

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПСИХОЛОГИЯ ЛИЧНОСТИ

УДК 159.9 (045)

DOI: 10.17223/17267080/64/1

Ю.Т. Глазунов¹, К.Р. Сидоров²

¹ Гданьский политехнический университет (Гданьск, Польша)

² Удмуртский государственный университет (Ижевск, Россия)

Целеполагание, целедостижение и волевая регуляция

Рассматриваются особенности выдвигаемых человеком целей. Анализируется разнообразие способов их достижения и связанный с этим объём волевой регуляции. Рассмотрено отношение понятий «содержание цели» и «степень достижения цели». Согласно основанию «способ достижения» выделены четыре класса целей: регулярно воспроизводимые, аналоговые, цели развития и высокие цели. Определены три варианта аналоговых целей. Показано, что результат их достижения может отклоняться от целевого образа. Причины этого – замена необходимых для достижения цели недостающих ресурсов иными, отсутствие необходимых умений у индивида, а также появление нетипичных препятствий на пути достижения цели. Проанализировано, при каких условиях такую цель можно считать достигнутой. Введено понятие волевого ресурса. Показан характер его использования в достижении целей различных видов.

Ключевые слова: целеполагание; целедостижение; волевая регуляция; волевой ресурс; содержание цели; степень достижения цели; классы целей.

Введение

Изучая характер и особенности волевой регуляции человека, невозможно обойти вниманием категории целеполагания и целедостижения. Эти три понятия настолько взаимосвязаны, что пропади одно из них, исчезли бы и два оставшихся. Будучи существом свободным, человек обречен на формулирование и достижение целей. Одновременно он обречен и на постоянную борьбу с возникающими при этом препятствиями. Преодолению препятствий служит волевая регуляция деятельности, а характер и объём волевой регуляции во многом определяются природой выдвигаемых человеком целей.

Действительно, достижение целей оригинального характера требует использования громадного количества волевого ресурса, но достижение целей, выступающих в составе потребностно-целевого комплекса, предполагает минимальные волевые затраты. В этих границах находятся цели

промежуточного (с точки зрения использования волевого ресурса) значения. Знание особенностей цели, определяющих количество волевого ресурса, необходимого для её достижения, позволяет эффективнее строить программы реализации целей, даёт возможность подбирать адекватных сложности задания исполнителей, формировать у них соответствующие целевые установки. Изучение целей одновременно помогает раскрывать и сущность систем. Человеческая психика – это система. Знание характера выдвигаемых человеком целей способствует также лучшему её пониманию.

Выявление специфики выдвигаемых человеком целей, разнообразия способов их достижения и связанного с этим объёма волевой регуляции является основной задачей настоящей работы.

1. Природа и эволюция категории «цель»

Интерес к проблеме цели возник уже в античные времена. В сочинении «О цели» Демокрит определяет цель как благое состояние духа, которое он также называет благосостоянием [1. С. 372]. Аристотель считал, что для всякого действия и сознательного выбора благо – это цель, потому что именно ради нее и делается всё остальное [2].

Более поздние философские размышления о цели представлены у Г.В.Ф. Гегеля [3]. Согласно философу, цель есть нечто *для-себя-сущее*, которое получило свободное существование за счёт отрицания непосредственной объективности.

Природа целенаправленного действия человека долгое время оставалась предметом исключительно философского анализа. И вся история философских учений о природе сознательного действия пронизана борьбой механицизма и идеализма, фатализма и волюнтаризма [4].

Отношение к цели, как и её понимание, в психологии долгое время оставались неоднозначными. В бихевиоризме, например, понятие цели как детерминанты поведения из рассмотрения долгое время исключалось [5]. Бихевиорист Б. Скиннер рассматривал поведение в терминах «стимул», «реакция», «подкрепление» [4. С. 114]. Можно согласиться, что при таком представлении поведение теряет свою целенаправленность. Основы необихевиоризма, заложенные Э. Толменом в книге «Целевое поведение животных и человека» (1932), изменили отношение к цели. Он показал, что поведение – это целостный акт, характеризуемый направленностью на цель, пластичностью и селективностью [6].

В современной психологии благодаря учениям об интенциональных актах, апперцепции, детерминирующих тенденциях, антиципирующих схемах, идеомоторных актах, «персонах», уровне притязаний появился ценный материал, относящийся к проблеме целеобразования [4]. Школой К. Левина, например, накоплены сведения, касающиеся не только уровня притязаний, но целеобразования вообще [7]. Анализ целеобразования всё активнее входит в число основных областей исследования когнитивной

психологии, так как цель – особая форма психического отражения и познания действительности [8].

Полное единство взглядов, однако, не достигнуто здесь и до настоящего времени. В современной психологии цель понимают как осознанный образ будущих результатов [4, 9], как специализированные планы, в которых преследуется определенный исход [10], как представление о желаемом будущем состоянии [5], как главный критерий должного [11], как закодированное в мозгу отображение или модель потребного будущего [12] или как опережающее отражение [13] и т.д.

Заметим, что теория П.К. Анохина (1978) наиболее точно объясняет место и значение цели в человеческой деятельности. Ю.И. Александров и В.Н. Дружинин (1998) отметили, что заслуга П.К. Анохина состоит не в том, что он использовал понятие цели в анализе поведения (целенаправленность поведения была очевидна уже для Аристотеля), а в том, что, введя представление об акцепторе результатов действия, он устранил противоречие между каузальным и телеологическим описанием поведения [14].

Согласно Д.А. Леонтьеву цель выступает связующим звеном в структуре человеческой активности. Она соединяет как процессы самоопределения (выбор цели или отказ от неё, где цель выступает как зависимая переменная), так и процессы достижения («волевая» фаза, где цель выступает как переменная независимая) [11].

Особое значение имеет изучение механизмов целенаправленного поведения. В современной науке имеются различные подходы к их объяснению. Их можно разделить на три группы.

