



Научно-исследовательский журнал «International Journal of Medicine and Psychology / Международный журнал медицины и психологии»

<https://ijmp.ru>

2025, Том 8, № 3 / 2025, Vol. 8, Iss. 3 <https://ijmp.ru/archives/category/publications>

Научная статья / Original article

Шифр научной специальности: 5.3.3. Психология труда, инженерная психология, когнитивная эргономика (психологические науки)

УДК 378.145.3

<sup>1</sup> *Цуканов И.А.,*

<sup>1</sup> *Военная ордена Жукова академия войск национальной гвардии Российской Федерации*

## **Сознательная деятельность психологической готовности субъекта**

**Аннотация:** автор проводит анализ происхождения и проживания сознательной деятельности в процессе формирования психологической готовности человека к решению задач. При этом запускается процесс активного состояния сознания. Сознание становится целевой формой инструментального приближения материальной действительности к образу субъективной «картины мира», орудием индивидуальной и коллективной адаптации действительного характера субъект. Идея будет зависеть не только от здравого смысла, но и качества мышления, силы сознания. «Опережающий характер» обеспечивает эффект сохранения энергии через поисково-ориентировочный рефлекс. Разум – объединяет в себе варианты отражения окружающей среды в сложной «картине мира» через разумность, рассудочность и рациональность. Осознанность ценности цели определяет мотивация, и проблема целеполагания превращается в конфликт мотивов. Решить что-либо, значит выбрать между чем-либо противоположным. Решимость в деятельностном мире формирует у субъекта психологическую готовность преодолевать возникшие трудности. За процесс закрепления информации у субъекта деятельности и превращение её в состояние готовности отвечает концепция П.Я. Гальперина. Человек создаёт деятельность, отражённую в социально-значимом коллективном труде.

**Ключевые слова:** психика, сознание, деятельность, разумность, психологическая готовность, принятие решений, картина мира, отражение, психологическая готовность, решимость, формирование ориентировочной основы деятельности, труд

**Для цитирования:** Цуканов И.А. Сознательная деятельность психологической готовности субъекта // International Journal of Medicine and Psychology. 2025. Том 8. № 3. С. 201 – 205.

Поступила в редакцию: 19 января 2025 г.; Одобрена после рецензирования: 23 марта 2025 г.; Принята к публикации: 28 апреля 2025 г.

<sup>1</sup> *Tsukanov I.A.,*

<sup>1</sup> *Military Order of Zhukov Academy of National Guard Troops Russian Federation*

## **Conscious activity of the psychological readiness of the subject**

**Abstract:** the author analyzes the origin and residence of conscious activity in the process of forming a person's psychological readiness to solve problems. This triggers the process of an active state of consciousness. Consciousness becomes a target form of instrumental approximation of material reality to the image of a subjective "picture of the world", an instrument of individual and collective adaptation of the effective nature of the subject. The idea will depend not only on common sense, but also on the quality of thinking and the power of consciousness. The "proactive nature" provides the effect of energy conservation through the search-orientation reflex. Reason – combines the options for reflecting the environment in a complex "picture of the world" through reasonableness, reasonableness and rationality. Awareness of the value of a goal is determined by motivation, and the problem of goal setting turns into a conflict of motives. To decide something is to choose between something opposite. Determination in the activity world forms the psychological readiness of the subject to overcome the difficulties that have arisen. P.Ya. Galperin's concept is responsible for the process of consolidating information in the subject of activity and turning it into a state of readiness. A person creates an activity reflected in socially significant collective work.

**Keywords:** psyche, consciousness, activity, reasonableness, psychological readiness, decision-making, worldview, reflection, psychological readiness, determination, formation of an indicative basis of activity, labo

**For citation:** Tsukanov I.A. Conscious activity of the psychological readiness of the subject. International Journal of Medicine and Psychology. 2025. 8 (3). P. 201 – 205.

The article was submitted: January 19, 2025; Approved after reviewing: March 23, 2025; Accepted for publication: April 28, 2025

## Введение

*Психика* человека проявляется в деятельности как процесс и как результат в виде реального или ментального продукта, созданного человеком (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн) [6]. В результате рационального подхода к идее и рассудочными действиям у субъекта запускается процесс активного состояния сознания. При этом оказываются задействованы как собственно познавательные психические процессы (ощущение, восприятия, мышление) так и универсальные (память, внимание, воображение) [4].

*Деятельность* – целевая и предметная база сознания, наполняющая его элементами субъективного опыта через психологическую оценку собственно результата (достижения или не достижения цели). Этим определяется смысл осознанного поведения и мотивация человека.

