

Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 2: Вопросы практического применения теории



English version: [Gordeeva T.O. Self-determination theory: present and future. Part 2: Issues of a practical application of a theory](#)

Московский государственный университет им. М.В.Ломоносова, Москва, Россия

[Сведения об авторе](#)

[Литература](#)

[Ссылка для цитирования](#)

Теория самодетерминации – современный подход к изучению человеческой мотивации, личности и психологического благополучия. В данной статье рассмотрены основные темы дискуссий, развернувшихся на прошедшей в Гентском университете конференции по теории самодетерминации (Бельгия, 13–16 мая 2010 года). Анализируются перспективы развития теории, новые направления эмпирических исследований, вопросы кросс-культурной универсальности базовых положений теории. Представлены современные исследования в русле пяти мини-теорий, из которых в настоящее время состоит теория самодетерминации. Это теория организмической интеграции, теория когнитивной оценки, теория каузальных ориентаций, теория базовых психологических потребностей, теория содержания целей. Вторая часть статьи посвящена основным направлениям практического применения теории самодетерминации в области детско-родительских отношений, психологии обучения, психологии труда, клинической психологии и психологии здоровья.

Ключевые слова: теория самодетерминации, внутренняя мотивация, внешняя мотивация, психологическое благополучие, эффективность деятельности, потребность в автономии, потребность в компетентности, потребность в связанности с другими людьми, внешние и внутренние жизненные цели, поддержка автономии

В этой части статьи мы рассмотрим практические проблемы [1], связанные с разного рода приложениями теории самодетерминации. На прошедшей в Гентском университете (Бельгия, 2010 г) конференции обсуждалось множество практических проблем, среди которых можно выделить три основных: культурная универсальность теории (1), специфика ее применения в различных областях – эффективных детско-родительских отношениях, школьном обучении, взаимодействии врачей с пациентами, руководителей с подчиненными, тренеров со спортсменами (2), выявление поддерживающих автономию стратегий и обучение им врачей, учителей, менеджеров для повышения эффективности их работы (3).

Применение теории самодетерминации в сфере детско-родительских отношений: поддержка автономии в семье

Существует множество форм и способов как поддержки автономии, так и ее фрустрации и родительского контроля. Если контролирующие родители принуждают ребенка действовать в направлении достижения определенного результата, включая разного рода механизмы давления, решения проблемы за ребенка, рассмотрения ее с точки зрения родителя, а не ребенка, то родители, поддерживающие автономию, учитывают позицию ребенка, позволяют ему решать проблемы

самостоятельно, стараются поддерживать его инициативы.

В целом ряде исследований, проведенных в последние два десятилетия, подвергалась тщательному анализу проблема связи поддержки автономии родителями с особенностями мотивации их детей, психологическим благополучием, обучением и учебными достижениями (см. [Joussemet, Laundry, Koestner, 2008]). Обобщая эти исследования, можно констатировать, что поддержка автономии играет критически важную роль для поддержания оптимального развития детей, а также их адаптированности к жизни. Например, в исследовании Дж.Вильямса с коллегами было показано, что подростки, которые воспринимали своих родителей как поддерживающих их (подростков) автономию, были склонны в большей мере стремиться к осуществлению внутренних целей, таких как личностный рост, построение значимых взаимоотношений и помощь людям, нуждающимся в помощи, по сравнению со стремлением к таким внешним целям, как богатство, слава и привлекательная внешность [Williams, Cox, Hedberg, Deci, 2000]. Кроме того, поддержка автономии подростков со стороны родителей была негативным предиктором времени просмотра телевизора, приема алкоголя и марихуаны, вовлеченности в сексуальные отношения.

Исследования роли поддержки автономии со стороны родителей проводились не только в США, но также и в Канаде (M.Joussemet, R.Koestner), России (V.Chirkov/В.И.Чирков), Израиле (A.Assor, G.Roth) и других странах. Они убедительно свидетельствуют о важности поддержки автономии при воспитании ребенка для поддержания и развития его внутренней мотивации и психологического благополучия.