К первой группе следует отнести *кибернетические теории* [15, 16]. Вторая группа – *физиологические теории*, в которых накоплен богатый экспериментальный материал, позволяющий глубже осмыслить и понять нейрофизиологические основания цели и целенаправленного поведения. Здесь следует отметить работу «Рефлекс цели» И.П. Павлова, изданную еще в 1916 г. [17], теорию функциональных систем П.К. Анохина [13], физиологию активности Н.А. Бернштейна [12]. Третья группа – *психологические модели и теории*. Это ТОТЕ таких авторов, как Дж. Миллер, Е. Галантер, К. Прибрам [5, 18], STOTE [18], модель «Рубикона» Х. Хекхаузена и Ю. Куля [19] и др.

Наряду с раскрытием самого понятия «цель» в психологии рассматриваются виды целей. В отечественной психологии изучением видов целей занимался О.К. Тихомиров (2002). Он вводит различные основания для классификации целей и делит их на *идеальные* и *реальные*. Автор отмечает их иерархичность. Он замечает, что при изменении реальных целей идеальные могут оставаться относительно постоянными, и указывает на степень определенности, позволяющую классифицировать цели. Потребности также могут быть использованы как основание классификации (*гностические, коммуникативные* и другие цели). Цели можно выделять и по критерию осознанности. Так, возникает осознание отношения целей к объективной реальности (*возможные* и *невозможные* цели), осознание отношения

целей к потребностям (*приемлемые и неприемлемые цели*), осознание отношения к способностям (*легкие и трудные цели*). Автор выделяет *стандартные и нестандартные цели* [4].

Значительный вклад в изучение данной проблемы внёс Дитрих Дернер (2008). Он различает *положительные и отрицательные цели*. Положительные цели выражают стремление к желаемому состоянию (*цели стремления*), отрицательные – избегание чего-либо нежелательного (*цели избегания*). Автор вводит также разделение целей на *глобальные (общие) и специфические*. Глобальная цель определена малым числом критериев (иногда лишь одним). Специфическая цель задана по отношению ко многим критериям и может быть описана очень точно. Д. Дернер различает *имплицитные цели* (человек даже и не знает, что к ним стремится) и противоположные им – *цели эксплицитные*. Далее он дифференцирует цели на *простые или множественные, ясные и неясные* и даёт достаточно подробный их анализ [20].

Обзор работ можно продолжать. Однако следует заметить, что исследование целей не подтолкнуло, к сожалению, ученых к выяснению связи разнообразия целей с объемом волевой регуляции, необходимой для их достижения. Публикацией данной работы авторы хотели бы привлечь внимание научной общественности к данной проблеме. Это представляется важным ещё и потому, что соответствующая дискуссия могла бы приблизить нас и к иным, связанным с данной проблемой, лежащим на стыке психологии и управления. К ним относятся, в частности, вопросы устойчивости целедостижения и проблемы эффективного управления этим процессом.

2. Содержание цели и степень её достижения

Рассмотрение проблемы мы начнем с определения используемых понятий. Каждое действие человека основано на представлении об ожидаемом результате. В обиходном языке под этим понимается то, к чему следует стремиться и чего следует достичь. Целенаправленность мы представляем как сознательное стремление к цели. Это существенная черта практически всех человеческих начинаний.

Цели разнообразны. Целью может быть некоторое пространственное положение, отдалённое событие, желаемое для действующего лица состояние себя самого или иной системы и т.п. В общем случае *целью* мы называем *полученный путём мышления идеальный образ будущего результата, достижение которого обусловлено внутренней мотивацией мыслящего субъекта и для овеществления которого должны быть предприняты реальные действия* [21]. Для инспиратора цель важна и желанна. Она определяет направление и структуру его усилий.

Понятие цели содержит в себе различные аспекты. Вот некоторые из них.

Цель – идеальный образ результата, возникший благодаря желанию удовлетворения некоторой потребности, отображающий сущность, представленную в форме возможности.

Цель является опережающим отображением будущего с помощью своеобразного прогноза.

Цель реализуется в будущем, однако произойдёт это не само по себе (как, например, в природе), а благодаря деятельности человека.

Цель требует средств для своего достижения. Выбор средств – ещё одно качество, отличающее человеческую деятельность от природных явлений, для которых нет смысла даже и говорить о выборе. Одновременно это и некоторый принцип, определяющий характер действий, необходимых для достижения результата.

Цель – динамическое единство настоящего и будущего, включающее в одном лице своего Демиурга и Старателя. Это Его Величество Человек, благодаря мотивации которого цель была найдена и сформулирована.

Здесь возникает ещё один признак цели: цель не существует без действующего мотива достижения. Целеполагание же – это процесс формулирования целей и нахождения способов их достижения.

Определим категории содержания и степени достижения цели, которыми мы будем пользоваться в дальнейшем.

Как символическое отображение будущего результата деятельности цель имеет своё *содержание*, т.е. совокупность характеризующих этот результат признаков. Обозначим содержание цели литерой *C*. Если цель сформулирована правильно, т.е. адекватно потребностной ситуации, то её содержание в процессе достижения изменяться не должно. Например, если цель была сформулирована в момент τ_1 , а достигнута в момент τ_2 , то

$$C(\tau_1) = C(\tau_2). \quad (1)$$

Равенство здесь понимается как совпадение двух множеств. Это означает, что в достигнутом результате содержатся все признаки образа, полученного путём опережающего отображения, и только они. Именно это совпадение и свидетельствует о достижении цели. Оно желательно, однако не всегда достижимо. Чтобы ответить на вопрос, почему это имеет место, обратимся к процессу целедостижения.

Достижение цели – развивающийся во времени процесс. Суть процесса – превращение идеальных признаков целевого образа в реальные составляющие результата. Реальность означает не только материальность возникающих в этом процессе объектов (система уравнений, научная теория или музыкальное произведение не материальны, но могут быть целями). Реальность мы трактуем как пригодность для использования, ибо цель для чего-то создавалась и достигалась.

В наиболее общем случае реальность цели – это способность удовлетворения потребности, приводящей к целедостижению. Такую способность некоторые цели приобретают лишь тогда, когда реализовались все признаки их содержания (например, если целью выступает прибытие

субъекта в интересующий его пространственный пункт). Другие цели приобретают способность удовлетворения потребности по мере реализации отдельных элементов своего содержания (например, достижение материального благополучия). Так возникает ещё одна характеристика цели – степень её достижения, которую мы обозначим литерой d .

