

EDN: MIXVFU
УДК 159.9.072

Features of Self-Regulation in Adolescents with Different Basic Beliefs

Elena V. Akhmadeeva*

*Ufa University of Science and Technology
Institute of Humanities and Social Sciences
Higher School of Psychology and Pedagogy
Ufa, Russian Federation*

Received 13.07.2024, received in revised form 30.07.2024, accepted 08.10.2024

Abstract. Changes and transformations in modern society have an impact on the basic beliefs of the younger generation. The purpose of the study is to identify the characteristics of adolescents' self-regulation with different basic beliefs. As a result of the study, it was found that adolescents with a high general level of self-regulation are convinced that current events can be controlled; teenagers who are able to plan, model and quickly change behavior strategies depending on the circumstances believe in the success of any activity and rely on the laws of the world justice; adolescents with flexibility are confident that controlling life events in the context of circumstances will allow them to choose the most effective behavioral strategy. The identified correlations between basic beliefs and self-regulation strategies can be used in the work of practical psychologists involved in the correction and prevention of adolescent self-regulation behavior

Keywords: basic beliefs, cognitive structures, self-regulation strategies, adolescence, mental development.

Research area: Social Structure, Social Institutions and Processes.

Citation: Akhmadeeva E. V. Features of self-regulation in adolescents with different basic beliefs. In: *J. Sib. Fed. Univ. Humanit. soc. sci.*, 2024, 17(11), 2142–2153. EDN: MIXVFU



Особенности саморегуляции подростков с разными базисными убеждениями

Е. В. Ахмадеева

*Уфимский университет науки и технологий
Институт гуманитарных и социальных наук
Высшая школа психологии и педагогики
Российская Федерация, Уфа*

Аннотация. В условиях динамических преобразований конструкт базисных убеждений может стать основой для анализа стратегий саморегуляции поведения личности, соприкасающейся с разнообразными вызовами социальной реальности. Цель исследования состоит в выявлении связи саморегуляции подростков с их базисными убеждениями. Выявлено три типа подростков: «неудачливые», «недооцененные» и «самоуверенные». Установлено, что подростки с высоким общим уровнем саморегуляции убеждены в самоценности, в том, что происходящими событиями можно управлять; подростки, способные планировать и моделировать стратегии поведения, верят в положительный результат деятельности и полагаются на законы справедливости мира; подростки, обладающие гибкостью, считают, что контролирование жизненных событий позволит выбрать наиболее эффективную поведенческую стратегию. Полученные результаты могут использоваться в работе практических психологов, занимающихся коррекцией и профилактикой саморегуляции поведения подростков.

Ключевые слова: базисные убеждения, когнитивные структуры, стратегии саморегуляции, подростковый возраст, психическое развитие.

Научная специальность: 5.4.4. Социальная структура, социальные институты и процессы (социологические науки).

Цитирование: Ахмадеева Е. В. Особенности саморегуляции подростков с разными базисными убеждениями. *Журн. Сиб. федер. ун-та. Гуманитарные науки*, 2024, 17(11), 2142–2153. EDN: MIXVFU

Введение

Не вызывает сомнения, что глобальные изменения и масштабные преобразования в различных контекстуальных сферах жизнедеятельности отражаются на базисных убеждениях человека, определяющих его мотивы, ценности, установки, принципы и мировоззрение в целом. В структуре личности такие убеждения занимают огромный пласт человеческой психики, поскольку они влияют на то, как воспринимают различные жизненные ситуации люди, как реагируют на них, а также позволяют понять мотивацию их поступков. Особую актуальность данная про-

блема приобретает для подростков, поскольку именно в подростковый период осуществляется переход к более зрелой степени развития, возникают сложности во взаимодействии с собой, с миром и другими, формируются критические убеждения относительно благосклонности, враждебности, справедливости, несправедливости окружающего мира, своего места в нем, оценки себя и собственных ресурсов. Психологи отмечают, что негативные внешние воздействия, такие как запугивание, насилие и травля, могут разрушить позитивные базовые взгляды, вызвать стресс и нарушить психологическую безопасность

и субъективное благополучие (Kibalchenko, Eksakusto, 2023).

Согласно общепринятому мнению личностные устойчивые представления о себе, других людях и окружающем мире, которые в психологии чаще называют базисными убеждениями, играют значимую роль в том, как человек воспринимает различные события в своей жизни, определяют его отношение к ним и способствуют выбору той или иной стратегии поведения. Согласно М. А. Падун, А. В. Котельниковой, базисные убеждения подразделяются на поверхностные взгляды (мысли, осознаваемые субъектом, которыми он может поделиться с другими) и центральные взгляды (мысли, которые неосознаваемы субъектом, и обнаружить их невозможно без вмешательства когнитивной терапии либо специальных тестов) (Padun, Kotelnikova, 2012).