*Сознание* таким образом становится не просто высшей формой обобщённого отражения закономерностей действительности, но и целевой формой инструментального приближения материальной действительности к образу субъективной «картины мира». Оно становится орудием индивидуальной и коллективной адаптации действительного характера. Осознанная деятельность выступает главным двигателем, превращающим объект воспитания в субъектную личность (второе рождение личности) [3]. И преобразованная личность начинает субъективно владеть идеальной «картиной мира» и являться носителем, как бы сказал Дж. Локк, своего собственного сознания как уравнения здравого смысла с эмпирическим опытом человека.

## Материалы и методы исследований

Однако идеальный образ, идея или проект будут зависеть не только от опыта, здравого смысла, качества мышления или силы сознания. Для этого необходимо средство, дающее возможность превратить идею в реальность, опредметить её [2]. За всем многообразием элементов, составляющих «картину мира», находится единство вещества, энергии и информации, адекватность отношений с которыми и позволяет адаптироваться «Я-организму» к «не-Я-Среде» (всему тому, что осмысленно принимается как «не-Я» и опытно

воспринимается как «оказывающее» на «Я-организм» давление).

На каждой ступени эволюции психики и сознания живой организм проходит стадии усложнения «от раздражимости к чувствительности», приспособляя себя под окружающее его пространство и то вещественное «не-Я», которое в этом пространстве есть (то что отражается = существует, а то, что существует может быть съедобным или несъедобным, опасным или безопасным).

Далее, на стадии развития «от чувствительности к сложному поведению», организм приспособливает себя к работе с энергией (то что движется = отражается, значит = существует, т.о. по отношению к нему можно применить врождённые стратегии: бей, беги, замри). На этой стадии развития отражение начинает приобретать «опережающий характер» – т.е. возможность прогнозировать поведение объектов вокруг наблюдателя. Этим новообразованием обеспечивается эффект сохранения энергии через поисково-ориентировочный рефлекс [12].

Значит простая рациональность в поведении перерастает в более сложную рассудочную деятельность «от целенаправленности к волевому управлению внутренними процессами». Сознание предстаёт здесь как особая надстройка над психикой, которая включает в себя элементы адаптации т.е. информационный блок оценки количества (вещества) и качества (энергии) в виде самосознания («Я» ↔ «не-Я»). И, затем подключается саморегуляции субъекта т.е. оценка результата от целеполагания: страх, интерес, любовь.

## Результаты и обсуждения

Информация о том, как движется то, что отражается формирует следующий шаг развития «от рассудочной деятельности к разуму» [7]. *Разум* – сложное новообразование в структуре сознания, объединяющее в себе не только возможности проактивной адаптации или инструменты логического мышления, но и варианты отражения окружающей среды в сложной «картине мира» через разумность, рассудочность и рациональность.

*Рациональность* отвечает за взаимодействие с веществом. Поэтому рациональное поведение человека определяется в категориях силы и длительности процессов высшей нервной деятельности.

Рациональная деятельность оперирует с такими понятиями как ресурсы времени, пространства и цели, на которую направлено действие.

*Рассудочность* связана с проблемой сохранения и расхода энергии. Рассудочное поведение субъекта определяется категориями равновесия («гомеостаз – гетеростаз») и изменения («адаптация – дезадаптация»). Рассудочная деятельность отвечает за оценку убывающего ресурса к возможности достижения цели.

*Разумность* оперирует фактами воспринятой информации. Разумное поведение всегда основано на целеполагании и оценке опыта. Разумная деятельность характеризуется подвижностью (адаптация к новым условиям, переход от одной задачи к другой), сменяемостью (перенос навыка из одной сферы деятельности в другую) и комбинированием приспособительных решений (конвергентность ↔ дивергентность) [11].

Последние две пары не оставляют иных вариантов кроме специфической *осознанности* – достижения цели, движения в пространстве, операций со сложными объектами и динамикой внешних и внутренних изменений. В этом смысле, цель сама по себе имеет высокую ценность, но ценность цели определяет мотивация, и проблема целеполагания превращается в борьбу, конфликт мотивов [8].

*Конфликт мотивов* заканчивается генерализацией наиболее важного, которое при переносе мотива на цель игнорирует неудобные данные и снижает уровень разумности действий на рассудочный («бери то, до чего дотянулся») или даже на рациональный («и так сойдёт!»). Поэтому, говоря о деятельности необходимо понимать – любая разумная деятельность невозможна без дисциплины.

