

УДК 159.9

**ВПЛИВ РЕФЛЕКСІЇ НА САМОРЕГУЛЯЦІЮ ЖІНОК,
ЗАСУДЖЕНИХ ДО ПОЗБАВЛЕННЯ ВОЛІ**

старший викладач кафедри соціології і соціальної роботи **Сахно С. В.**
Приазовський державний технічний університет, Україна, Маріуполь

В статті розглянуто вплив рефлексії на саморегуляцію жінок, засуджених до позбавлення волі. Виділено зовнішні та внутрішні фактори та причини виникнення потреби в саморегуляції жінок, в умовах позбавлення волі. Обґрунтовано значення саморегуляції в поведінці жінок, засуджених до позбавлення волі, в умовах відбування покарання. Встановлено, що найбільш часто поведінка і діяльність залежать від самої людини, від того як поведінка регулюється за допомогою внутрішнього мовлення, і відповідного рефлексивного мислення. В результаті визначено, що поведінка засуджених в тій чи іншій ситуації при різних обставинах визначається динамікою протікання внутрішніх психологічних і фізіологічних процесів, де рефлексія є однією з найважливіших складових.

Ключові слова: рефлексія, саморегуляція, ресоціалізація, позбавлення волі, самопізнання, особистісні зміни.

Сахно С. В. Влияние рефлексии на саморегуляцию женщин осужденных, к лишению свободы / Приазовский государственный технический университет, Украина, Мариуполь

В статье рассмотрено влияние рефлексии на саморегуляцию женщин, осужденных к лишению свободы. Выделены внешние и внутренние факторы и причины возникновения потребности в саморегуляции женщин в условиях лишения свободы. Обосновано значение саморегуляции в поведении женщин, осужденных к лишению свободы, в условиях отбывания наказания. Установлено, что наиболее часто поведение и деятельность зависят от

самого человека, от того как поведение регулируется с помощью внутренней речи, и соответствующего рефлексивного мышления. В результате определено, что поведение осужденных в той или иной ситуации при разных обстоятельствах определяется динамикой протекания внутренних психологических и физиологических процессов, где рефлексия является одной из важнейших составляющих.

Ключевые слова: рефлексия, саморегуляция, ресоциализация, лишение свободы, самопознание, личностные изменения.

Sakhno S. V. Influence of reflection on the self-regulation of women sentenced to prison / Priazovsky State Technical University, Ukraine, Mariupol

In this paper, the influence of reflection on the self-regulation of women sentenced to deprivation of liberty. Selected external and internal factors and causes of needs self-regulation of women in prison. Proved the value of self-regulation in behavior of women sentenced to deprivation of freedom, in terms of punishment. It is established that the most common behavior and activity depend on the person on how behavior is controlled by inner speech, and the corresponding reflexive thinking. The result is that the behavior of prisoners in different situations under different circumstances determined by the dynamics of the flow of internal psychological and physiological processes, where reflection is one of the most important components.

Keywords: reflection, self-regulation, resocialization, imprisonment, self-knowledge, personality changes.

Вступ. Саморегуляція як процес організації особистістю своєї поведінки характеризується специфічною активністю, спрямованою на співвідношення поведінки особистості з вимогами ситуацій та очікуваннями інших.

Підставою саморегуляції є переконання та встановлення особистості на доцільність тієї чи іншої форми поведінки. Саморегуляція - це такий механізм, завдяки якому забезпечується активізація і певна спрямованість позиції людини. Вона здійснює оптимізацію психологічних можливостей, компенсацію

недоліків, регуляцію індивідуальних станів в залежності від завдань і умов діяльності.

Актуальність. Значну роль в корекції поведінки засуджених грають не тільки зовнішні, але в першу чергу внутрішні фактори, що визначають емоційне сприйняття того, що відбувається навколо і рефлексії - усвідомлення того, чому повинна бути підпорядкована активність особистості. Поведінка людини неможлива без саморегуляції. Величезний вплив на саморегуляцію надає рефлексія, самопізнання і самовиховання. Особливо актуальним є це питання при розгляді ресоціалізації засуджених жінок в період відбування покарання в умовах позбавлення волі, так як після звільнення жінка повинна повернутися в соціум, сім'ю, якнайкраще зберігши своє психічне здоров'я, так як на неї ляже тягар не тільки побутових проблем, але й моральних.

Визначення ролі саморегуляції в поведінці засудженого виходить з розуміння таких понять як "саморегуляція", "саморегуляція діяльності", "самоконтроль" і "вольова регуляція". Дані поняття по різному трактуються в науковій літературі, але нас цікавлять психологічні чинники та умови, що сприяють розвитку якостей саморегуляції засуджених в умовах виконання покарання під час позбавлення волі.