Степенью достижения цели мы называем совокупность целевых признаков, получивших в процессе деятельности своё реальное овеществление. Очевидно, что $d(\tau_1) = 0$. Поэтому начало траектории деятельности всегда лежит на прямой $d = 0$. Одновременно с этим $d(\tau_2) = C$.

Перемещение вдоль кривой V_1V_2 (траектории деятельности) на рис. 1 следует понимать как замещение признаков цели, созданных путём мышления, их реальными аналогами. Чем выше расположено значение d на координатной прямой Od , тем больше идеальных признаков содержания цели нашли своё овеществление (тем ближе достижение цели)¹. Именно овеществлению идеального образа и служит деятельность, отображаемая кривой V_1V_2 .

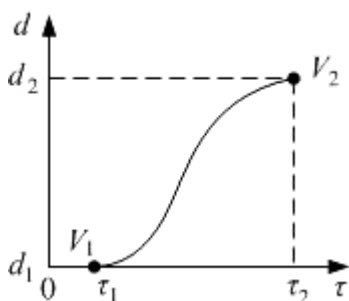


Рис. 1. Траектория достижения цели и её параметры:

τ – время; d – степень достижения цели; $d_1 = 0$ – исходное число овеществлённых признаков цели в момент принятия решения; d_2 – количество целевых признаков, реализованных в момент достижения цели; V_1 и V_2 – начальная и конечная точки траектории деятельности

Цель не существует без критериев её достижения. Для простых целей то и другое может сливаться воедино, для сложных – это самостоятельные элементы. Если, например, некто решил прокатиться на вертолётё, то здесь содержание совпадает с критерием достижения цели – это факт самого полёта. Но если тот же субъект постановил стать врачом высшей квалификации, то содержание цели составляют необходимые для этого знания, умения и навыки, а критерием может служить, например, общественное признание.

¹ Говоря о связи величин d и τ , можно заметить только то, что степень достижения цели со временем должна возрастать. Однако в каждом конкретном случае это происходит по-разному. Поэтому-то потраченное на достижение цели время критерием близости промежуточного результата и достигнутой цели служить не может.

С точки зрения способов достижения все цели можно разделить на три класса.

3. Регулярно воспроизводимые цели

К первому классу относятся *регулярно воспроизводимые цели*, достижение которых индивидом повторяется. Способ достижения регулярно воспроизводимой цели инспиратору известен. Система перемещается из положения V_1 в положение V_2 (рис. 2) вдоль одной и той же повторяющейся траектории V_1V_2 . Примерами достижения регулярно воспроизводимой цели могут служить повторяющиеся операции у станка, стандартно оказываемые услуги или медицинские операции, выполняемые врачом, освоившим технологию их проведения. Совпадение прогнозируемого и реального содержания (выполнение равенства (1)) для регулярно воспроизводимой цели служит одновременно и критерием её достижения.

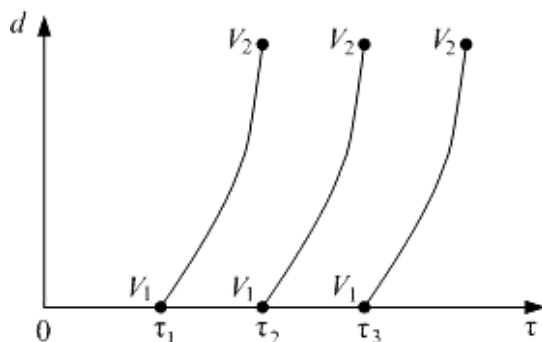


Рис. 2. Траектории достижения регулярно воспроизводимой цели

Роль волевой регуляции в достижении таких целей невелика. Сама цель уже известна, бинарное отношение «мотив–цель» давно сформулировано. А именно на пути мотивации и возникают основные препятствия, требующие волевого вмешательства [22]. Путь достижения функциональной цели индивиду хорошо знаком, а процесс достижения отлажен. Возможность появления неожиданностей, а значит, и проявления волевой регуляции, здесь сведена к минимуму. Всё знакомо и предопределено. Индивид работает в режиме потребностно-целевого комплекса без возникновения серьёзных препятствий.

4. Аналоговые цели

Ко второму классу относят *аналоговые цели*. Само название говорит о том, что ситуация, связанная с достижением такой цели, имеет некоторую аналогию. Эти цели существуют в трех вариантах.

К первому варианту относятся цели, некогда достигнутые другим человеком (рис. 3). Субъект прошел весь путь достижения цели, начав его в момент τ_1 . С момента достижения эта цель стала для него функциональной. Однако человек, заинтересованный в её достижении в настоящее время, никогда ещё эту цель не реализовывал. Он знает об успехе предыдущего субъекта и имеет представление о том, как соответствующий путь проделать. Назовём такое представление ментальной моделью достижения цели. Пользуясь ею, инспиратор начинает свою работу в момент τ_2 и проходит весь путь достижения самостоятельно.

Примером может служить возведение собственного дома, поступление индивида в вуз или даже ремонт квартиры, если он проводится впервые.

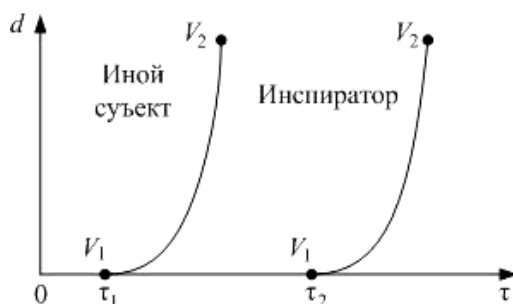


Рис. 3. Схематическое изображение процесса достижения аналоговой цели первого варианта

Очевидно, что после завершения работ равенство (1) может не выполняться. Результат в той или иной степени способен отклоняться от целевого образа. Причиной может служить замена недостающих ресурсов иными, отсутствие у инспиратора необходимых умений, а также появление иных препятствий. Содержание целевого образа и достигнутого результата совпадают тогда лишь частично ($C(\tau_1) \cong C(\tau_2)$). Какие-то признаки целевого образа в результате могут отсутствовать, а присутствовать признаки, отсутствовавшие в образе. Чтобы утверждать, что цель достигнута, необходима их взаимная компенсация.