Выступившая на конференции Венди Грольник (W.S. Grolnick, Clark University) – известный специалист по проблеме поддержки автономии в сфере детско-родительских отношений – считает необходимым рассматривать три уровня контекста при изучении детско-родительских отношений: уровень различных областей детско-родительских взаимодействий (учеба, свободное время, обязанности по дому), ситуаций (например, она изучала разговоры матерей с дочерьми о сексе) и культурных особенностей. Грольник исследовала, как разные типы родителей устанавливают структуру взаимодействия, обеспечивая правила, ожидания, сообщая о последствиях и руководя деятельностью ребенка. Структура понималась как обеспечение родителем систематических рамок, системы правил, ориентированной на развитие компетентности ребенка. Изучая взаимодействие родителей с 6-классниками с помощью метода структурированного интервью, она пришла к выводу, что наибольшей продуктивностью отличаются структуры, которые были установлены совместно и предполагают открытый обмен мнениями (дискуссии, признание несогласия), эмпатию (родитель демонстрирует понимание точки зрения ребенка), выбор (того, какими способами ребенок может следовать установленным правилам) и осмысленные объяснения предлагаемых правил.

В своем пленарном докладе В.Грольник рассмотрела проблему роли поддержки автономии дома и в школе для развития мотивации и психологического благополучия подростков. Она обратила внимание на то, что позитивная роль поддержки автономии является хорошо установленным фактом, однако остается неясным, что именно родители, дети которых испытывают поддержку автономии, ежедневно делают? Как выглядят те конкретные способы, с помощью которых родителям удается удовлетворять потребность их детей в автономии? В серии исследований, проведенных в последние годы, Грольник продемонстрировала, что контекст играет важную роль в выборе этих практик.

Контекст на уровне культурной специфики изучался Грольник с коллегами в рамках интересного кросс-культурного исследования, в котором участвовали подростки из Ганы (Восточная Африка) и США. Исследование показало, что поддерживающие автономию практики могут существенным образом отличаться друг от друга в разных культурах. Так, сравнение конкретных практик, используемых для поддержки автономии родителями из Ганы и США, показало, что они могут принимать разные формы, и это подтверждает полезность использования экокультурной перспективы. Например, такой вариант поддержки автономии ребенка, практикуемый американскими родителями, как разрешение ему выполнять домашние задания самостоятельно, так,

как он сам считает нужным, воспринимался подростками Ганы (6-й класс) не как предоставление свободы в учебной деятельности, а как отсутствие заботы о ребенке (!), интереса к нему, которое негативно отразится на его успеваемости; свидетельство нежелания помочь, поддержать советом и даже как показатель отсутствия любви к ребенку.

Эти данные говорят о том, что поддержка автономии ребенка со стороны родителей имеет универсальную ценность, однако то, каким образом и в какой форме она будет осуществляться, зависит от типа деятельности, ситуации и культурных особенностей общества, его ценностей и установок. Их знание будет способствовать распространению и уточнению теории, а также тому, что психологи смогут дать родителям полезные практические рекомендации.

В рамках конференции активно обсуждался целый спектр вопросов, связанных с поддержкой автономии ребенка в семье. Каковы оптимальные способы ее поддержки у детей разного возраста? Какие личностные характеристики родителей и условия их жизни связаны с использованием поддерживающего автономию стиля взаимодействия с ребенком и, наоборот, более контролирующего? Как влияют на такого рода поведение родителей условия их жизни? В каких случаях эта поддержка особенно важна? Это непростые, но весьма важные вопросы, на которые исследователям, представляющим разные культуры, еще предстоит найти свои ответы. Например, для всех подростков важно, чтобы родители поддерживали их автономию и позволяли принимать самостоятельные решения, однако, когда речь заходит о том, чтобы позволять самостоятельно справляться со школьной учебой, подростки в одной культуре склонны усматривать в этом поддержку автономии, а в другой – недостаток заботы.

Канадский психолог М.Джусеме (M.Joussement) остановилась на поддержке автономии родителями и потенциальных преимуществах более широкой и конкретной ее операционализации, основанной на использовании широко известных практик работ Х.Джинот (H.Ginott) о детско-родительских отношениях и эмпатической постановке ограничений. Джусеме проанализировала построенные на работах Джинот тренинги родителей и показала, что они хорошо соответствуют идее о необходимости поддержки автономии и самодетерминации, обеспечивая разные формы этой поддержки и фокусируясь на таких важных составляющих взаимодействия родителя и ребенка, как обратная связь, похвала, вопросы, выражение чувств и решение проблем. Джусеме аргументировала преимущества более широкого понимания поддержки автономии в целях ее более активного и эффективного применения в практике ежедневного общения родителей с детьми.

