

Научная статья

УДК 378.635.558.015.324:159.923.2

DOI: 10.17853/2686-8970-2025-1-41-58

УСЛОВИЯ ФОРМИРОВАНИЯ ПРОИЗВОЛЬНОЙ САМОРЕГУЛЯЦИИ В ПРОЦЕССЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ ПОДГОТОВКИ СОТРУДНИКОВ ГПС МЧС РОССИИ

Ольга Юрьевна Демченко

*кандидат психологических наук, доцент
Уральский институт ГПС МЧС России,
Екатеринбург, Россия
olga-dem78@mail.ru,
<https://orcid.org/0000-0003-1194-9062>*

Юлия Сергеевна Газизова

*кандидат психологических наук, доцент
Уральский институт ГПС МЧС России,
Екатеринбург, Россия
u-s-g.gazizova@yandex.ru,
<https://orcid.org/0009-0003-0012-3027>*

Ольга Владимировна Шмурыгина

*кандидат философских наук, доцент
Уральский институт ГПС МЧС России,
Екатеринбург, Россия
shmur-olga@yandex.ru,
<https://orcid.org/0000-0002-5528-7315>*

Аннотация. В условиях реализации компетентного подхода в образовательной деятельности подготовка курсантов в ведомственных вузах должна включать формирование их готовности к самостоятельной жизни и самообразованию. Экспериментальная часть исследования проведена в Уральском институте ГПС МЧС России. Его цель – изучение особенностей формирования произвольных механизмов самодетерминированного поведения в процессе профессиональной подготовки будущих специалистов экстремального профиля. Акцентируется внимание на важности и необходимости использования разнообразных психолого-педагогических

методик и форм, которые будут способствовать развитию саморегуляции, самоорганизации и самопознания у курсантов. Полученные данные могут быть полезны для разработки программ и методик профессиональной подготовки в тех сферах, где от специалистов требуется высокий уровень произвольности и принятия решений в экстремальных условиях.

Ключевые слова: профессиональная подготовка, произвольные механизмы саморегуляции, условия формирования механизмов произвольности

Для цитирования: Демченко О. Ю., Газизова Ю. С., Шмурыгина О. В. Условия формирования произвольной саморегуляции в процессе профессиональной подготовки сотрудников ГПС МЧС России // Инновационная научная современная академическая исследовательская траектория (ИНСАЙТ). 2025. № 1 (21). С. 41–58. <https://doi.org/10.17853/2686-8970-2025-1-41-58>.

Original article

CONDITIONS FOR THE FORMATION OF ARBITRARY SELF-REGULATION IN THE PROFESSIONAL TRAINING OF EMPLOYEES OF THE EMERCOM OF RUSSIA

Olga Yu. Demchenko

*Candidate of Sciences in Psychology, Associate Professor
Ural Institute of State Fire Service of EMERCOM of Russia,
Ekaterinburg, Russia
olga-dem78@mail.ru,
<https://orcid.org/0000-0003-1194-9062>*

Yulia S. Gazizova

*Candidate of Sciences in Psychology, Associate Professor
Ural Institute of State Fire Service of EMERCOM of Russia,
Ekaterinburg, Russia
u-s-g.gazizova@yandex.ru,
<https://orcid.org/0009-0003-0012-3027>*

Olga V. Shmurygina

*Candidate of Sciences in Psychology, Associate Professor
Ural Institute of State Fire Service of EMERCOM of Russia,
Ekaterinburg, Russia
shmur-olga@yandex.ru,
<https://orcid.org/0000-0002-5528-7315>*

Abstract. In the context of implementing the competence-based approach in the educational activities of departmental universities, it is important to take into account its focus on developing readiness for independent life and self-education. The experimental part of the study was conducted at the Ural Institute of State Fire Service of EMERCOM of Russia. The purpose of this study is to study the features of the formation of arbitrary mechanisms of self-determined behaviour in the process of professional training of future extreme profile specialists. The study emphasizes the importance of using a variety of psychological and pedagogical methods and forms that contribute to the development of self-regulation, self-organization and self-knowledge in cadets. The data obtained can be useful for developing programs and methods of professional training in areas that require a high level of arbitrariness and decision-making in extreme conditions.