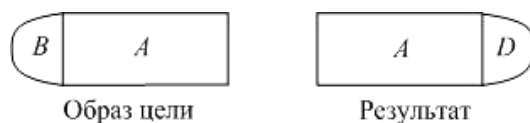


Рис. 4. Компенсация фигурирующих в целевом образе признаков B элементами D в достигнутом результате

Эта ситуация отображена на рис. 4. Первоначально цель была сформулирована как сумма признаков, символизируемых площадями фигур A и B , т.е.

$$C(\tau_1) = A \cup B. \quad (2)$$

Фактически достигнутый результат признаков B не содержит. Вместо них фигурируют признаки, отображенные площадью фигуры D , т.е.

$$C(\tau_2) = A \cup D. \quad (3)$$

Для признания цели достигнутой необходимо, чтобы множество признаков D в каком-то смысле компенсировало недостающие признаки B , т.е.

$$D \sim B, \quad (4)$$

где \sim – знак эквивалентности.

Рассмотрим пример. Если некто, например, желая достичь для себя и семьи материального благополучия за счёт создания производственной фирмы, добился этого благодаря спекуляции, то замена одного способа деятельности другим должна восприниматься им эквивалентной. Только тогда цель можно считать «приблизительно достигнутой».

Еще один пример. Представим молодого человека, согласно семейной традиции пожелавшего стать гражданским врачом. Для этого он выбрал специализацию хирурга. Однако обстоятельства сложились так, что ему пришлось обучаться в военно-медицинской академии, где перед выбором специализации он понял, что необходимыми для хирурга качествами не обладает. Вместо гражданского хирурга субъект стал специалистом по военно-полевой терапии. На вопрос о том, достиг ли он поставленной цели, однозначного ответа дать нельзя. Казалось бы – достиг. Он стал врачом, т.е. основа цели реализована (материализованы признаки A на рис. 4). Однако окончательный ответ на вопрос может дать только сам инспиратор. Если полевая терапия (признаки D) способна, по его мнению, заменить утраченную хирургию (признаки B), цель можно считать достигнутой, если нет – цель достигнута лишь частично.

Перечисленные особенности аналоговых целей повышают значение критериев их достижения. Простым «наложением» друг на друга признаков результата и образа цели в этом случае не обойтись. Здесь требуется формулировать целую систему критериев достижения цели.

При достижении аналоговых целей возрастает и роль волевой регуляции. Несмотря на то, что этап целеполагания здесь значительно облегчен (цель сформулирована индивидом заранее и, возможно, под внешним влиянием), этап достижения он проходит самостоятельно и впервые. Впервые же он встречает и разного рода препятствия, требующие волевого вмешательства. Для успешного их преодоления индивиду необходимо генерировать волевые усилия. Поскольку речь здесь идет об одинаковых целях и условиях их реализации, но о различных субъектах, то уровень волевой регуляции инспиратора напрямую зависит от степени оснащения его волевым ресурсом.

Волевым ресурсом мы называем количественную меру возможности преодоления препятствий на пути достижения цели. Трудно не заметить сходства приведённого определения с понятием энергии как способности

тела совершать работу. Как и энергия, волевой ресурс – величина скалярная. Энергия служит мерой движения и взаимодействия материи. Тому же в процессе преодоления препятствий служит и воля. Поэтому волевой ресурс следует считать внутренней энергией человека, расходуемой на совершение волевых усилий. Благодаря этому он становится измеримым.

Возвращаясь к аналоговым целям, подчеркнём, что если волевой ресурс инспиратора соответствует уровню волевого ресурса субъекта, уже достигшего аналогичной цели, то аналоговая цель реализуется с большой вероятностью.

Ко второму варианту аналоговых целей относят те, которые были уже достигнуты, однако произошло это в других условиях. Примерами могут служить повторное открытие производственной фирмы в ином регионе, организация серийного выпуска продукции некоторого устройства, опытный образец которого создан в той же самой фирме. Графическая иллюстрация процесса достижения аналоговой цели второй разновидности представлена на рис. 5. Кроме времени τ и степени достижения d , здесь введена третья координата S , характеризующая среду, в которой осуществляется достижение цели. Стартуя в момент τ_1 из состояния V_1 , индивид достигает цели (точка V_2), двигаясь в среде S_1 . Во втором случае, стартуя в момент τ_2 , он проходит путь от V_1 до V_2 в условиях, создаваемых средой S_2 .

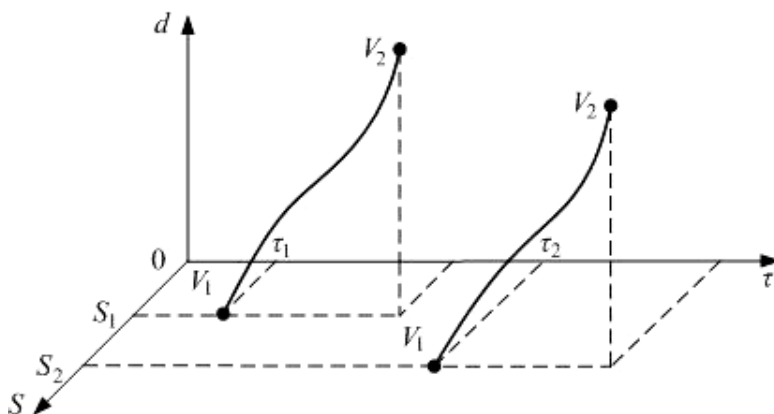


Рис. 5. Динамика достижения аналоговой цели второго варианта (S_1 – первоначальная среда, S_2 – изменённая среда)

Роль волевой регуляции в достижении аналоговой цели второго варианта существенно выше, чем в предыдущем случае. Несмотря на то, что этап целеполагания здесь также практически отсутствует, на пути достижения цели могут возникать возмущения, обусловленные новой средой. Ситуацию усугубляет ещё и тот факт, что для данного индивида целедостижение происходит впервые.