Применение теории самодетерминации в сфере образования

Применения теории самодетерминации в практике обучения школьников и студентов разнообразны и разноплановы (см. [Reeve, 2002; Ryan, Brown, 2005]). В целом рекомендации, исходящие из теории самодетерминации, строятся на том, что стратегии и практики, в которых фокус делается на мотивировании учебы посредством наград, оценок, санкций и других внешних манипуляций, подрывают продуктивную вовлеченность в учебную деятельность и психологическое благополучие, в то время как стратегии и практики, опирающиеся на интерес, компетентность, собственную волю и желание, приводят к большей настойчивости и лучшим результатам обучения.

В целом ряде психологических исследований, проведенных в последние годы, было убедительно показано, что поддержка автономии является мощным фактором, повышающим мотивацию и психологическое благополучие субъектов учебной деятельности (см. [Guay, Ratelle, Chanal, 2008]). Проблема, однако, состоит в том, что в большинстве учебных сред обучающиеся страдают от недостаточной поддержки автономии. Проведенный анализ причин этого явления позволяет обнаружить множество взаимосвязанных и весьма поучительных мифов, царящих в современных школах [Reeve, 2002]. Так, в большинстве современных обществ философия управления и контроля считается единственно верной, поэтому учителя также верят, что контроль – единственный эффективный способ побудить учеников заниматься, и чем больше внешнее

побуждение, тем выше мотивация.

Учителя часто недооценивают способности учащихся к самомотивированию и считают мотивацию фиксированной чертой, соответственно, когда мотивация низка, они используют контролирующие стратегии, чтобы преодолеть наблюдающийся дефицит мотивации. Также влиятельным и распространенным является миф о том, что преподаватели должны быть активными влиятельными фигурами, а уважение к ним и оценка их компетентности определяется тем, насколько они авторитарны. Кроме того, контроль учителей является симметричной ответной реакцией на то, что они сами находятся под прессингом со стороны разного рода лиц и инстанций, постоянно проверяющих и оценивающих их работу (директоров, а также самих учащихся и их родителей). Наконец, преподаватели также пока еще плохо знакомы с теми конкретными способами, с помощью которых они могут поддерживать автономию обучающихся и их внутреннюю мотивацию.

Основные пути поддержки автономии в учебных средах – школьных классах и студенческих аудиториях – состоят в том, чтобы стремиться понять точку зрения обучаемых, стимулировать и вдохновлять их на проявление инициативы, поддерживать разнообразные ее проявления, обеспечивать возможность выбора. Преподавателям для поддержки автономии обучаемых также рекомендуется информировать их о целях занятия, больше слушать и меньше говорить, воздерживаться от контролирующих вопросов, концентрируясь на вопросах содержательных, проблемных, обращающихся к точке зрения учащихся.

На конференции эта проблема была рассмотрена в лекции Джонмаршалла Рива (J.Reeve, Южная Корея) с красноречивым названием «Учителя не склонны поддерживать автономию: печальная правда». Она основывалась на исследованиях поведения учителей в разных странах мира. Рив обнаружил, что, несмотря на географическую удаленность друг от друга, школьные учителя страдают от весьма сходных проблем, поскольку в явно недостаточной мере поддерживают автономию и компетентность своих учеников. И это действительно грустный факт, так как поддержка потребности в автономии не требует больших материальных затрат, но может способствовать существенному усилению интереса к учебной деятельности, снижению тревожности и повышению психологического благополучия обучаемых. Эта проблема активно обсуждалась в рамках воркшопа (руководитель Дж.Рив), на котором собрались учителя и преподаватели, уже применяющие идеи теории самодетерминации в практике обучения, и только планирующие ее применение в своих школах и университетах.

Применение теории самодетерминации в сфере здоровья и в клинике

На прошедшей конференции достаточно широко были представлены последние исследования в области применения теории самодетерминации к формированию здорового поведения. Следует отметить, что исследования, связанные с применением теории самодетерминации в области психологии здоровья и клинической психологии, весьма разнообразны. Исследователи и практикующие специалисты стремятся ответить на актуальные запросы практики, связанные с выполнением врачебных предписаний, мотивацией здорового образа жизни (помогающей бросить курить, снизить избыточный вес, следить за полостью рта), улучшением взаимоотношений между врачами и пациентами в целях построения более эффективного процесса лечения.