Keywords: professional training, voluntary self-regulation mechanisms, conditions for the formation of voluntary self-regulation mechanisms

For citation: Demchenko O. Yu., Gazizova Yu. S., Shmurygina O. V. Conditions for the formation of arbitrary self-regulation in the professional training of employees of the EMERCOM of Russia // INSIGHT. 2025. № 1 (21). P. 41–58. (In Russ.). <https://doi.org/10.17853/2686-8970-2025-1-41-58>.

Введение и постановка проблемы. Для успешной профессиональной подготовки спасателя, военнослужащего, пожарного и других специалистов, работающих в условиях риска, необходимо проведение комплексной деятельности по раскрытию потенциала обучающегося, выявлению и развитию его индивидуальных профессионально-ориентированных способностей. Важно создать пространство для самореализации личности, поддерживать и стимулировать интерес к изучаемой профессии, содействовать формированию устойчивого профессионального мировоззрения. Кроме того, необходимо активно применять в образовательном процессе разнообразные педагогические методики и формы работы, которые будут способствовать развитию саморегуляции, самоорганизации и самопознания. Данная деятельность должна быть систематизирована таким образом, чтобы каждый обучающийся мог самостоятельно принимать решения, осуществлять выбор и нести ответственность за свои действия.

В связи с этим особое значение приобретает анализ условий формирования произвольной саморегуляции в процессе профессиональной подготовки будущих специалистов экстремального профиля, в том числе сотрудников ГПС МЧС России, а также обоснование методики психолого-педагогического сопровождения формирования механизмов произвольности (психолого-педагогическая составляющая подготовки).

Практическая значимость программ и методик профессионального обучения в тех сферах, где требуется высокий уровень произвольности и принятия решений в экстремальных условиях, объясняется необходимостью оптимизации качества сформированности профессиональных компетенций в области организации и проведения работ, направленных на тушение пожаров и проведение аварийно-спасательных работ, предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, обеспечение пожарной безопасности [1].

Материалы и методы. Методологической основой исследования стали положения системно-деятельностной концепции психической саморегуляции функциональных состояний (Л. Г. Дикая), когнитивно-феноменологической теории стресса (R. Lazarus, S. Folkman), представления об осознанной саморегуляции (В. И. Моросанова, А. К. Осницкий), об оптимальности самодетерминации активности субъекта в напряженной ситуации (Г. Ю. Мартянова). Применены следующие методы теоретического исследования: анализ и синтез, абстрагирование и конкретизация, аналогия, моделирование; методы эмпирического исследования (изучение психолого-педагогической и учебно-методической литературы).

Обзор литературы. Теоретическую основу данной работы составляют источники, позволяющие определить условия формирования произвольной саморегуляции в процессе профессионального обучения сотрудников ГПС МЧС России. При этом важно не забывать о направленности компетентностного подхода в подготовке будущих специалистов к успешной профессиональной деятельности [2].

Принимая во внимание положения системно-деятельностной концепции Л. Г. Дикой, подчеркнем важность учета интегративности психической саморегуляции функциональных состояний [3]. На рис. 1 представлены основные механизмы саморегуляции личности, предложенные исследовательницей.

Как считает Л. Г. Дикая, на физиологическом уровне саморегуляции личности действуют механизмы циклической нервной активности, которые определяют соотношение между активностью мозга

и его выходными сигналами. К этому уровню относится также изменение нервной импульсации, двигательной активности и релаксации.