Широко известен и третий вариант аналоговых целей, который можно назвать комбинированным. Суть его состоит в том, что достигнутую в

определённых условиях иным субъектом цель инспиратор должен реализовать в условиях, уже изменившихся (рис. 6). Это весьма распространённые ситуации, сочетающие элементы первого и второго вариантов аналоговых целей. Наиболее часто они возникают в быстро изменяющихся внешних условиях. Изменения могут вызваться техническим прогрессом, природными катаклизмами, общественными катастрофами (эпидемии, войны, революции и т.п.).

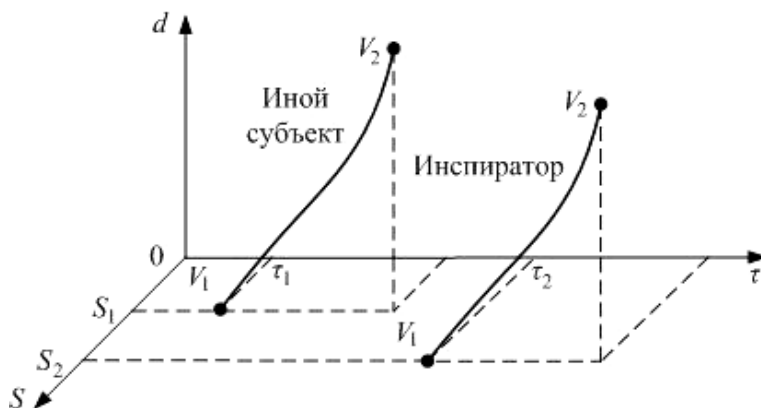


Рис. 6. Аналоговая цель, некогда реализованная иным субъектом, достижение которой инспиратор осуществляет в иных условиях

Рассмотрим пример. Юноша увидел приземлившийся на окраине села винтомоторный самолёт. Его восхитила машина, но ещё больше – вышедший из неё человек в меховой куртке и собачьих унтах. Паренёк захотел стать таким же покорителем пространства, способным видеть землю с высоты птичьего полёта. Однако пока он готовился к поступлению в лётное училище и заканчивал его, авиация изменилась. Одетый в высотный костюм и гермошлем молодой офицер сел за штурвал реактивного перехватчика и смотрит на землю с той высоты, на которой даже днём видны звёзды. Достиг ли он цели? Несомненно, достиг. Он стал пилотом. Но... жизнь внесла коррективы.

Комбинированный вариант аналоговых целей представляется наиболее сложным среди других целей этого вида. Здесь и субъекты, и условия оказываются разными. Инспиратор может быть в меньшей степени оснащен волевым ресурсом, чем субъект, уже достигший цели. Более того, новые условия реализации, как правило, сложнее предыдущих. На пути к цели они выдвигают и новые препятствия. Поэтому и цель здесь не всегда может быть достигнута. Однако если инспиратор в усложнённых условиях наращивает свой волевой ресурс до уровня преодоления возникающих препятствий, то и цель достигается, несмотря на ее объективную сложность.

5. Цели развития

Наиболее важными и сложными следует признать так называемые *цели развития*. За этим названием скрывается совершенно новая цель, никем ранее не достигнутая. К таким целям можно отнести поиск результата в исследовании научной проблемы, достижение высокого уровня жизни, реализацию полёта на Марс и т.п.

Динамика ситуации, связанной с достижением цели развития, представлена на рис. 7. В момент τ_0 субъект начинает испытывать влечение, значения которого он может и не понимать. Естественно, что степень достижения цели в начальный момент ещё равна нулю ($d(\tau_0) = 0$). Проходя все фазы мотивационного процесса, влечение превращается в намерение, хотение, а затем и желание. На этой стадии в момент τ_1 формируется образ цели $C(\tau_1)$ и возникает действующая пара «мотив–цель» (Глазунов, 2015). Поскольку целедостижение ещё не началось, выполняется равенство $d(\tau_1) = 0$. С этого момента процесс целеполагания переходит в целенаправленную деятельность, которая и заканчивается в момент τ_2 достижением цели. Отрезок времени $[\tau_0, \tau_2]$ между появлением влечения и достижением цели может быть значительным. Естественно, что за это время многое изменяется как во внешней среде, так и в самом человеке.

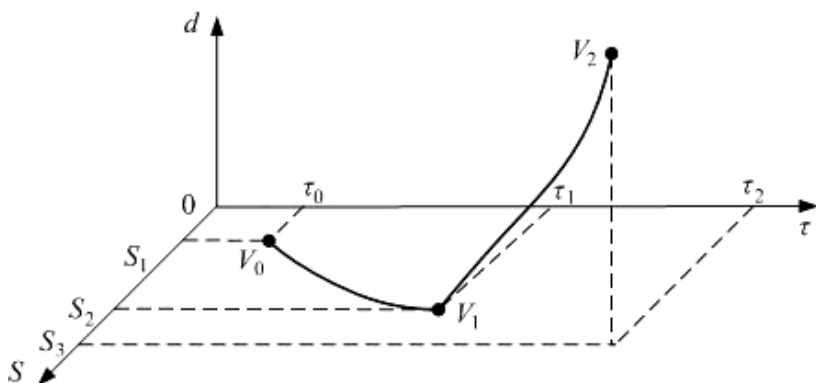


Рис. 7. Динамика достижения цели развития

Рассмотрим пример. Заинтересовавшись на уроках физики теорией гравитации, юноша решил заняться этой наукой профессионально. Для этого он должен пройти длительный путь обучения, приобретения навыков научной работы, а затем и профессионализма. Стать учёным физиком — это цель развития. Путь к цели не простой и достаточно длительный. В это время развиваются как наука, так и сам человек. И даже если индивид не сумеет разрешить проблемы гравитации, став физиком, он уже достигнет цели.

Естественно, что мотивация индивида проходила здесь практически произвольно и значительного волевого вмешательства не потребовала.