Теория самодетерминации, и в первую очередь гипотеза о важности поддержки автономии, получила широкую и разноплановую поддержку в исследованиях клинических психологов, проведенных на материале самых разных заболеваний. Эти исследования показали, что поддержка автономии пациентов оказывает влияние на их автономную мотивацию вести более здоровый образ жизни, что, в свою очередь, приводит к реальным позитивным изменениям в поведении, касающимся собственного здоровья. Так, например, на выборке пациентов, стремящихся снизить

избыточный вес, Дж.Вильямс с коллегами обнаружили, что чем больше медперсонал клиники воспринимался пациентами как поддерживающий их автономию, тем в большей мере сами пациенты испытывали автономную мотивацию (т.е. внутренний интерес и осознание важности выполняемых действий для улучшения собственного здоровья) к снижению веса, тем чаще они посещали групповые встречи и имело место снижение веса, которое прослеживалось на протяжении двухлетнего периода [Williams, Grow, Freedman, Ryan, Deci, 1996].

Как показывают специально проведенные исследования, внутреннюю мотивацию пациентов, участвующих в программах по снижению избыточного веса, можно поддерживать и эффективно стимулировать, опираясь на положения теории самодетерминации (см. [Silva, Markland et al., 2008]). В частности, это можно делать, избегая жестких предписаний, предоставляя разного рода варианты выбора, обеспечивая бросающие вызов возможности снижения веса, поддерживая личностно значимые для пациента двигательные активности, ориентируя его на самостоятельность, ответственность, независимость и лидерство в организации своей новой жизни. Повышению мотивации способствуют также такие виды деятельности, как разработка трехмесячного плана танцевальной активности, дающей возможность пациенту самостоятельно выбирать нравящиеся виды танцев; использование шагомеров (педометров), помогающих оценивать уровень своей двигательной активности и отслеживать прогресс в этой области, что может способствовать росту собственной компетентности и ощущению контроля над процессом снижения веса.

Примером того, как теория самодетерминации может быть эффективно применена на материале работы со стоматологическими больными, является серия исследований, проведенных группой норвежских психологов под руководством А.Халвари и Х.Халвари. В одном из них [Halvari, Halvari, Bjornebekk, Deci, 2010] тестировалась модель поведения, направленного на самостоятельный уход за полостью рта и посещение стоматологической клиники. Ожидалось, что восприятие пациентами персонала стоматологической клиники как поддерживающего автономию (а не контролирующего) будет позитивно связано с удовлетворением психологических потребностей пациентов в процессе лечения, что, в свою очередь, будет а) позитивно связано с преобладанием автономной мотивации прохождения стоматологического лечения и воспринимаемой компетентностью в отношении ухода за зубами и б) негативно связано с тревожностью по отношению к процессу лечения. Ожидалось, что относительное преобладание автономной мотивации осуществлять стоматологическое лечение и воспринимаемая компетентность в уходе за полостью рта будут позитивно связаны с поведением по уходу за полостью рта и посещением врача-стоматолога. Также ожидалось, что тревожность по отношению к процессу лечения будет негативно связана с посещением стоматологической клиники и позитивно связана с откладыванием записи на прием к врачу. Результаты структурного моделирования полученных данных хорошо соответствовали выдвинутым гипотезам, основанным на теории самодетерминации.

Кроме того, как показали Халвари и Халвари в своем более раннем исследовании [Halvari, Halvari, 2006], информационная интервенция, построенная в соответствии с теорией самодетерминации и учитывающая необходимость поддержки автономии пациентов, приводит к значительно лучшим результатам, чем стандартные рекомендации, осуществляемые стоматологами. Так, у людей из группы, участвовавшей в интервенции, разработанной на базе теории самодетерминации, был отмечен прирост воспринимаемой компетентности в области ухода за полостью рта и автономной мотивации к прохождению стоматологического лечения на протяжении 7-месячного периода, что, в свою очередь, привело к уменьшению зубного налета и гингивита за этот период времени, более эффективному уходу за зубами и деснами и более позитивному отношению к здоровью зубов в конце этого периода [Там же].

Применение теории самодетерминации также оказалось эффективным при разработке интервенций, направленных на поддержание здорового поведения у людей, бросающих курить. Так, в исследовании Дж.Вильямса и Т.МакГрегора основная задача интервенции состояла в том, чтобы помочь пациенту сделать ясный выбор – хочет ли он измениться или нет. Анализ проведенного вмешательства показал, что прошедшие его курильщики ощущали большую поддержку автономии,

при этом они ощущали большую выраженность автономной мотивации и мотивации компетентности, чем контрольная группа [Williams, McGregor, Sharp, Levesque, Kouides, Ryan, Deci, 2006]. Участники интервенции также обнаружили большую склонность принимать выписанные медикаменты и воздерживались от курения в течение значительно более долгого периода времени. При этом увеличение времени и интенсивности интервенции не приводило к более длительному воздержанию от курения. Применение метода структурного моделирования подтвердило, что воспринимаемая поддержка автономии является каузальным фактором, который способствует увеличению автономной мотивации и мотивации, основанной на компетентности, что, в свою очередь, приводит к отказу от курения и уменьшению вероятности рецидивов. Таким образом, проведенная серия исследований свидетельствует о том, что поддержка автономии является причиной автономной мотивации пациента по отношению к прекращению курения, воспринимаемой компетентности в этой области и собственно успешного бросания курения.