Проблеми впливу саморегуляції на діяльність особистості відображені в працях Балла Г.А., який розглядав саморегуляцію в аспекті адаптації особистості до ситуації, на яку впливають проблеми загальноприйнятих норм поведінки. Бондаренко О.Ф., Боришевський М.Я., Максимова Н.Ю., Марищук В.Л., Моргун О., Сахно С.В., Семенова Р.А., Сулицький В.В., Тіщенко С.П. та ін. у своїх дослідженнях вказують на прояв саморегуляції в нестабільних умовах і освоєння форм поведінки в цих умовах. [1,2,3,4,5]

Емоційний стан залежить від того, як людина ставиться і реагує на ситуації, які сприяють або не сприяють задоволенню потреб. І в ситуації позбавлення волі перебуваючи в умовах ізоляції від зовнішнього світу і звичних умов побуту, засуджені, особливо жінки, реагують негативно, часто не беручи навіть самого факту засудження, що тягне за собою емоційні розлади.

Але при розвитку рефлексії засуджених, при переосмисленні та прийнятті ситуації, керуючись установкою до конкретних дій, людина виявляє здатність до адекватної поведінки в конкретній ситуації, а це вже є здатність до саморегуляції. [2, С.136-143]

Мета статті: розглянути вплив рефлексії на саморегуляцію.

Завдання: визначити фактори та причини виникнення потреби в саморегуляції жінок, засуджених до позбавлення волі.

Саморегуляція поведінки базується і на ставленні оточуючих і на те, що очікують від особистості інші. Тут ми можемо підкреслити рефлексивну складову саморегуляції. І, як правило, людина поводить відповідно до очікувань оточення. Саме зв'язок між зовнішнім вираженням ставлення особистості до навколишньої дійсності і внутрішнім стримуванням прояву своїх поривів, потягів і потреб є інтегруючим фактором, який сприяє засудженим адаптуватися до подій, які відбуваються в даний момент. Це пояснюється тим, що індивідуальні особливості особистості формуються відповідно до вимог соціального середовища, в якій вона знаходиться. [4, с.115-117]

Психологічний механізм саморегуляції засудженим своєї поведінки полягає в тому, що у свідомості особистості стабілізуються, фіксуються і закріплюються в досвіді стандартні способи і прийоми взаємодії, манер поведінки і стилю діяльності. Потреба в саморегуляції не виникає сама по собі. Для того, щоб у засудженої з'явилася в цьому потреба, необхідною умовою є важлива подія, яка має відбутися в житті засудженої. [5, С. 324]

У зв'язку з цим ми виділили фактори та причини, що сприяють виникненню потреби засудженого в саморегуляції.

Це зовнішні :

- ситуація вимушеної дії;
- вироблення нових форм поведінки;
- адаптація до нових видів діяльності;
- нові вимоги до змісту відношень;

- конфліктна взаємодія;
- сенсорний голод.

Та внутрішні фактори:

- страх зміни соціального статусу;
- зміна стереотипів;
- комплекс неповноцінності;
- зміна системи життєвих цінностей;
- нервові збудження;
- обмеження потреб.

Як ми бачимо, зовнішні фактори, безпосередньо пов'язані з внутрішніми - психічними пізнавальними і емоційно-вольовими процесами і представлені, насамперед:

а) ситуацією вимушеної дії, - яка виникає, коли засуджена жінка змушена діяти під тиском референтної групи в розріз з власними переконаннями. При цьому виникає страх за зміну свого соціального статусу і почуття незадоволення своєю поведінкою.

б) виробленням нових форм поведінки - полягає в пристосуванні та адаптації до нових умов і оточенню і призводить до виникнення нових та виключення старих стереотипів поведінки, невпевненість у правильності своєї поведінки, коливання при прийнятті рішень.

в) адаптацією до діяльності і тих видів праці, якими засуджена ніколи не займалася, призводить до виникнення комплексу неповноцінності, відчаю, бажання задовольнити потребу в особистому статусі, комунікації.

г) виникненням нових вимог до змісту взаємин, або повернення до старих вже забутих способів спілкування призводить до зміни системи життєвих цінностей, установок і переконань засудженої.

д) конфліктною взаємодією - нерозривно пов'язане з нервовим збудженням, забезпеченням потреби в особистому захисті і збереженні позитивних життєвих перспектив.

е) сенсорним голодом, відсутність тих людей, які приймають і розуміють життєву позицію засудженого, призводить до обмеження індивідуальних і соціальних потреб.