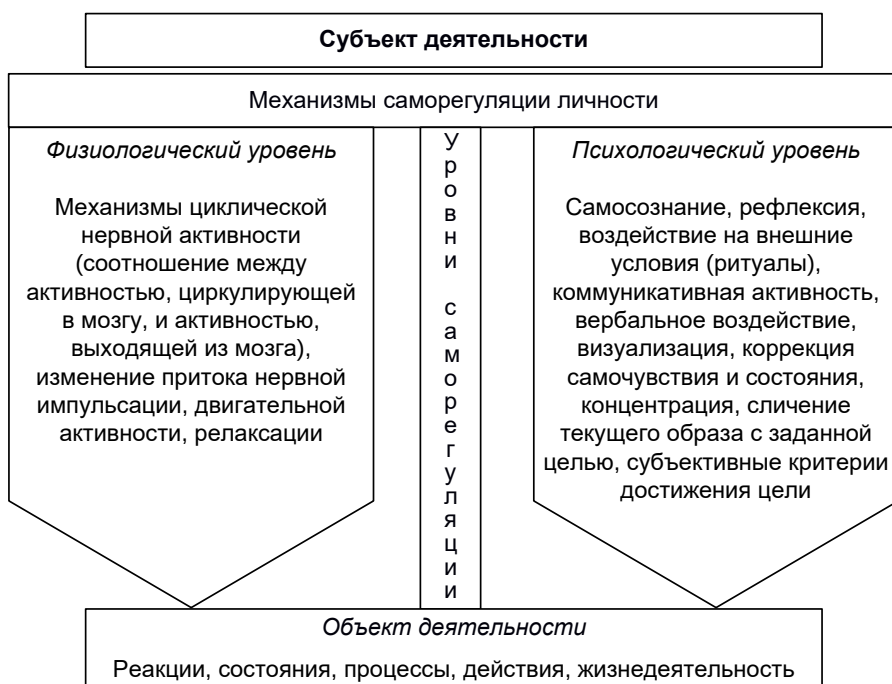


Рис. 1. Механизмы саморегуляции в интерпретации Л. Г. Дикой

На психологическом уровне саморегуляции А. В. Зобков выделяет такие механизмы, как самосознание, рефлексия, влияние на окружающую среду (например, ритуалы), коммуникативные навыки, вербальное воздействие через внутреннюю речь, создание визуальных образов в уме и активизация воображения. Также важны коррекция самочувствия, концентрация на конкретных объектах и соответствие реального состояния заданной цели, а также использование субъективных критериев для оценки успеха [4].

На уровне личности саморегуляция проявляется через самооценку, уровень притязаний, самоконтроль и регуляторные качества.

Мы также согласны с А. К. Осницким в том, что личностные компоненты играют важную роль в регуляции поведения [5]. Но стоит отметить, что они не могут быть рассмотрены отдельно от компонентов деятельностной саморегуляции, а их взаимодействие и влияние друг на друга являются базисом для эффективной регуляции поведения.

Саморегуляция деятельности, по мнению А. К. Осницкого, представлена пятью взаимосвязанными и взаимодействующими компонентами [5]:

1. *Ценностный опыт* – это ценностные установки и мотивы, которые формируются на протяжении всей жизни человека и помогают ему в процессе принятия решений.

2. *Опыт рефлексии* накапливается через сопоставление собственных знаний о возможностях с требованиями выполняемой деятельности и решаемыми задачами.

3. *Опыт привычной активизации* на произвольном уровне помогает человеку осознать свои возможности и лучше адаптировать усилия к решению важных задач.

4. *Операциональный опыт* – профессиональные знания и навыки саморегуляции, необходимые для выполнения работы.

5. *Опыт сотрудничества* способствует объединению усилий, совместному решению задач и подразумевает готовность человека к сотрудничеству.

Особый интерес представляют взгляды исследователей на волевою регуляцию как процесс активного управления поведением. Так, согласно концепции И. С. Новиковой, используемые человеком стратегии саморегуляции оказывают существенное влияние на его склонность к выгоранию [6]. Изменение этих стратегий, по мнению К. Е. Кочневой, В. А. Горфинкеля, происходит благодаря целенаправленному осмыслению действий (влияние условий воспитания и развития) [7]. При этом основу волевой регуляции составляют знания субъекта о мире, личных ценностях и возможностях. Р. В. Лаптев подчеркивает, что механизмом изменения побуждений является смысл действия, который возникает и трансформируется в совместной деятельности, становясь частью системы самоорганизации личности [8].

А. В. Карпов уделял значительное внимание исследованию произвольных механизмов саморегуляции [9]. Исследуя интегральность произвольных процессов, он отмечал их ключевую роль в управлении поведением и деятельностью человека.

В рамках когнитивно-феноменологической теории стресса R. Lazarus и S. Folkman подчеркивают значимость когнитивных и поведенческих усилий для сохранения контроля человеком [10]. Исследова-

тели отмечают, что направленность этих усилий на выявление внешних или внутренних требований может восприниматься как чрезмерная нагрузка на личные ресурсы. В данном контексте интересна позиция К. Левина в отношении роли мотивации в произвольном процессе. Многие аспекты ситуационной модели мотивации, разработанной ученым, подтверждаются исследованиями: связь внутренних побуждений и особенностей ситуации, активный выбор способов поведения и значение цели в принятии решений [11]. Опираясь на выводы, сформулированные К. Левиным, Б. Ф. Ломов акцентировал внимание на том, что механизм психической регуляции деятельности представляет собой сложную многоуровневую систему, что подчеркивает необходимость комплексного подхода к его исследованию. Рассмотрим основные компоненты (этапы) саморегуляции [12]:

1. *Целеполагание (установление целей)* – это первый шаг в процессе саморегуляции. Произвольные механизмы помогают определить, что важно для человека, и сформулировать конкретные задачи.