В последние годы исследователи пристальное внимание уделяли проблеме следования пациентов врачебным предписаниям. Согласно данным американских исследователей, 31% врачебных предписаний больными не реализуются, и только 50% лекарств в долгосрочной перспективе принимаются так, как это было предписано врачом, что, несомненно, сказывается на результате лечения и приводит к многомиллионным потерям.

На прошедшей конференции достаточно широко были представлены последние исследования в области применения теории самодетерминации к формированию здорового поведения. В частности, Джефффри Вильямс (Jeffrey Williams, Рочестерский ун-т, США) остановился на проблеме следования пациентов врачебным предписаниям и дал обзор основных исследований, недавно осуществленных в этой области. Он отметил, что с точки зрения теории самодетерминации автономное *неследование* пациентом советам врача следует признать *позитивным* результатом, поскольку оно означает сознательно принятое собственное решение. Это дает возможность понять, почему пациенты зачастую не следуют врачебным предписаниям и не поддерживают рекомендованный им более здоровый образ жизни.

Согласно теории самодетерминации, мотивация любого продуктивного изменения базируется на удовлетворении базовых психологических потребностей в автономии, компетентности и принятии; первая играет особую, по сути критически важную роль в области отношений врача и пациента, но ею нередко пренебрегают. Задача психологов – понять причины отсутствия у пациентов мотивации на лечение, выздоровление и профилактику проблем со здоровьем и выявить условия, такую мотивацию поддерживающие. В исследовании, проведенном на материале взрослых пациентов с разными диагнозами, было обнаружено, что те пациенты, которые ощущали поддержку автономии со стороны своих врачей, испытывали больше автономной мотивации принимать прописанные медикаменты и были в большей мере склонны следовать врачебным предписаниям [Williams, Rodin, Ryan, Grolnick, Deci, 1998].

Вильямс подчеркнул, что исследования поддержки автономии, проведенные в области стоматологического лечения, снижения избыточного веса, табакокурения, чрезмерного потребления алкоголя, контроля пищевого поведения при диабете и т.п., показывают, что важной причиной, поддерживающей нездоровое поведение, является отсутствие ощущения достаточности выбора, собственного контроля ситуации, понимания больным оснований действий врача. Из этого следует, что поддержка автономии пациента должна обеспечиваться через поддержку процесса принятия пациентами информированных решений.

На настоящий момент в области здорового поведения разработан ряд практических рекомендаций, использование которых способствует повышению чувства автономии пациентов. Основные из них состоят в следующем: не давать жестких / фиксированных предписаний («Вы должны строго следовать следующим правилам»); обеспечивать выбор, предлагать варианты (меню) эффективных выборов и акцентировать выбор, когда его возможность имеет место; способствовать тому, чтобы пациент занимался лично осмысленными видами деятельности лечебного характера; признавать

чувства и точку зрения пациента, обеспечивать осмысленное обоснование врачом своих требований; поддерживать начальные стремления пациента к изменению; ожидать неудач в изменении поведения и быть готовым все начинать сначала; минимизировать контроль и оценку личности и деятельности пациента.

Другим важным условием, способствующим мотивации изменения нездорового поведения, является поддержка ощущения собственной компетентности. Проведенные психологические интервенции с пациентами (при разных типах проблем и заболеваний) показали, что ключевые факторы фасилитации компетентности состоят в следующем: поддерживать высокий уровень автономии действий пациента; верить в его способность быть успешным; обеспечивать обратную связь по результатам его действий, отражающую степень успешности изменений; идентифицировать барьеры на пути к достижению целей; обучать умению решать проблемы, строить план(ы) действий, ориентируясь на достижимый уровень трудности.

В заключение Дж.Вильямс обратился к проблеме поддержания врачом базовой потребности пациента в эмоциональном принятии (связанности с другими людьми), также являющуюся важным источником продуктивных взаимоотношений врач–больной и эффективности лечения. Для удовлетворения этой потребности могут быть использованы: безусловное позитивное принятие, проявляющееся в форме безоценочных утверждений, активного слушания; поддержание отношений, продолжающихся длительное время, отношений, носящих теплый, позитивный характер; развитие у врачей эмпатии, стремления узнать и умения признать точку зрения пациента.