По мысли Е. О. Секацкой, адаптивные базисные убеждения обеспечивают безопасность и защищенность, а дезадаптивные – приводят к повышению тревожности, фрустрации и невротизации (Sekackaya, 2020). Следует подчеркнуть, что базисные убеждения способствуют систематизации и структурированию жизни человека, придают ей смысл и чувство опоры, а также помогают подобрать адекватные стратегии поведения в ситуациях взаимодействия.

Концептологические основания исследования

В современной мировой психологической науке проблема базисных убеждений личности рассматривается в ракурсе когнитивных, смысловых, социально-психологических и клинических теорий. К примеру, в теории А. Бека сказано, что мышление человека основывается на базисных убеждениях, встроенных в когнитивные схемы (Век, 2006: 90). По мнению ученого, базисные конструкты могут способствовать или препятствовать ассимиляции подростка в окружающую среду, помогая либо мешая справляться с возникающими трудностями (Holmogorova, 2021). В концепции Д. Румельхарта и Д. Нормана представлены ког-

нитивные схемы, в которых формирование базисных убеждений личности проходит определенные этапы, где каждый этап завершается приобретением опыта, достаточного для создания новой когнитивной схемы, более совершенной и приближающей личность к собственной идентичности и целостности (Solso, 2006). Ф. Бартлетт считал, что системообразующей составляющей в концепции когнитивной схемы является память, которая, по его мнению, обладает особыми свойствами и определяется им как «бессознательная ментальная структура». Память в ракурсе становления базисных убеждений, по мысли исследователя, играет важнейшую роль в понимании и принятии окружающего мира на основе запечатленных запоминаний из детства. Травмы развития, полученные в детстве, по мнению исследователя, оказывают негативное влияние на формирование базисных убеждений подростка, так как его память (бессознательная ментальная структура) могла запечатлеть некие образы, воспоминания, способствующие формированию неуверенности в себе, слабо выраженной идентичности, тревожности, склонности к фрустрации и др. (Bartlett, 2002). Основываясь на теоретических знаниях и концепциях базисных убеждений, Р. Янов-Бульман впервые разработала и обосновала диагностическую методику, основу которой составляют три компонента: «справедливость», «контролируемость» и «закономерность». Исследователь опиралась на имплицитные взгляды человека на доброжелательность и справедливость окружающего мира, а также ценность и значимость образа Я. Психолог исходила из того, что критерием определения устойчивости и позитивной направленности базисных убеждений должно быть чувство психологической безопасности (Bogomaz, Rubanova, Shuhlova, 2014). Отечественные психологи М. А. Падун и Н. В. Тарабрина дополнили концепцию Р. Янов-Бульман новыми критериями, с помощью которых можно выявить базисные убеждения личности. Сензитивность детского возраста, в котором закладываются начала представлений о мире,

коррекция базисных убеждений на этапе подросткового возраста, стабильность и неизменность базисных убеждений, которые в юношеском возрасте преобразуются в установки и мировоззренческую позицию (этот критерий тяжело поддается корректировке и остается достаточно устойчивым во взрослой жизни) (Padun, Tarabrina, 2003). Если в психологическом плане этапы раннего развития ребенка были не вполне благополучными, то базисные убеждения с большей степенью достоверности могут сформироваться как иррациональные, оторванные от реальности, на что обратил внимание А. Эллис (Ellis, Draidon, 2002).

Согласно мнению отечественных психологов, основу убеждений составляют осознанные потребности, которые побуждают человека действовать определенным образом, формируют его мотивацию к достижению цели. На основе собственных базисных убеждений формируются мотивы, побуждающие поступать в соответствии со своими взглядами, принципами, установками, и относятся к сфере направленности личности по отношению к себе, по отношению к миру, по отношению к прошлому/будущему (Lifshic, 2019). Весьма интересное мнение представили исследователи (О.В. Маслова, Т.В. Углова, Р.М. Шамионов), которые рассматривают базисные убеждения как ресурс, на основе которого личность может прийти к психологическому благополучию и осознать себя как состоявшуюся и продуктивную. Этот ресурс, без сомнения, способствует позитивной перестройке ценностей и убеждений личности, в особенности, когда она проживает этап кризиса (Andreeva, 2004; Gricenko, Reznik, Konstantinov, Marinova, Nomenko, Izrailovic, 2020).