Виходячи з тісного взаємозв'язку вище перерахованих факторів з психічними пізнавальними і емоційно-вольовими процесами, які ми розглянули, потребу в саморегуляції засуджених, ми представимо комплексно у вигляді складових її компонентів :

- постановка мети;
- регуляторні процеси;
- програма дій;
- відповідність поведінки ситуації;
- активізація та напрямки позиції суб'єкта;
- компенсація недоліків;
- стабілізація і фіксація стандартів поведінки;
- регуляція індивідуальних станів.

Саморегуляція діяльності та поведінки здійснюється людиною свідомо, тобто рефлексивно, на основі цілеспрямованого впливу на організм людини, її психічні процеси, реакції й емоційні стани.

Таким чином, поведінка засуджених в тій чи іншій ситуації при різних обставинах визначається динамікою протікання внутрішніх психологічних і фізіологічних процесів, які, насамперед, включають:

- а) постановку мети;
- б) об'єктивність урахування власних здібностей і можливості дій при сформованих обставинах;
- в) прийняття та реалізацію вольових рішень на основі свідомого рефлексивного розуміння важливості поставленої мети.

Проявляючи себе у вчинках, роботі, навчанні, засуджені вступають у взаємодію з оточуючими, завдяки чому можуть динамічно змінювати в собі певні особистісні якості або ж залишатися зі своїми особливостями. Визначається цей процес шляхом спостереження за засудженими, насамперед

психологами та начальниками відділень кримінально-виконавчої системи, а саме установ виконання покарань.

Отже, дотримання соціально-прийнятих норм поведінки та реалізація вольових зусиль залежить від типу діяльності нервової системи, типу особистості (інтроверт, екстраверт, амбіверт), сформованості характерологічних рис (рішучість, дисциплінованість).

Висновки. Таким чином, саморегуляція може сприяти стабілізації внутрішньої психічної сфери людини, врівноважити емоційний стан і повернути її до звичайного життєвого ритму. Виходячи з того, що найбільш часто поведінка і діяльність залежать від самої людини, і від того як вона регулюється за допомогою внутрішнього мовлення, і відповідного рефлексивного мислення, ми спробували обґрунтувати значення саморегуляції в поведінці жінок, засуджених до позбавлення волі, в умовах відбування покарання.

Література:

1. *Боришевський М.Я. Розвиток здатності до саморегуляції поведінки як вияв суб'єктного становлення особистості. - К., 1993, - С.18-19.*

2. *Корекційна поведінка засуджених жінок в установах виконання покарань. Навчальний посібник.- Чернігів: ПОД Чернігівського ДЦНТІ, 2003, 168 с.*

3. *Марищук В.Л., Евдокимов В.И. Поведение и саморегуляция человека в условиях стресса. СПб.: Издательский Дом "Сентябрь", 2001. - 260 с.*

4. *Моргун О. Ресоціалізація жінок, котрі відбувають покарання в місцях позбавлення волі Соціальна політика та соціальна робота. Український науковий і громадський часопис. - №2. - 2002. - С.115-117.*

5. *Сахно С.В. Дослідження рефлексії в умовах виправної колонії. Проблеми загальної та педагогічної психології. Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С.Костюка Національної АПН України / За ред. С.Д.Максименка. Т.ХІІІ, част. 5.-К.2011 - С. 322-329.*

References:

1. *Borishevskiy M.Ya. Rozvitok zdatnosti do samoregulyatsiyi povedinki yak viyav sub'ektnogo stanovlennya osobistosti. - K., 1993, - S.18-19.*
2. *Korektsiyna povedinka zasudzhениh zhinok v ustanovah vikonannya pokaran. Navchalniy posibnik.- Chernigiv: POD Chernigivskogo DTsNTI, 2003, 168 s.3. Marishhuk V.L., Evdokimov V.I. Povedenie i samoreguljacija cheloveka v uslovijah stressa. SPb.: Izdatel'skij Dom "Sentjabr", 2001. - 260 s.*
4. *Morgun O. Resotsializatsiya zhinok, kotri vidbuvayut pokarannya v mistyiah pozbavlenyya voli Sotsialna politika ta sotsialna robota. Ukrayinskiy naukoviyy i gromadskiy chasopis. - №2. - 2002. - S.115-117.*
5. *Sahno S.V. Doslidzhennya refleksiyi v umovah vipravnoyi koloniyi. Problemi zagalnoyi ta pedagogichnoyi psihologiyi. Zbirnik naukovih prats Institutu psihologiyi imeni G.S.Kostyuka Natsionalnoyi APN Ukrayini / Za red. S.D.Maksimenka. T.HIII, chast. 5.-K.2011 - S. 322-329.*