2. *Мониторинг*. Оценка прогресса в достижении целей требует постоянного контроля за собственным поведением и состоянием. На этом этапе произвольные механизмы играют важную роль в осознании текущего положения и необходимости корректировки действий.

3. *Регулирование*. Произвольные механизмы применяются для управления поведением: самоконтроль, мотивация и принятие решений о том, как действовать дальше.

4. *Оценка результатов*. После достижения цели или неудачи важно провести анализ результатов. Произвольные механизмы помогают сделать выводы и внести изменения в будущие стратегии.

Может потребоваться корректировка плана действий, что может включать замену стратегии или методов, если они не приводят к желаемым результатам. Гибкость и готовность к изменениям являются ключевыми аспектами успешной саморегуляции. Мотивация также важна: она поддерживает интерес к целям и помогает преодолевать трудности на пути к их достижению. Внутренняя мотивация (желание достичь цели ради нее самой) более устойчива, чем внешняя (стремление к наградам или одобрению).

Анализ приведенных источников позволяет заключить, что произвольные механизмы, являясь важным компонентом структуры саморегуляции, обеспечивают контроль над поведением и способствуют адаптации человека к изменяющейся среде. Их использование помогает достигать поставленных целей, управлять своими эмоциями и эффективно справляться с вызовами окружающего мира. Развитие произвольных механизмов может значительно повысить качество жизни и способствовать личностному росту.

С учетом положений субъектного подхода В. И. Моросановой к исследованию индивидуально-типических форм произвольной активности человека [13] нами были выделены регуляторно-личностные характеристики, которые являются предпосылками формирования того или иного стиля регуляции, но также часто становятся новыми психологическими образованиями в процессе его формирования, обеспечивающими эмоциональное реагирование субъекта на события, их оценивание и совладание с ними.

Необходимо подчеркнуть тот факт, что механизмы преодоления стрессовой ситуации не всегда могут характеризоваться высокой скоростью протекания, поскольку в восприятии подобных ситуаций выходит на первый план фактор неопределенности, в контексте которого мера несоответствия объективной действительности ее психическому отражению затрудняет осуществление текущей активности в прежнем режиме. Например, приоритетное значение в стрессовой ситуации может иметь такая характеристика, как готовность аналитико-прагматических и синтезированных навыков (оценка и осмысление ситуаций опасности). Специфической особенностью этих навыков является их опосредованность эмоциональными переживаниями и моральными, интеллектуальными и эстетическими чувствами, направленными на преодоление острых стрессовых реакций, а также на корректировку избыточных проявлений позитивных аффективных состояний в контексте изменения поведения и совершения определенных поступков в условиях напряженности.

Исследователи подчеркивают, что значительное влияние оказывают условия, в которых субъект действует как самоуправляющаяся система. В таком случае он способен осуществлять сознательную само-

подготовку, принимая во внимание факторы предстоящей деятельности и накопленный опыт. С учетом данной логики формированию произвольных механизмов также способствует включение будущих сотрудников в условия формальной деятельности [5, 8].

Из зарубежных исследователей, разрабатывающих данную тематику, следует выделить Е. L. Deci, R. M. Ryan [14], С. S. Carver, М. F. Scheier [15, 16], Р. А. Linley [17] и F. Kanfer, L. Grimm [18]. Они уделяли особое внимание врожденной потребности человека в саморегуляции своего поведения, а также тому, как это влияет на ощущение удовлетворения собственной жизнью, анализировали соотношение категорий «свобода выбора» и «изменение поведения».

Результаты исследования и обсуждение. Несомненно, произвольные механизмы играют важнейшую роль в успешной саморегуляции. Рассмотрим их основные функции:

1. *Контроль импульсов.* Способность подавлять нездоровые или нежелательные реакции является ключевым аспектом саморегуляции. Например, использование волевой силы для отказа от вредных привычек или совладания с эмоциями.