С учетом того что окружающая действительность динамична, порой не предсказуема, требует компетентных решений и адекватного поведения, личность в этих условиях должна быть способна к саморегуляционному поведению для успешного функционирования в самых разных сферах жизнедеятельности (Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, В.И. Моросанова,

А.К. Осницкий, А.О. Прохоров, М.Г. Юсупов; Р. Баумейстер, Ю. Куль, К.С. Карвер, Г. Олпорт, К. Роджерс, М.Ф. Шайер). Основы формирования этого процесса закладываются в подростковом возрасте. Исследователи О.А. Конопкин, В.И. Моросанова и другие выделяют важнейшие регуляторные функции, которые в разной степени проявляются в жизнедеятельности личности. Иными словами, саморегуляция представляет собой «интегративный когнитивно-личностный конструкт или систему когнитивных процессов переработки информации и инструментальных личностно-регуляторных свойств» (Morosanova, Bondarenko, Fomina, 2019). По мысли В.И. Моросановой, осознанная саморегуляция представляет собой высший управляющий уровень психической деятельности, в ней задействованы механизмы рефлексии, связывающие саморегуляцию с поставленными личностью целями, которые, в свою очередь, основываются на базисных убеждениях (Morosanova, 2022).

В зарубежных психологических источниках саморегуляция связывается с самоконтролем и интерпретируется как способность управлять своими реакциями для достижения конкретной цели. Особое значение она приобретает в подростковом возрасте, поскольку на фоне нестабильных эмоциональных, когнитивных и физических изменений умение регулировать поспешные, импульсивные действия способствует сохранению ментального здоровья (Newman, Newman, 2020). Кроме того, зарубежные психологи отмечают, что осознанность саморегуляции зависит от того, насколько субъект совершенствует свои способности в выборе приема или стиля саморегуляции в процессе достижения жизненных целей (R. Baumeister, T. Heatherton, M. Muraven, B. Schmeichel, D. Tice, K. Vohs) (Carver, Scheier, 2001).

Постановка проблемы

Очевидно, что процесс регуляции и саморегуляции поведения зависит от собственных (базисных) убеждений, в частно-

сти, от того, как человек относится к себе, к окружающим, к миру, каким его воспринимают и оценивают другие.

Можем предположить, что подростковый возраст является этапом апробации разных способов саморегуляции (с учетом кризиса возрастного этапа), не всегда успешных. Однако определенный опыт, приобретенный в подростковом возрасте в выстраивании взаимодействий с окружающими людьми и миром в целом, на следующем юношеском этапе может содействовать развитию способов саморегуляции, минимизирующих «потери» в контактах, способствовать направленности на понимание не только себя, но и других, определению собственной системы ценностей, что, безусловно, повлияет на сформированность позитивных базисных убеждений личности, которые будут определяющими и во взрослой жизни.

Целью данного исследования является определение связи стилей саморегуляции подростков с их базисными убеждениями.

Методология

В исследовании были задействованы 60 подростков в возрасте 13–14 лет (21 юноша и 39 девушек) МАОУ Школа № 108 г. Уфа.

Для сбора эмпирических данных были использованы следующие диагностические методики: «Стиль саморегуляции поведения» В. И. Моросановой; «Шкала базисных убеждений» Ронни Янов-Бульман в адаптации М. А. Падун и А. В. Котельниковой.

Статистическая обработка данных реализовывалась в программе STATISTICA 12.0 для платформы Windows: описательная статистика, корреляционный анализ г-Спирмена, кластерный анализ К-средних, критерии Н-Краскела-Уоллиса.

Результаты

Результаты диагностики саморегуляции выявили, что по шкале «Общий уровень саморегуляции» всего 3 % от общего количества респондентов показали высокий уровень, 67 % – средний уровень, 30 % – низкий уровень. По шкале «Планирование» высокий уровень этого пока-

зателя проявляется у 25 % опрошенных, средний уровень у 63 % и низкий уровень у 12 %. По шкале «Программирование» 7 % подростков обладают высоким уровнем, 58 % – средним, 35 % – низким. По шкале «Моделирование» высокий уровень у 9 % испытуемых, средний уровень у 58 % и низкий уровень у 33 %. По шкале «Гибкость» высоким уровнем обладают 12 % подростков, средним 68 %, низким 20 %. По шкале «Самостоятельность» 7 % человек имеют высокий уровень, 58 % – средний, 35 % – низкий. По шкале «Оценивание результатов» высокий уровень наблюдается у 8 % подростков, средний у 62 %, низкий у 30 %.

Из полученных данных о базисных убеждениях констатируем, что по шкале «Доброжелательность окружающего мира» высокий уровень отмечается у 26 % подростков, средний у 70 %, низкий у 4 % испытуемых. Данная шкала представляет собой убеждения подростка относительно безопасной возможности доверять окружающему миру. По шкале «Справедливость» высокий уровень отмечается у 18 % подростков, средний у 75 %, низкий у 7 %. Эта шкала характеризуется убежденностью в том, что мир устроен справедливо и рационально, в котором позитивные и негативные события распределяются между людьми по принципу объективности. По шкале «Образ Я» выявлены следующие результаты. Высокий уровень отмечается у 59 % подростков, средний у 31 %, низкий у 10 % испытуемых. Данная шкала выражается в позитивных представлениях человека о себе. По шкале «Удача» у большинства подростков (57 %) обнаружены высокие показатели, у 43 % – средние, низкие значения отсутствуют. Данная шкала отражает представление о себе как о везучем и удачливом человеке, и в целом веру в благоприятное стечение обстоятельств. По шкале «Убеждения о контроле» у большинства подростков (69 %) выявлены средние значения, у 23 % высокие и у 8 % низкие. Данная шкала представляет убеждения человека в том, что он может контролировать происходящие с ним события.