Известно, что при формулировании целей развития нередко наблюдается состояние увлеченности, названное М. Чиксентмихайи (2011) потоковым [23]. Это позитивное состояние, придающее инспиратору энергию. Однако путь реальной деятельности может оказаться нелегким, Дорога обучения и вхождения в специальность в нашем примере сплошь усыпана большими и малыми препятствиями. Именно здесь в полной мере и разворачивается волевая регуляция. Поэтому при достижении цели развития можно наблюдать значительный рост волевого ресурса инспиратора с одновременным развитием и его личности.

Одной из разновидностей целей развития выступают так называемые высокие цели. *Высокая цель* порождается целесодержащей мечтой и определяет активность индивида на многие годы вперед. Мечты не ограничены реальными обстоятельствами, поэтому в них отражаются наиболее сокровенные и смелые человеческие желания. Основанные на мечтах цели значительны и особо привлекательны. Это может быть спортивный рекорд, научное открытие, создание шедевра искусства, принципиально новое техническое решение, исключительное хозяйственное достижение и т.п.

Не каждая мечта содержит цель. Рассмотрим обстоятельства, при которых мечтание становится первой стадией активности, завершением которой может быть достижение высокой цели. В этом случае полный путь от зарождения мечты до появления вызванной ею цели складывается из двух этапов (рис. 8).

Примем, что мечта зародилась в момент $\tau = 0$. Отрезок времени, обозначенный римской цифрой I, мы называем латентным (лат. *latentis* – скрытый) этапом существования высокой цели. На этом этапе цель ещё не оформилась. Не обеспеченная необходимыми ресурсами мечта существует в своей чистой форме. Она закреплена в сознании мечтающего субъекта, поддерживается некой потребностью, однако мотив её достижения ещё отсутствует. Неимение мотива объясняется в первую очередь отсутствием ресурсов, необходимых для достижения предмета мечтаний.

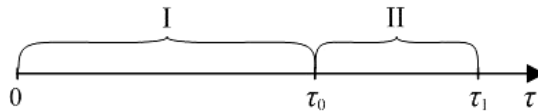


Рис. 8. Этапы постановки и достижения высокой цели:

- I – латентный период существования высокой цели в форме мечты;
- II – явный период существования высокой цели; $\tau = 0$ – момент появления мечты;
- τ_0 – момент завершения латентного периода; τ_1 – момент достижения высокой цели

Однако ситуация не стоит на месте. Изменяются внешние обстоятельства: появляются новые научные открытия, прогрессивные технические решения, иные общественные обстоятельства. Меняется и сам индивид. Он приобретает необходимую квалификацию, у него появляются иные материальные возможности и взгляды на решение проблемы. Одна-

жды субъект убеждается (момент t_0), что необходимыми для овеществления мечты ресурсами он уже обладает (или знает, как их получить). Породившая мечту потребность в течение латентного периода развивалась, чтобы превратиться к моменту t_0 в актуальный мотив. Согласно теории целеполагания (Глазунов, 2012) возникает эмоция, сопровождающая выделение энергии, необходимой для построения бинарного отношения «мотив–цель». Благодаря этому формируется пара элементов, управляющая процессом целенаправленной деятельности и одновременно его стимулирующая. Мотив, формировавшийся в рамках мечты, активизируется и становится движущей силой реальной деятельности. Развитие ситуации переходит в новый этап, обозначенный на рис. 8 цифрой II. Это этап целенаправленной деятельности.

Интересно то, что здесь для индивида целеполагание проходит «плавно» и малозаметно. Стимул неожиданно не возникает. Он давно известен. Целью становится предмет мечтаний. С течением времени он делался для индивида всё ярче и привлекательней, постепенно приближаясь к тому, что мы называем целью. В процессе мечтания мотив формировался в большей степени произвольно, чем произвольно и осознанно. Это свойство отличает высокие цели от остальных целей развития.

И, как это ни удивительно, роль волевой регуляции на этапе мотивации высокой цели близка к нулю. Этого нельзя сказать об этапе деятельности. Цель реализуется впервые, и её достижение сопряжено со всеми трудностями, требующими волевого вмешательства.

Трудности обычно подразделяются на внешние и внутренние². Однако подобное деление нуждается в уточнении. Дело в том, что, отражаясь в ментальной сфере человека, физическая ситуация отображается здесь в препятствия внутриспсихического характера, не похожие на физические прообразы. Это могут быть ситуативные эмоции, неконструктивные психические состояния или действие привычек. Сталкиваясь с препятствием на пути достижения цели, инспиратор всегда преодолевает что-то внутри себя. Например, затративший много времени на исследование проблемы ученый убеждается, что найденный им способ решения оказался неверным. Преодолевая фрустрацию (внутреннее затруднение), он настойчиво движется к цели, многократно повторяя попытки получения правильного результата. Так высокая цель служит одновременно условием повышения волевого ресурса и формирования личности инспиратора.

Заключение

Все типы целей связаны между собой. Цель развития, однажды кем-то достигнутая, становится аналоговой целью для других людей. Для того,

² П.Л. Горфункель, проводя анализ проблемы воли на примерах жизненных ситуаций, пришел к выводу, что оснований подразделять трудности на внешние и внутренние не существует. Все они внутренние, поскольку нечто преодолевается, и вместе с тем все они внешние, так как вызваны внешними обстоятельствами [24].

кто её достиг, она превращается в регулярно воспроизводимую при постоянных внешних условиях или аналоговую цель, если внешние условия изменились. Вместе с этим меняются число и характер препятствий на пути к цели, а следовательно, и роль волевой регуляции. Ее значение возрастает в случае реализации цели развития, изменяется при достижении различных видов аналоговых целей и практически отсутствует в осуществлении целей, воспроизводимых регулярно.

Человек не только выдвигает цели, но и осуществляет работу по их достижению, встречая на этом пути всевозможные препятствия. Преодолению препятствий служит волевая регуляция деятельности. Волевая регуляция – это работа, требующая от индивида затрат внутренней энергии и психического напряжения. Различные люди обладают различным количеством волевого ресурса, а значит, и разной способностью выполнения этой работы. Один препятствие преодолевает легко и свободно, другой осиливает с трудом, третий вообще не способен его преодолеть.