2. *Формирование привычки.* Произвольные механизмы помогают создавать и поддерживать позитивные привычки, такие как регулярные занятия спортом или здоровое питание.

3. *Адаптация к изменениям.* В условиях неопределенности произвольные механизмы позволяют гибко реагировать на перестройку внешней среды, что особенно важно в современном мире.

4. *Управление стрессом.* Эффективная саморегуляция предполагает контроль стресса и эмоций, что возможно благодаря произвольным механизмам, позволяющим находить способы справляться с трудными ситуациями.

Условия формирования произвольной саморегуляции в контексте профессиональной подготовки курсантов ГПС МЧС России представлены в табл. 1. Можно наблюдать строгую зависимость саморегуляции от произвольных механизмов, встроенных в системы целеполагания (А. Н. Леонтьев, Б. Ф. Ломов).

Таблица 1

Профессиональная подготовка курсантов ГПС МЧС России:
формирование произвольной саморегуляции

Психологические условия формирования произвольных механизмов саморегуляции	Этап профессиональной подготовки	Задачи профессиональной подготовки	Компетентностная направленность подготовки
Формирование ориентировочной основы профессиональной деятельности, развитие способов практического мышления и саморегуляции, коммуникативных навыков работы в команде и установок на непрерывное саморазвитие	Адаптационно-ориентировочный этап (1–2-й курсы)	Получение общепрофессиональных, тактических и специальных знаний, необходимых практических навыков и умений, позволяющих успешно организовывать и проводить работы, направленные на тушение пожара	Блок универсальных компетенций
Формирование самостоятельного, гибкого риско-ориентированного мышления, управленческих навыков, навыков переноса универсального опыта в решение общепрофессиональных задач, развитие рефлексивных навыков и целеполагания	Общепрофессиональное погружение (2–3-й курсы)	Получение и проведение аварийно-спасательных работ, предупреждение и ликвидацию чрезвычайных ситуаций природного и техногенного характера, обеспечение пожарной безопасности; воспитание высоких профессиональных, моральных и физических качеств, необходимых для успешного выполнения возложенных задач	Блок общепрофессиональных компетенций
Формирование профессиональной субъектности, профессионального самосознания	Полное погружение в профессионально-ориентированную среду (4–5-й курсы)		Блок профессиональных компетенций

В ходе экспериментальных исследований А. Ю. Федотов выявил психологические закономерности обеспечения профессиональной надежности специалиста (рис. 2), выделил ее психологические механизмы (табл. 2) [19].

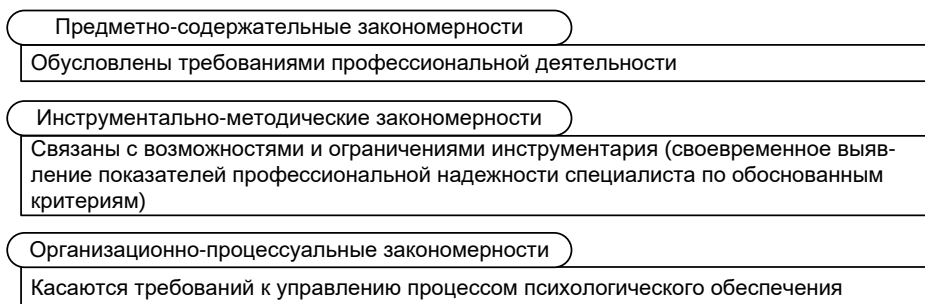


Рис. 2. Обеспечение профессиональной надежности специалиста:
психологические закономерности

Таблица 2

Механизмы профессиональной надежности специалиста

Механизм	Характеристика	Форма реализации
1	2	3
Избыточность	Потенциальная возможность преодоления большего количества значимых затруднений, качественная реализация профессиональных действий в рамках вариативных алгоритмов	Типичные профессиональные ситуации
Резервирование	Актуализация в типичных ситуациях только необходимого объема психофизического ресурса, привычка сохранять его запас и произвольно востребовать	Неблагоприятное развитие ситуации
Компенсация	Осуществление действий за счет рекрутирования одних психофизических функций (мотивационных, познавательных, эмоциональных, волевых, моторных) при невозможности или нецелесообразности использования других, выбор определяется оценкой условий	Актуальное состояние психофизических резервов

Окончание табл. 2

1	2	3
Самоконтроль	Осознание и произвольное изменение значимых внутренних компонентов действий	Ключевые моменты развития ситуации
Самодетерминация	Произвольное дополнительное самомотивирование на выполнение задачи, актуализированная потребность самосохранения	Ситуации конфликта позитивной диспозиционной и ситуативной мотивации / негативной ситуативной мотивации

Описанные выше механизмы встраиваются в структуру произвольной сферы личности и могут выступать как механизмы саморегуляции. Стоит особо отметить, что важнейшим условием их формирования является последовательное погружение специалистов экстремального профиля в целенаправленно организованные мероприятия психологического обеспечения их профессиональной надежности.