Далее в программе Statistica 12.0 был проведен анализ взаимосвязей между уровнями саморегуляции и психологической безопасности подростков. Корреляционный анализ Спирмена подтвердил, что между базисными убеждениями и компонентами саморегуляции существуют значимые взаимосвязи. Так, показатель общего уровня саморегуляции имеет прямую среднюю связь с убеждениями о контроле ($r = 0,51$; $p \leq 0,05$) и позитивным образом «Я» ($r = 0,40$; $p \leq 0,05$); шкала планирования находится в прямой умеренной взаимосвязи с удачей ($r = 0,34$; $p \leq 0,05$); шкала моделирования имеет средние прямые взаимосвязи со справедливостью мира ($r = 0,41$; $p \leq 0,05$), удачей ($r = 0,52$; $p \leq 0,01$) и позитивным образом «Я» ($r = 0,54$; $p \leq 0,05$); шкала программирования находится в прямой умеренной взаимосвязи с убеждением о контроле ($r = 0,37$; $p \leq 0,05$); шкала гибкости состоит в прямой средней взаимосвязи с убеждением о контроле ($r = 0,59$; $p \leq 0,01$); шкала оценивания результатов имеет прямую среднюю взаимосвязь с доброжелательностью окружающего мира ($r = 0,42$; $p \leq 0,05$).

Затем был проведен кластерный анализ методом К-средних по всем переменным. При подборе количества кластеров наибольшее количество индексов качества

кластеризации указали на преимущество трехкластерной модели. В результате кластерного анализа вся выборка была разделена на 3 кластера. По итогам кластеризации осуществлен сравнительный анализ с помощью Н-критерия Краскела-Уоллиса. Результаты кластерного анализа представлены в табл. 1.

Полученные данные анализировали на основе нормативных значений шкал представленных методик (Morosanova, Konoz, 2000; Padun, Kotelnikova, 2008). В первой модели (кластере) наблюдается низкая степень выраженности доброжелательности окружающего мира (25,00), позитивного образа «Я» (19,00), удачи (22,00) и моделирования (3,00); средняя степень выраженности справедливости (22,00), программирования (5,00), оценивания результатов (4,00) и гибкости (6,00). Во второй модели обнаружена низкая степень выраженности справедливости (17,00), средняя степень выраженности доброжелательности окружающего мира (31,00), позитивного образа «Я» (24,50), удачи (28,00), а также моделирования (5,50), программирования (6,50), оценивания результатов (6,00) и гибкости (6,00). В третьей модели ярко выражены доброжелательность окружающего мира (35,50) и удача (33,00), средняя степень

Таблица 1. Результаты кластерного анализа (n=60)

Table 1. Cluster analysis results (n=60)

Переменная	Медиана 1 (n=13)	Медиана 2 (n=26)	Медиана 3 (n=21)	Н	р	Различия
Планирование	6,00	5,00	5,00	2,16	0,34	Отсутствуют
Моделирование	3,00	5,50	5,00	23,91	0,00	Присутствуют
Программирование	5,00	6,50	4,00	11,48	0,00	Присутствуют
Оценивание результатов	4,00	6,00	4,00	24,22	0,00	Присутствуют
Гибкость	6,00	6,00	5,00	7,95	0,01	Присутствуют
Самостоятельность	6,00	4,50	6,00	4,10	0,13	Отсутствуют
Доброжелательность окружающего мира	25,00	31,00	35,50	27,27	0,00	Присутствуют
Справедливость	22,00	17,00	24,00	18,46	0,00	Присутствуют
Позитивный образ «Я»	19,00	24,50	25,50	23,77	0,00	Присутствуют
Удача	22,00	28,00	33,00	33,43	0,00	Присутствуют
Убеждения о контроле	24,00	25,50	23,50	4,44	0,10	Отсутствуют

выраженности справедливости (24,00), позитивного образа «Я» (25,50) в сочетании с моделированием (5,00), оценением результатов (4,00), гибкостью (5,00) и низкой степенью выраженности программирования (4,00).