Классификация целей по способу их достижения дала возможность связать характер цели с количеством волевого ресурса, необходимого для её достижения. В процессе принятия решения это позволяет не только подбирать адекватных задаче исполнителей, но и выстраивать структуру мероприятий по достижению цели наиболее целесообразным способом.

Введённое выше понятие степени достижения цели в данной работе использовалось в основном в иллюстративных целях. Теоретическое множество его определение допускает, однако, дальнейшую формализацию. Это открывает возможность его применения как в процессах принятия решений, направленных на достижение целей развития, так и при разработке методов автоматизации этих процессов.

Литература

1. Лурье С.Я. Демокрит: тексты, перевод, исследования. Л. : Наука, 1970. 664 с.
2. Аристотель. Этика. М. : АСТ, 2004. 494 с.
3. Гегель Г.В.Ф. Энциклопедия философских наук. М. : Мысль, 1974. Т. 1 : Наука логики. 452 с.
4. Тихомиров О.К. Психология мышления. М. : Академия, 2002. 288 с.
5. Субботин В.Е. Контроль и планирование поведения // Современная психология / под ред. В.Н. Дружинина. М., 1999. С. 373–396.
6. Ждан А.Н. История психологии. От Античности до наших дней : учебник для вузов. 5-е изд., перераб. и доп. М. : Академический проект, 2004. 576 с.
7. Сидоров К.Р. Концепт «уровень притязаний» в истории зарубежной психологии // Вестник Удмуртского университета. Сер. Философия, психология, педагогика. 2008. Вып. 2. С. 56–63.
8. Тихомиров О.К. Исследование целеобразования // Вестник МГУ. Сер. 14, Психология. 1980. № 1. С. 17–26.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М. : Смысл, Академия, 2004. 352 с.
10. Солсо Р. Когнитивная психология. СПб. : Питер, 2002. 592 с.
11. Леонтьев Д.А. Цель в структуре регуляции деятельности // Современная психология мышления: смысл в познании : тезисы докладов научной конференции, посвященной 75-летию со дня рождения О.К. Тихомирова. М. : Смысл, 2008. С. 66–68.

12. Бернштейн Н.А. Физиология движений и активность. М. : Наука, 1990. 496 с.
13. Анохин П.К. Философские аспекты теории функциональной системы. М. : Наука, 1978. 400 с.
14. Александров А.И., Дружинин В.Н. Теория функциональных систем в психологии // Психологический журнал. 1998. Т. 19, № 6. С. 4–19.
15. Виноград Р. Человек управляющий. СПб. : Питер, 2001. 288 с.
16. Виноград Р. Кибернетика и общество. М. : Тайдекс Ко, 2002. 184 с.
17. Павлов И.П. Рефлекс свободы. СПб. : Питер, 2001. 432 с.
18. Нюттен Ж. Мотивация, действие и перспектива будущего / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2004. 608 с.
19. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. СПб. : Питер ; М. : Смысл., 2003. 860 с.
20. Дернер Д. Логика неудачи. М. : Смысл, 1997. 243 с.
21. Глазунов Ю.Т. Программирование регионального развития. Апатиты : Кольский научный центр, 2008. 264 с.
22. Глазунов Ю.Т. Поступок как «единица» волеизъявления // Концепт. 2016. № 5 (май). URL: <http://e-koncept.ru/2016/16088.htm>.
23. Чиксентмихайи М. Поток: Психология оптимального переживания. М. : Смысл: Альпина нон-фикшн, 2011. 467 с.
24. Горфункель П.Л. Об одной разновидности волевых (и безвольных) действий // Ученые записки. Ижевск, 1971. Вып. 24 : Педагогика и психология. С. 17–49.

Поступила в редакцию 13.04.2017 г.; повторно 02.05.2017 г.; принята 15.05.2017 г.

Сведения об авторах:

ГЛАЗУНОВ Юрий Трофович, доктор технических наук, профессор кафедры теоретической физики и квантовой информатики факультета технической физики и прикладной математики Гданьского политехнического университета (Гданьск, Польша). E-mail: glazunovyury@gmail.com

СИДОРОВ Константин Рудольфович, кандидат психологических наук, доцент Удмуртского государственного университета (Ижевск, Россия). E-mail: konstantsid@yandex.ru

GOAL-SETTING, GOAL ACHIEVEMENT AND VOLITIONAL REGULATION

Siberian journal of psychology, 2017, 64, 6–23. DOI: 10.17223/17267080/64/1

Glazunov Yuriy T., Gdansk Technical University (Gdansk, Poland). E-mail: glazunovyury@gmail.com

Sidorov Konstantin R., Udmurt State University (Izhevsk, Russian Federation). E-mail: konstantsid@yandex.ru

Key words: goal-setting; goal achievement; volitional regulation; volitional resources; goal content; degree of goal achievement; classes of goals.

The concept of volitional regulation is closely linked with goal-setting and goal achievement. The nature and the scope of volitional regulation towards a goal is largely determined by the essence of the goal itself. The paper examines the nature and evolution of the category “goal”. The concepts of goal characteristics, content of goals, degree of goal achievement and the volitional resource are introduced. From the point of view of goals achieving methods and required volitional regulation, all goals are divided into three classes.

The first class consists of regularly reproducible goals, the achievement of which is repeated by an individual. It is shown that the role of volitional regulation in the fulfillment of such goals is insignificant.

The second class consists of three types of analog goals. The first type includes goals that were once achieved by another person. The subject interested in achieving this goal has no experience in accomplishing it. The result obtained by the subject may deviate from the target image. In this case, the fact of achieving the goal is determined by compensating the initial

target signs with equivalent ones. The second type of analog goals includes those achieved by the acting subject, but under other conditions. The third type combines features of the first and second types. The goal achieved under certain circumstances by another person has to be accomplished by the acting subject under the changed conditions. Most often, these goals appear in a situation of rapidly changing environment. These situations can be caused by technical progress, natural disasters, social disasters (epidemics, wars, revolutions, etc.). In transition from one type of analog goals to another the amount of volitional contribution required to fulfill those increases.