Процесс служебно-боевой подготовки будущих сотрудников государственной противопожарной службы МЧС России предполагает реализацию психолого-педагогического воздействия в условиях развития навыков готовности выполнять профессиональные требования в пороговых нагрузках. Важнейшими задачами для обучающихся становятся умение управлять своими психическими состояниями, повышать уровень стрессоустойчивости, а также формировать способность эффективно действовать в различных обстоятельствах (большие объемы информации, значительная ответственность и т. д.). Эти аспекты подготовки считаются основополагающими при обучении будущих сотрудников силовых структур.

По мнению Р. В. Лаптева и других исследователей, развитие произвольной саморегуляции и психологической устойчивости у специалистов экстремального профиля способствует запуску дополнительных психологических ресурсов, таких как личностные установки, рабочая мотивация, риск-ориентированное мышление, мировоззрение и т. д. Такие ресурсы способствуют актуализации репрезентативных процессов, позволяющих расширить объективное восприятие ситуаций и происходящих в них изменений, более глубоко осознать потенциал личности.

Произвольные механизмы обуславливают высокий уровень развития не только физических и двигательных качеств, регуляторных функций психики, функциональных систем организма, но и готовности к деятельности в разных условиях для решения различных задач [8].

Необходимые условия реализации модели подготовки будущих специалистов экстремального профиля отражены на рис. 3.

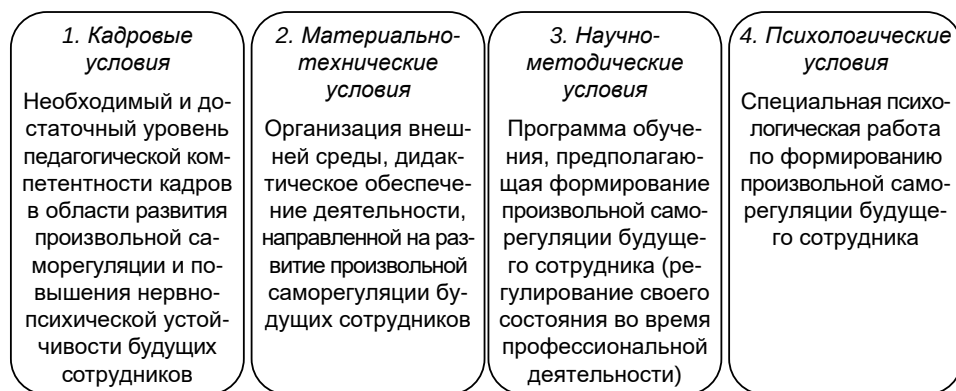


Рис. 3. Модель профессиональной подготовки будущих специалистов экстремального профиля: условия реализации

Наиболее результативным методом подготовки будущих сотрудников к успешному выполнению рабочих задач в стрессовых ситуациях является проведение практических занятий в условиях, максимально приближенных к реальным. Понимание психологических особенностей и механизмов их функционирования в таких условиях позволяет обучающимся более глубоко изучить взаимосвязь и значимость трех ключевых аспектов психологической устойчивости: индивидуального осознания, произвольной саморегуляции и нервно-психической стабильности. Это, в свою очередь, способствует эффективному развитию данных качеств при решении сложных задач.

Цель подготовки будущих специалистов экстремального профиля – создать оптимальные организационные и методические условия, которые позволят будущим профессионалам освоить техники саморегуляции и самопознания: строгое соблюдение временных рамок, предоставление надежных инструментов для самостоятельного развития (гибкость и адаптивность к различным условиям, оптимизация деятельно-

сти в сложных условиях), психологическая поддержка в выполнении учебно-боевых задач (повышение нервно-психической устойчивости, обучение навыкам управления вниманием и мышечным тонусом, дыхательной гимнастики и идеомоторной тренировки, аутотренинга, усиление мотивации и формирование адекватной самооценки).