*Дисциплина* – главная практика жизни, позволяющая человеку войти в режим деятельности, ограничивать вредные привычки и сокращать «пу-

стое» время. Однако, за управление желаниями и привычками отвечает *самодисциплина* – главный волевой навык самоограничения субъекта при осуществлении выбора. Самодисциплина является показателем человека субъектного, волевого и деятельного.

Совершить *выбор*, значит принять личностное решение, не смотря порой на сопутствующие сложности и возможные негативные последствия для самой личности. Принятое решения человеком означает разрешение конфликта мотивов в деятельностном сознании. Перманентная решимость в деятельностном мире неизбежно формирует у субъекта *психологическую готовность* преодолевать возникшие трудности на его жизненном (творческом или профессиональном) пути, а в дальнейшем и нести персональную ответственность за совершенные деяния [9].

Другими словами, решить, значит выбрать, а именно:

- уметь быть психологически готовым к резким изменениям обстановки («не-Я-Среда»);
- владеть средствами для необходимого преобразования действительности (вещество и энергия);
- сохранять и воспроизводить успешное действие (в личном и социальном плане), т.е. осуществлять процесс деятельности – иметь возможность контроля своих психических состояний;
- управлять своим собственным поведением, через непроизвольные (эмоция) и произвольные (воля) механизмы регуляции.

Непосредственно за процесс закрепления информации у субъекта деятельности и превращение её в состояние готовности отвечает теория планомерного и поэтапного формирования умственных действий П.Я. Гальперина. Концепция отечественного ученого состоит из нескольких этапов и выстраивается по следующей схеме: ориентировка-исполнение-контроль (рис. 1) [10].



Рис. 1. Теория поэтапного планомерного формирования умственных действий П.Я. Гальперина.

Fig. 1. The theory of the stage-by-stage planned formation of mental actions by P.Ya. Galperin.

Соответственно выбор субъекта – это свобода воли, выраженная в дисциплине, самоограничении (путь к свободе действия) и психологической готовности принимать решения. Субъект волен воспроизводить усвоенное и настраивать (контролировать) внутренние (аффективные) импульсы субъекта через интериоризацию психологических (культурных) средств.

Исходя из вышесказанного, деятельность будет выступать в роли *труда* (совершаемый над веществом, через энергию его изменения согласно информации о результате). Но стоит указать, что трудовая деятельность, это не только работа с элементами «не-Я-Среда», это работа каждого над собой и влияние друг на друга. Поэтому всякий труд – это сложное создание чего-то и не менее сложный обмен необходимым, но отсутствующим продуктом [5].

Созидательные процессы формируются как особое движение продуктов мышления к ощущению «правильности» или «ошибочности» полученного результата (т.е., если создать правильный готовый продукт, значит и получить удовлетворение от результата своей деятельности).

В то же время *процессы обмена* – это особое движение от ощущения к мышлению через апперцепцию (т.е. оценку важности предложенного продукта «значимому другому», чтобы от него получить важный продукт для себя, приобретя удовлетворение от результата чужой деятельности).

Однако, деятельность сама по себе нейтральна, её форма и содержание определяются теми мотивами и смыслами, которые составляются человеком в его сенсорно-перцептивной организации. В тоже время психология, есть результат воздей-

ствия множества факторов природного, социального и культурного характера – всего того, что составляет Личность человека в её индивидуальном и деятельностном проявлениях [1].

### Выводы

Таким образом, в результате этого взаимодействия, труд не просто создаёт личность у человека, но Личность сама по себе, будучи сложнее психики, сознания или деятельности, включает в себя не только сферы психического или сознательного, но и совокупность социально-значимых качеств, отражённых в реакциях других людей («значимых других»).

Общность людей, объединённых в совместной деятельности, имеющая единую цель (образ конечного результат), а соответственно и сопряженность мотивов (стремлений), заинтересованы в своей профессиональной подготовке к выполняемому делу (труду). Тогда психологическая подготовка проявит себя как процесс, а психологическая готовность как результат данного процесса. Системообразующим критериями психологической готовности субъекта выступают решимость, устойчивость и регуляция к профессиональной деятельности.

Человек создаёт деятельность, отражённую в социально-значимом коллективном труде. Это позволяет каждому человеку, включённому в процесс общественного труда, сформироваться как индивидуальность, а также проявлять себя как личность и особый субъект деятельности, который в свою очередь психологически готов к принятию сложного решения в сложившейся, порой экстремальной ситуации, а соответственно и осознаёт (принимает) все персональную ответственность за совершенный им выбор.