The third class comprises development goals. These include entirely new goals, which have not been achieved by anyone before. The path to the achievement of development goals is strewn throughout with large and small obstacles. It is the point when the volitional regulation of activity occurs to the full extent. Therefore, the process of achieving a development goal involves a significant increase in the volitional resource of a person along with simultaneous personal growth.

The notion of a high goal is also introduced in the paper. Such goals are generated by a goal-containing dream and determine the future activity of an individual. Dreams are not limited by circumstances. Therefore, they reflect the most intimate and courageous human desires.

Goals based on dreams are substantial and particularly attractive. The role of volitional regulation at the stage of motivation of high goals is insignificant. The same cannot be said of at the stage of activities. The goal is accomplished for the first time, and its achievement involves all difficulties that require volitional interventions.

Classification of goals according to their nature and the methods of their fulfillment allow to link the nature of a goal to the amount of volitional resource that is required to achieve it. In a decision-making process this allows to choose the right people to perform tasks and to rationally build a structure of actions for achieving goals.

References

1. Lurie, S.Ya. (1970) *Demokrit: teksty, perevod, issledovaniya* [Democritus: Texts, translation, research]. Leningrad: Nauka.
2. Aristotle. (2004) *Etika* [Ethics]. Moscow: AST.
3. Hegel, G.V.F. (1974) *Entsiklopediya filosofskikh nauk* [Encyclopedia of Philosophical Sciences]. Translated from German. Vol. 1. Moscow: Mysl'.
4. Tikhomirov, O.K. (2002) *Psikhologiya myshleniya* [Psychology of Thinking]. Moscow: Akademiya.
5. Subbotin, V.E. (1999) Kontrol' i planirovanie povedeniya [Control and planning of behavior]. In: Druzhinin, V.N. (ed.) *Sovremennaya psikhologiya* [Modern psychology]. Moscow: Infra-M. pp. 373–396.
6. Zhdan, A.N. (2004) *Istoriya psikhologii. Ot Antichnosti do nashikh dney* [History of psychology. From Antiquity to the Present]. 5th ed. Moscow: Akademicheskii Proekt.
7. Sidorov, K.R. (2008) Kontsept "uroven' prityazaniy" v istorii zarubezhnoy psikhologii [The concept of "level of claims" in the history of foreign psychology]. *Vestnik Udmurtskogo universiteta. Seriya: Filosofiya, psikhologiya, pedagogika – Bulletin of Udmurt University. Philosophy. Psychology. Pedagogy*. 2. pp. 56–63.
8. Tikhomirov, O.K. (1980) Issledovanie tseleobrazovaniya [Research of goal-formation]. *Vestnik MGU. Seriya 14. Psikhologiya – Moscow University Herald. Series 14. Psychology*. 1. S. 17–26.
9. Leontyev, A.N. (2004) *Deyatel'nost'. Soznanie. Lichnost'* [Activity. Consciousness. Personality]. Moscow: Smysl, Akademiya.
10. Solso, R. (2002) *Kognitivnaya psikhologiya* [Cognitive psychology]. Translated from English by S. Komarov. St. Petersburg: Piter.

11. Leontyev, D.A. (2008) [Goal in the structure of activity regulation]. *Sovremennaya psikhologiya myshleniya: smysl v poznanii* [Modern psychology of thinking: Meaning in cognition]. Proc. of the Conference. Moscow: Smysl. pp. 66–68. (In Russian).
12. Bernstein, N.A. (1990) *Fiziologiya dvizheniy i aktivnost'* [Physiology of movements and activity]. Moscow: Nauka.
13. Anokhin, P.K. (1978) *Filosofskie aspekty teorii funktsional'noy sistemy* [Philosophical aspects of the functional system theory]. Moscow: Nauka.
14. Aleksandrov, A.I. & Druzhinin, V.N. (1998) *Teoriya funktsional'nykh sistem v psikhologii* [Functional system theory in psychology]. *Psikhologicheskiy zhurnal*. 19(6). pp. 4–19.
15. Wiener, N. (2001) *Chelovek upravlyayushchiy* [The Managing Man]. Translated from English by E. Panfilov. St. Petersburg: Piter.
16. Wiener, N. (2002) *Kibernetika i obshchestvo* [Cybernetics and Society]. Translated from English by E. Panfilov. Moscow: Taydeks Ko.
17. Pavlov, I.P. (2001) *Refleks svobody* [Reflex of freedom]. St. Petersburg: Piter.
18. Nutten, J. (2004) *Motivatsiya, deystvie i perspektiva budushchego* [Motivation, Action and Prospect of the Future]. Translated from French by E. Pyataeva, N. Tolstykh, V. Shevyakhova. Moscow: Smysl.
19. Hekhausen, H. (2003) *Motivatsiya i deyatelnost'* [Motivation and Activity]. Translated from German by S. Dmitriev. St. Petersburg: Piter; Moscow: Smysl.
20. Derner, D. (1997) *Logika neudachi* [The Logic of Failure]. Translated from English. Moscow: Smysl.
21. Glazunov, Yu.T. (2008) *Programmirovaniye regional'nogo razvitiya* [Regional Development Programming]. Apatity: Kol'skiy nauchnyy tsentr.
22. Glazunov, Yu.T. (2016) Postupok kak “edinita” voleiz'yavleniya [Act as a “unit” of will expression]. *Kontsept*. 5. [Online] Available from: <http://e-koncept.ru/2016/16088.htm>.
23. Chiksentmikhayi, M. (2011) *Potok: Psikhologiya optimal'nogo perezhivaniya* [Flow: The Psychology of Optimal Experience]. Translated from English by E. Perova. Moscow: Smysl: Al'pina non-fikshn.
24. Gorfunkel, P.L. (1971) Ob odnoy raznovidnosti volevykh (i bezvol'nykh) deystviy [On one kind of volitional (and weak-willed) actions]. *Uchenye zapiski*. 24. pp. 17–49.

Received 13.04.2017;

Revised 02.05.2017;

Accepted 15.05.2017