В основу подготовки будущих сотрудников ГПС МЧС России заложен интегральный подход к психике человека, опирающийся на единство психогигиенических и психопрофилактических принципов, программа психолого-педагогического сопровождения формирования механизмов произвольности может включать вводную и основную части, а также тренировочный этап по закреплению и отработке полученных навыков саморегуляции. Завершающая часть подготовки нацеливает на мотивацию к дальнейшему обучению. Ведущие методы способствуют созданию базиса для максимального погружения обучающихся в условия, приближенные к реальным (глубокая интериоризация полученных знаний, умений и навыков).

Основу комплекса тренинговых занятий составляют ключевые принципы активности, самодиагностики (рефлексивное восприятие обучающегося), регулировщика (переход от модели «учитель – ученик» к модели «партнеры»), а также принцип «здесь и сейчас».

Программа профессиональной подготовки будущих специалистов экстремального профиля имеет уровневую структуру. Структура и последовательность занятий подчинены принципу преемственности: обучающиеся последовательно накапливают индивидуальный опыт и имеют возможность на каждом этапе подтвердить полученные знания на практике. Такая организация подготовки обеспечивает рост личной мотивации курсантов (условия тренинга), оптимизирует обратную связь и ускоряет процессы саморазвития и самообучения.

В табл. 3 представлена уровневая структура программы психолого-педагогического сопровождения формирования механизмов произвольности у будущих специалистов экстремального профиля. Фокус программы направлен на совершенствование навыков успешной произвольной саморегуляции курсантов, что достигается посредством активизации процесса интенсивной рефлексии, осознания и корректи-

ровки собственных действий как в профессиональной, так и в психологической сферах.

Таблица 3

Структура программы по формированию механизмов произвольности

Уровень реализации	Характеристика уровня
Начальный	Пассивность участников связана с тем, что большинство определяют себя как ведомых (установление контакта, знакомство, появление обратной связи)
Второй	Возможно проявление сопротивления, тревожности, агрессии, желание уйти
Третий	Этап проявления осознанности: реакции критичности и скептицизма заменяются растущим интересом, дальнейшим продвижением, стремлением как можно больше понять. Более глубокой и информативной становится рефлексия (самоопределение и идентификация участников с целевой направленностью тренинга)
Четвертый	Проявление защитных тенденций, вызванных окончанием занятий и выходом из «здесь и сейчас», внедрение полученного опыта, ощущение свободы, уверенности в возможности изменить себя и свою жизнь

Заключение. В условиях внедрения компетентностного подхода главной целью образовательных организаций МЧС России становится подготовка специалистов, способных к эффективной социальной адаптации, самостоятельному выбору жизненного пути, старту карьеры и профессиональному развитию, ключевыми задачами – обеспечение курсантов высококачественными профессиональными знаниями и навыками, развитие у них навыков междисциплинарного мышления, ценностного отношения к профессии, а также творческого опыта и готовности к индивидуальным креативным решениям.

Кроме того, важно формировать у будущих специалистов инициативу к постоянному обучению и улучшению своей профессиональной квалификации. Создание условий для развития профессионально ориентированных структур мышления курсантов достигается через

погружение их в учебно-профессиональную среду и преодоление профессиональных вызовов и нестандартных ситуаций. В этом контексте особенно актуальной становится задача формирования самодетерминированного поведения обучающихся в процессе учебной деятельности [1].

Проведенный анализ позволил решить следующие задачи:

1) определены психолого-педагогические условия формирования механизмов произвольности у курсантов;

2) разработана методологическая база для обоснования программы психолого-педагогического сопровождения формирования механизмов произвольности в процессе профессиональной подготовки будущих специалистов экстремального профиля.

Полученные результаты позволяют расширить представление о специфике произвольного компонента саморегуляции курсантов, выделить условия формирования механизмов произвольности в ходе подготовки к будущей профессиональной деятельности.

Список источников

1. Особенности становления образа профессии в условиях формирования профессиональной готовности курсантов ГПС МЧС России / О. Ю. Демченко [и др.] // Подготовка кадров в системе предупреждения и ликвидации последствий чрезвычайных ситуаций: материалы Междунар. науч.-практ. конф. СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та ГПС МЧС России, 2017. С. 114–118.

