Theory of Mental Processes]. M.: Smysl.
- Vilenskaja, G., Sergienko, E. (2001). Rol’ temperamenta v razvitii reguljacji povedenija v rannem vozraste [The Role of Temperament in the Development of Behavior Regulation at an Early Age]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Magazine], 22 (3), 68–85.
- Vygotskij, L. (1983). Problemy razvitija psikhiki [The Problem of the Mental Development]. In A. Matjushkin (Ed.). *Vygotskij L.S. Sobranie sochineniy. V 6 t.* [Vygotskij L.S. Collected Works] M.: Pedagogika.
- Zelazo, P. D., Carlson, S. M. (2012). Hot and cool executive function in childhood and adolescence: development and plasticity. *Child Development Perspectives*, 6, 354–360.
- Zelazo, P. D., Frye, D. (1997). Cognitive complexity and control: A theory of the development of deliberate reasoning and intentional action. In M. Stamenov (Ed.) *Language structure, discourse and the access to consciousness* (pp. 113–153). Amsterdam: John Benjamins.

Received 8.10.2018

Accepted 6.11.2018

For citation: Sergienko E.A. Behaviour Control as the Basis of Self-Regulation. — *South-Russian Journal of Social Sciences*. 2018. Vol. 19. No. 4. Pp. 130-146.

© 2018 by the author(s). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).