Обсуждение

На основе полученных данных выявлены подростки с высокой выраженностью общего уровня саморегуляции, которые способны гибко реагировать на меняющиеся условия окружающего мира, осознанно выдвигать и достигать поставленных целей. Подростки, у которых обнаружен средний уровень осознанной регуляции, испытывают незначительные трудности в планировании, моделировании и программировании своей деятельности, а также не всегда адекватно оценивают результаты своего труда. Подростки с низкими значениями общего уровня саморегуляции в большинстве случаев действуют ситуативно, не способны заранее продумывать стратегию поведения, часто руководствуются чужим мнением. Высокие результаты по шкале «Планирование» указывают на сформированность потребности в осознанной организации собственной деятельности, тщательного планирования и детализации, проявление реалистичности и самостоятельности в постановке целей. Низкие результаты по этой шкале указывают на слабо выраженную потребность в тщательном обдумывании своих планов, непостоянство целей и редкое их достижение. Такие испытуемые предпочитают не задумываться о своем будущем, цели выдвигают ситуативно и, как правило, опираются на чужое мнение. Им не свойственно заранее планировать собственные действия, разрабатывать их сценарий и продумывать детали. Высокими показателями по шкале «Программирование» обладают респонденты, которые способны продумывать и детализировать свои планы и стратегию поведения и прогнозировать возможные результаты. Низкие значения по этой шкале свидетельствуют об импульсивности и необдуманности, спонтанности действий, отсутствии способности учиться

на собственных ошибках и делать соответствующие выводы. Высокие значения по шкале «Моделирование» показывают, что у подростков развиты представления о внутренних и внешних значимых условиях. Они тщательно обдумывают различные варианты поведения, создают четкий алгоритм действий и моделируют возможные альтернативы потенциальным результатам. Низкие показатели говорят о том, что такие испытуемые не способны адекватно оценивать изменения внутренних и внешних условий. Они часто нереально воспринимают ситуацию, придумывают несуществующие факты, фантазируют о том, чего на самом деле нет, что в результате может привести к неожиданным, а порой неудачным последствиям. Для подростков с высоким уровнем гибкости характерна пластичность когнитивных процессов. Они легко перестраивают стратегии собственного поведения, меняют тактику, рационально оценивают изменившиеся обстоятельства и оперативно находят нужное решение. При низких показателях гибкости происходит все наоборот: подростки с трудом оценивают сложившуюся ситуацию и принимают правильное решение, в новых условиях чувствуют себя неуверенно и, как правило, действуют привычным для них способом, по уже сложившемуся алгоритму, применяя традиционные поведенческие стратегии и речевые высказывания. Высокие результаты по шкале «Оценивание результатов» свидетельствуют о наличии адекватности самооценки, самокритичности и оригинальности. Подростки, обладающие высокими показателями по этому компоненту, способны достаточно справедливо и объективно оценить свои поступки и достижения, не преувеличивая и не преуменьшая их. Подростки с низкими показателями по данной шкале не способны критически оценить собственные достижения, адекватно воспринять замечания и сделать необходимые выводы. Высокие показатели по шкале «Самостоятельность» говорят о «взрослости» и «зрелости», самостоятельности подростка, его способности адекватно реагировать на изменение ситуации,

анализировать и контролировать ее. Они отличаются организованностью, инициативностью, независимостью и решительностью, обладают способностью достигать поставленных целей без вмешательства взрослых или других значимых людей. Низкие показатели указывают на наличие зависимости от мнений и оценок окружающих, о потребности в посторонней помощи в различных ситуациях. Им свойственно руководствоваться позициями/суждениями других людей и на их основе принимать ответственные решения.

Далее проанализируем полученные результаты по базовым убеждениям личности. Высокие значения по шкале «Доброжелательность окружающего мира» указывают на то, что подростки верят в силу добра, убеждены в том, что не существует таких внешних угроз, с которыми невозможно было бы справиться. Они считают, что окружающим людям можно доверять и обращаться за помощью. Низкий уровень говорит о недоверии к окружающему миру и его враждебности по отношению к подросткам. Им свойственно относиться с недоверием к людям и ожидать от них каких-либо «ловушек», неприятных неожиданностей и коварства. По мысли О. В. Волковой, в подростковый период происходит освоение новых социальных контактов, его социальные взаимоотношения выстраиваются на основе моральных норм, которые формируются в сообществе ровесников (Volkova, 2017). Следовательно, убеждение о доброжелательности мира во многом обусловлено его значимым окружением. Высокие показатели по шкале «Справедливость» свидетельствуют о том, что подростки готовы развивать своё моральное сознание и осуществлять саморегуляцию в социальном и межличностном взаимодействиях. Они осознают, что мир к ним благосклонен и объективен, их действия и поступки в большинстве случаев оцениваются как правильные. Низкие результаты проявляют негативные установки – «весь мир против них», в нем не существует справедливости, они не верят, что человек получает привилегии по заслугам. Отметим, что из всех