2. Газизова Ю. С., Демченко О. Ю. Способность к самодетерминации как личностный ресурс выпускника образовательной организации МЧС России // Актуальные проблемы и инновации в обеспечении безопасности: сб. материалов Дней науки с междунар. участием, посвященных 90-летию Гражд. обороны России: в 2 частях, Екатеринбург, 26–28 окт. 2022 г. Екатеринбург: Изд-во Урал. ин-та гос. противопожар. службы МЧС России, 2022. Ч. 1. С. 39–42.

3. Менталитет как основной компонент жизнеспособности профессионала / Л. Г. Дикая [и др.] // Ресурсы жизнеспособности и стрессоустойчивости современного человека: психологические, психофизиологические, нейробиологические, педагогические аспекты / отв. ред. Е. А. Рыльская. Челябинск: Полиграф-Мастер, 2021. С. 43–62.

4. Зобков А. В. Акмеология саморегуляции учебной деятельности: монография. Владимир: Изд-во Владим. гос. ун-та, 2013. 320 с.

5. Осницкий А. К. Личностные и поведенческие аспекты когнитивных, коммуникативных и регуляторных способностей // Психолого-педагогический поиск. 2023. № 4 (68). С. 115–127. DOI: 10.37724/RSU.2023.68.4.014.

6. Новикова И. С. Взаимосвязь используемых стратегий саморегуляции и склонности к выгоранию у психологов // Общество: социология, психология, педагогика. 2022. № 7. С. 100–104.

7. Кочнева К. Е., Горфинкель В. А. Саморегуляция педагога дошкольного образования в период адаптации // Инновации в профессиональном и профессионально-педагогическом образовании: материалы 28-й Междунар. науч.-практ. конф., Екатеринбург, 23–24 мая 2023 г. / Рос. гос. проф.-пед. ун-т. Екатеринбург, 2023. С. 143–145.

8. Лаптев Р. В. Психологические условия формирования произвольной саморегуляции в профессиональной деятельности у сотрудников правоохранительных органов: дис. ... канд. психол. наук. М., 2023. 302 с.

9. Карпов А. В. Психология саморегуляции в исследованиях деятельности субъектно-информационного класса // Психология саморегуляции в контексте актуальных задач образования: материалы науч. конф., Москва, 27–28 апр. 2021 г. М.: Изд-во Психол. ин-та Рос. акад. образования, 2021. С. 23–31.

10. Lazarus R., Folkman S. Stress, appraisal, and coping. New York: Springer Pub. Co., 1984. 218 p.

11. Левин К. Динамическая психология: избр. тр. / пер. и общ. ред. Д. А. Леонтьева, Е. Ю. Патяевой. М.: Смысл, 2001. 576 с.

12. Ломов Б. Ф. Психическая регуляция деятельности: изб. тр. М.: Изд-во Ин-та Рос. акад. наук, 2006. 623 с.

13. Моросанова В. И. Психология осознанной саморегуляции: от истоков к современным исследованиям // Теоретическая и экспериментальная психология. 2022. № 3. С. 57–82.

14. Deci E. L., Ryan R. M. The «what» and «why» of goal pursuits: Human needs and the self-determination of behavior // Psychological Inquiry. 2000. Vol. 11. P. 227–268.

15. Carver C. S., Scheier M. F. On the self-regulation of behavior. New York: Cambridge University Press, 1998. 439 p.

16. Carver C. S., Scheier M. F. Attention and self-regulation a control approach to human behavior. New York: Springfield, 1981. 224 p.

17. Measuring happiness: The higher order factor structure of subjective and psychological well-being measures / P. A. Linley [et al.] // Personality and individual differences. 2009. № 47 (8). P. 878–884.

18. Kanfer F., Grimm L. Freedom of choice and behavioral change // Journal of Consulting and Clinical Psychol. 1978. Vol. 46. P. 873–876.

19. Развитие профессионального стиля саморегуляции у сотрудников ОВД в условиях обучения в центре профессиональной подготовки / А. Ю. Федотов [и др.] // Прикладная психология и педагогика. 2023. Т. 8, № 1. С. 57–70. DOI: 10.12737/2500-0543-2022-57-70.

Статья поступила в редакцию 05.02.2025; одобрена после рецензирования 10.02.2025; принята к публикации 11.02.2025.

The article was submitted 05.02.2025; approved after reviewing 10.02.2025; accepted for publication 11.02.2025.