### Список источников

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1969.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека М.: Эксмо, 2005. 1136 с., ил. «Библиотека всемирной психологии».
3. Леонтьев А.Н. Лекции по общей психологии: Лекция 12. М.: Смысл; КДУ 2005. С. 95 – 117.
4. Общая психология. Тексты: в 3 т. Т. 2: Субъект деятельности. Книга 2. / отв. ред. В.В. Петухов. М.: Психология; Московский психолого-социальный институт, 2004. С. 12, 180.
5. Климов Е.А. и др. Психология труда, инженерная психология и эргономика. В 2 частях. Ч 1: учебник для вузов / под ред. Е.А. Климова, О.Г. Носковой, Г.Н. Солнцевой. Москва: Издательство Юрайт, 2022. 361 с.
6. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии. СПб.: Питер, 2004.
7. Турчин А.С., Шабанов Л.В. Философско-психологические и педагогические основания гносеологии и семантики образовательной деятельности военного вуза. Санкт-Петербург: Научное учреждение «Центр стратегических исследований», 2023. 136 с.
8. Фрейд А. Психология творчества. Леонардо да Винчи, Микеланджело, Достоевский. М.: ТД «Алгоритм», 2016.

9. Цуканов И.А. Аналитический подход: ритуалы инициации психологической готовности военнослужащих к профессиональной деятельности // Вестник Санкт-Петербургского военного института войск национальной гвардии. 2023. № 3 (24). С. 21 – 28.

10. Цуканов И.А., Шабанов Л.В. Ориентировочная основа действий как условие применения программно-аппаратных комплексов в психологической подготовке военнослужащих Росгвардии // Научное мнение. 2023. № 1-2. С. 36 – 42.

11. Шабанов Л.В. Проблема связности психики, сознания и реальности // Методология современной психологии. 2024. № 21. С. 478 – 481.

12. Шабанов Л.В. Общая психология. Санкт-Петербург: Издательско-полиграфическая ассоциация высших учебных заведений, 2023. 324 с.

### References

1. Ananyev B.G. Man as an object of knowledge. Leningrad, 1969.
2. Vygotsky L.S. Psychology of human development Moscow: Eksmo, 2005. 1136 p., ill. "Library of world psychology".
3. Leontyev A.N. Lectures on general psychology: Lecture 12. Moscow: Smysl; KDU 2005. P. 95 – 117.
4. General psychology. Texts: in 3 volumes. Volume 2: Subject of activity. Book 2. ed. V.V. Petukhov. Moscow: Psychology; Moscow Psychological and Social Institute, 2004. P. 12, 180.
5. Klimov E.A. et al. Psychology of labor, engineering psychology and ergonomics. In 2 parts. Part 1: textbook for universities. edited by E.A. Klimov, O.G. Noskova, G.N. Solntseva. Moscow: Yurait Publishing House, 2022. 361 p.
6. Rubinstein S. L. Fundamentals of General Psychology. SPb.: Piter, 2004.
7. Turchin A. S., Shabanov L. V. Philosophical, psychological and pedagogical foundations of epistemology and semantics of educational activities of a military university. St. Petersburg: Scientific Institution "Center for Strategic Research", 2023. 136 p.
8. Freud A. Psychology of Creativity. Leonardo da Vinci, Michelangelo, Dostoevsky. Moscow: TD "Algorithm", 2016.
9. Tsukanov I.A. Analytical approach: rituals of initiation of psychological readiness of military personnel for professional activity. Bulletin of the St. Petersburg Military Institute of the National Guard Troops. 2023. No. 3 (24). P. 21 – 28.
10. Tsukanov I.A., Shabanov L.V. Orientation basis of actions as a condition for the use of hardware and software complexes in the psychological training of Russian Guard servicemen. Scientific opinion. 2023. No. 1-2. P. 36 – 42.
11. Shabanov L.V. The problem of the connectivity of the psyche, consciousness and reality. Methodology of modern psychology. 2024. No. 21. P. 478 – 481.
12. Shabanov L.V. General psychology. St. Petersburg: Publishing and Printing Association of Higher Educational Institutions, 2023. 324 p.

### Информация об авторе

**Цуканов И.А.**, преподаватель, SPIN-код: 4372-7713; ID: 50360109, Военная ордена Жукова академия войск национальной гвардии Российской Федерации, [ivan090287@yandex.ru](mailto:ivan090287@yandex.ru)

© Цуканов И.А., 2025