имеющихся в опроснике шкал по данной шкале получены самые низкие результаты. Высокие результаты по шкале позитивный образ «Я» характерны для подростков, которые уверены в себе и в своем окружении. Они не сомневаются в том, что обладают положительными чертами характера, совершают благородные поступки, убеждены в том, что окружающие люди их любят и ценят. Низкие показатели характерны для подростка с заниженной самооценкой и отсутствием асертивности. Им также свойственна избыточная самокритичность и требовательное отношение к себе. Они убеждены в том, что не достойны внимания окружающих из-за отсутствия привлекательности и харизматичности. Подростки с высокими показателями по параметру «Удача» считают себя везучими и успешными. Даже в затруднительных ситуациях они способны находить для себя новый опыт и новые возможности. Подростки, у которых низкие значения по этой шкале, не считают себя везучими и не рассчитывают на удачное стечение обстоятельств. Подростки с высокими значениями по показателю «Убеждения о контроле» уверены в том, что все события жизни находятся под контролем, в любых ситуациях можно минимизировать неудачи, предотвратить наступление негативных случаев и достичь намеченных целей. Низкие же показатели говорят о полном отсутствии контроля над обстоятельствами жизни. Все происходящие события кажутся им непредсказуемыми, непредвиденными и неуправляемыми.

Корреляционный анализ выявил следующее. Подростки с высоким общим уровнем саморегуляции убеждены в том, что событиями, происходящими в их жизни, можно целенаправленно управлять и контролировать. Этот факт отмечен в работе О. А. Конопкина, где сказано, что принципиальной особенностью человека как субъекта жизни считается его способность к управлению целенаправленной активностью, ее инициацией, что, в свою очередь, предполагает включение субъекта в жизнедеятельность и осознанную саморегуляцию (Konopkin, 2018). Иными

словами, чем выше уровень осознанности, самостоятельности подростка, тем выше его убеждения в том, что он может контролировать происходящие с ним события. Благодаря развитой саморегуляции подростки достаточно часто проявляют самостоятельность и пластичность, что, в свою очередь, увеличивает их уверенность в себе и убежденность в своей ценности. Подростки, которые способны ставить цели, строить планы на будущее, чаще достигают положительных результатов. Подростки, детализирующие предстоящую ситуацию взаимодействия, гибко и оперативно меняющие модель поведения в зависимости от новых обстоятельств, верят в принцип справедливости, согласно которому каждый человек получает то, что заслужил, адекватно оценивают собственные достижения, верят в благополучное разрешение проблем, обладают высоким уровнем самоотношения, в основе которого лежит убеждение в том, что они достойны уважения, любви и признательности и уверены в том, что могут контролировать происходящие события. Подростки, которые с доверием относятся к окружающему миру, рационально оценивают результаты собственной деятельности и конструктивно реагируют на критику окружающих их людей. В целом можем утверждать, что корреляционный анализ выявил значимые связи между стилями саморегуляции и базисными убеждениями личности.

В результате кластерного анализа было выявлено три кластера с разной выраженностью базисных убеждений и саморегуляционных компонентов.

Первый кластер составили подростки с низкой степенью выраженности таких базисных убеждений, как доброжелательность окружающего мира, удача, позитивный образ «Я»; регуляторного компонента – моделирование, средняя степень выраженности справедливости, гибкость, программирование и оценивание результатов, что позволяет выявить подростков с негативными взглядами на жизнь, отрицательно оценивающих происходящие события, воспринимающих мир враждеб-

ным и недоброжелательным, считающих себя не достойными восхищения, уважения и любви. Они не верят в собственные возможности, не ставят цели, не строят планов на жизнь, не способны гибко реагировать на изменения, а также считают себя неудачливыми. Эту категорию испытуемых можно назвать «неудачники».

Во второй кластер вошли подростки со средней степенью выраженности веры в доброжелательность окружающего мира, удачи и позитивного образа «Я». Эти данные сочетаются с высокой степенью выраженности программирования, оценивания результатов, средней степенью выраженности гибкости и моделирования и слабо выраженной верой в справедливость. Такие подростки в целом считают мир доброжелательным, при этом допуская, что он не всегда справедлив, в нем отсутствуют равенство и порядочность. Они обладают адекватной самооценкой, могут достаточно корректно реагировать на критические замечания от окружающих и рационально оценивать происходящие события жизни, уверены в том, что заслуживают признательности и благосклонности со стороны окружающих. Эту группу испытуемых можно назвать «недооцененные».

В третий кластер вошли подростки с высокой степенью выраженности веры в доброжелательность и справедливость мира, удачу и позитивный образ «Я» в сочетании с высокими значениями моделирования, средней выраженностью оценивания результатов, низкой выраженностью гибкости и программирования. Это свидетельствует о том, что данные подростки считают мир доброжелательным, позитивно и открыто относятся к социуму, убеждены, что каждый получает по заслугам, им свойственны целеполагание и моделирование будущей деятельности. Они считают себя удачливыми, везучими, верят в собственные силы. Тем не менее не всегда задумываются о последствиях своих поступков, отличаются склонностью к риску, непластичному поведению и неспособностью подстраиваться и адаптироваться к новым обстоятельствам. Свойственная им им-

пульсивность приводит к поиску решений методом проб и ошибок. Эту группу подростков назовем «самоуверенные».

Заключение

Процесс формирования базисных убеждений включает в себя не только само-совершенствование личности, но и кризисы на разных возрастных этапах. На этапе подросткового возраста трудности, возникающие в процессе идентификации и самоидентификации, оказывают негативное влияние на формирование когнитивных базисных конструктов, в связи с чем у подростка могут развиваться неуверенность в себе, слабо выраженная идентичность, тревожность, склонность к фрустрации и другие негативные проявления.

Важный критерий психологической устойчивости и позитивных базисных убеждений – психологическая безопасность личности как результат грамотного использования способов саморегуляции. Развитые базисные убеждения способствуют мотивации достижения цели и побуждают личность совершать те или иные действия в соотнесенности с собственными взглядами, принципами, установками и так далее. Неслучайно в этой связи некоторые исследователи рассматривают базисные убеждения как ресурс, позволяющий личности оставаться устойчивой и принимать решения в соответствии со своими установками и ценностями. Между тем, несмотря на достаточно большое число исследований, мало изученной является проблема взаимосвязи базисных убеждений и стилей саморегуляции, в том числе и в подростковом возрасте. В частности, связь саморегуляции с позитивными базисными убеждениями, например, с позитивным образом «Я», справедливостью и доброжелательностью мира, и другими.

Результаты исследования позволяют заключить, что в подростковом возрасте по всем стилям саморегуляции преобладает средний уровень. Чаще всего подростки используют планирование, реже прибегают к самостоятельности, оцениванию результатов, программированию, что влияет

на сформированность общего уровня саморегуляции. Средний уровень у подростков выявлен и по базисным убеждениям. Менее всего они уверены в том, что окружающий мир доброжелателен и справедлив. Для них характерен эгоцентризм, они надеются на везение и удачу. Корреляционный анализ показал, что базисные убеждения подростков связаны со всеми стратегиями саморегуляции, кроме самостоятельности. Результаты кластерного анализа выявили три модели (кластера) личностных характеристик подростков, основу которых составляют базисные убеждения и стратегии саморегуляции. В первый кластер вошли «подростки – неудачники», которым свойственны как негативные взгляды на жизнь, восприятие мира враждебным и недоброжелательным, так и недооценка собственных достоинств, отрицательное самоотношение. Второй кластер представлен «недооцененными подростками», для которых характерны умеренные взгляды на доброжелательность мира, удачу и позитивное отношение к себе. В то же время они считают себя недооцененными окружающими людьми, так как, по их мнению, не получают достаточного для них внимания и поддержки. Третий кластер составили «самоуверенные подростки». Они убеждены, что мир доброжелателен и справедлив, верят в удачу и обладают позитивным самоотношением. При этом для них характерна низкая выраженность гибкости и программирования. Они редко задумываются о последствиях своих высказываний и поступков, испытывают определенные трудности в адаптации к новым обстоятельствам.

Перспектива исследования решаемой научной проблемы видится в том, чтобы разработать модель развития позитивных базисных убеждений и саморегуляционных стратегий в зависимости от возрастных, личностных, гендерных, этнокультурных особенностей. На основе модели составить программу, целью которой будет совершенствование базисных убеждений, идентификация, самоидентификация и целостность личности.

Список литературы / References

- Andreeva G.M. Psihologiya socialnogo poznaniya [Psychology of social cognition]. Moscow, Aspekt-Press, 2005, 301.
- Bartlett F. Chelovek zapominaet [A person remembers]. In: *Hrestomatiya po psihologii pamyati [A reader on the psychology of memory]*, 2002, 292–303.
- Bek Dzh. Kognitivnaya terapiya: polnoe rukovodstvo [Cognitive Therapy: The Complete Guide]. Moscow, OOO «I.D. Viliams», 2006, 400.
- Bogomaz S.A., Rubanova A.L., Shuhlova Y.A. Pozitivnaya sistema bazisnyh ubezhdenii kak fundament razvitiya lichnostnoi zrelosti u studentov-pervokursnikov [A positive system of basic beliefs as the foundation for the development of personal maturity among first-year students]. In: *Medicinskaya psihologiya v Rossii [Medical psychology in Russia]*, 2014, 2(25), available at: www.mprj.ru/archiv_global/2014_2_25/nomer/nomer13.php.
- Carver Ch. S., Scheier M.F. On the Self-Regulation of Behavior. Cambridge, Cambridge University Press, 2001, 439.
- Ellis A., Draidn U. Praktika ratsionalno-emocionalnoi povedencheskoi terapii [The practice of rational emotive behavior therapy]. Sankt-Peterburg, Rech, 2002, 352.
- Gricenko V.V., Reznik A.D., Konstantinov V.V., Marinova T.Y., Homenko N.V., Izrailovic R. Strah pered koronavirusnym zabolevaniem (COVID-19) i bazisnye ubezhdeniya lichnosti [Fear of coronavirus disease (COVID-19) and basic beliefs of the individual]. In: *Klinicheskaya i specialnaya psihologiya [Clinical and special psychology]*, 2020, 2(9), 99–118. DOI: 10.17759/cpse.2020090205
- Holmogorova A. B. Ot glavnogo redaktora: predskazaniya A. T. Beka o budushchem psihoterapii i opyt rossiiskih specialistov [From the editor-in-chief: predictions by A. T. Beck on the future of psychotherapy and the experience of Russian specialists]. In: *Konsultativnaya psihologiya i psihoterapiya [Counseling psychology and psychotherapy]*, 2021, 3(29), 8–23. DOI: 10.17759/cpp.2021290302
- Kibalchenko I.A., Eksakusto T.V. Integratsiya bazovyh ubezhdenii i poznavatelnoi pozitsii studentov: sistemnyi analiz vzaimosvyazei [Integration of basic beliefs and cognitive position of students: systemic analysis of relationships]. In: *Sistemnaya psihologiya i sociologiya [Systemic psychology and sociology]*, 2023, 1(45), 31–44. DOI: 10.25688/2223–6872.2023.45.1.03
- Konopkin O.A. Psihologicheskie mehanizmy reguliatsii deyatelnosti [Psychological mechanisms of activity regulation]. Moscow, Lenand, 2018, 320.
- Lifshic M.V. Vzaimosvyaz bazovyh ubezhdenii, nasyshchennosti zhizni stressom i psihologicheskogo blagopoluchiya [The relationship between basic beliefs, stress in life and psychological well-being]. In: *Chelovecheskii kapital [Human capital]*, 2019, 10(130), 126–132.
- Newman B.M., Newman Ph.R. The psychological system. In: *Theories of Adolescent Development*, 2020, 113–116. DOI: 10.1016/B 978–0–12–815450–2.09992–7
- Morosanova V.I. Psihologiya osoznannoi samoregulyatsii: ot istokov k sovremennym issledovaniyam [Psychology of conscious self-regulation: from origins to modern research]. In: *Teoreticheskaya i eksperimentalnaya psihologiya [Theoretical and experimental psychology]*, 2022, 3(15), 57–82. DOI: 10.24412/2073–0861–2022–3–57–82
- Morosanova V.I., Bondarenko I.N., Fomina T.G. Osoznannaya samoregulyatsiya i lichnostno-motivatsionnye osobennosti mladshih podrostkov s razlichnoi dinamikoi psihologicheskogo blagopoluchiya [Conscious self-regulation and personal and motivational characteristics of younger adolescents with different dynamics of psychological well-being]. In: *Psihologicheskaya nauka i obrazovanie [Psychological Science and Education]*, 2019, 4(24), 5–21. DOI: 10.17759/ pse.2019240401
- Morosanova V.I., Kono E.M. Stilevaya samoregulyatsiya povedeniya cheloveka [Stylistic self-regulation of human behavior]. In: *Voprosy psihologii [Questions of psychology]*, 2000, 2, 118–127.
- Padun M.A., Kotelnikova A.V. Modifikatsiya metodiki issledovaniya bazisnyh ubezhdenii lichnosti R. Yanoff-Bulman [Modification of the methodology for studying the basic beliefs of a person R. Yanoff-Bulman]. In: *Psihologicheskii zhurnal [Psychological Journal]*, 2008, 4(29), 98–106.

Padun M. A., Kotelnikova A. V. Psihicheskaya travma i kartina mira: Teoriya, empiriya, praktika [Mental trauma and the picture of the world: Theory, empirics, practice]. Moscow, Izdatelstvo «Institut psihologii RAN», 2012, 206.

Padun M. A., Tarabrina N. V. Psihicheskaya travma i bazisnye kognitivnye skhemy lichnosti [Mental trauma and basic cognitive schemas of personality]. In: *Moskovskii psihoterapevticheskii zhurnal [Moscow Psychotherapeutic Journal]*, 2003, 1, 121–142.

Sekackaya E. O. Bazisnye ubezhdeniya lichnosti, predstavleniya o sebe i ih vzaimosvyaz so strategiyami sovladaniya [Basic beliefs of the individual, self-image and their relationship with coping strategies]. In: *Psihologiya [Psychology]*, 2020, 8, 64–68.

Solso R. Kognitivnaya psihologiya [Cognitive psychology]. Sankt-Peterburg, Piter, 2006, 589.

Volkova O. V. Uroven razvitiya voli podrostka kak uslovie, opredelyayushchee stepen vyrazhennosti vyuchennoi bespomoshchnosti vzroslogo [The level of development of a teenager's will as a condition that determines the degree of expression of an adult's learned helplessness]. In: *Sibirskii psihologicheskii zhurnal [Siberian psychological journal]*, 2017, 66, 66–81. DOI: 10.17223/17267080/66/5