Конференция показала, что клиническими психологами и психологами здоровья, работающими в разных странах мира, ведется активный поиск конкретных форм поддержки автономии и поддержки компетентности у пациентов с целью повышения эффективности врачебных рекомендаций и формирования у людей здоровых привычек. Очевидно, что эти исследования должны быть проведены и в условиях нашей культуры. Возможно, что не поддержка автономии, а поддержка других базовых психологических потребностей окажется более важным источником, мотивирующим к следованию врачебным предписаниям, и именно от их фрустрации максимально страдают российские больные. Также возможно, что некоторые формы и способы, используемые для поддержки автономии американскими врачами и рекомендуемые специалистами в области теории самодетерминации из США, окажутся недейственными и будут восприниматься парадоксально нашими больными.

Теория самодетерминации и поддержка автономии в организациях

Два типа исследований в рамках теории самодетерминации имели важные следствия для ее применения в бизнесе с целью повышения продуктивной мотивации персонала. Во-первых, это ставшие классическими эксперименты по влиянию материальных наград на мотивацию, и, во-вторых, исследования поддержки автономии и поддержки компетентности у персонала. Исследования влияния наград на внутреннюю мотивацию, начатые Э.Диси в 1971 г. и продолжавшиеся на протяжении более 30 лет, имели широкий научный резонанс (см. известный спор с представителями бихевиоризма Р.Айзенбергом и Дж.Камерон и метаанализ 128 исследований на эту тему [Deci, Koestner, Ryan, 1999]; о важных следствиях использования наград для практики мотивирования персонала подробнее см. [Gagne, Forest, 2008]).

Проведенные в рамках теории самодетерминации исследования поддержки автономии показали, что она является важным фактором, влияющим на удовлетворенность своей работой, ее эффективность, производительность труда, а также психологическое благополучие работника. Например, Э.Диси с коллегами провели полевой эксперимент, который показал, что у менеджеров, обеспечивающих наибольшую поддержку автономии, были работники, более удовлетворенные

своей работой и различными аспектами рабочей среды [Deci, Connell, Ryan, 1989]. Эти работники проявляли большее доверие руководству компании и чувствовали себя менее подавляемыми и контролируемыми извне. В другом исследовании, проведенном на работниках банковских компаний, было обнаружено, что у менеджеров, умеющих поддерживать ощущение автономии у персонала, были сотрудники, которые испытывали ощущение большей удовлетворенности базовых психологических потребностей, были больше вовлечены в свою работу, демонстрировали более высокие показатели психологического благополучия и более высокие достижения, – в сравнении с сотрудниками менеджеров контролирующего типа [Baard, Deci, Ryan, 2004].

Как менеджеры могут более эффективно мотивировать своих работников? Одним из таких практических подходов, к которому активно обращаются современные специалисты в области трудовой мотивации персонала, является теория трансформационного лидерства Б.Басса (B.Bass). Целый ряд исследований доказал ее продуктивность. Как объясняет эти эффекты благоприятного влияния трансформационного лидерства теория самодетерминации?

Исследования, представленные докладчиками из разных стран (Швейцарии, Бельгии, Норвегии, Канады) и проведенные на весьма больших выборках работников, показывают, что успех трансформационного лидерства оказывается вполне закономерным с точки зрения теории самодетерминации и ее представлений о базовых психологических потребностях. Например, как показала С.Ковьяник (S.Kovjanic, Швейцария), изучая взаимодействие лидера и следующего за ним работника и опираясь на результаты моделирования с помощью линейных структурных уравнений, показала, что поддержка компетентности является медиатором отношений между трансформационным лидерством и самоэффективностью работника, а поддержка автономии является медиатором отношений между трансформационным лидерством и удовлетворенностью работой. В свою очередь удовлетворение потребности в связанности с другими и принятии выступает медиатором отношений между трансформационным лидерством и преданностью лидеру.

Трансформационному лидерству, как известно, противопоставляется транзакционное лидерство, также выделяемое Бассом. Их различная степень эффективности хорошо объяснима в парадигме двух базовых мотиваций. Представленные на конференции исследования Х.Пеетерс (H.Peeters), проведенные на большой и репрезентативной выборке бельгийских госслужащих, показали, что трансформационное лидерство способствует росту автономной мотивации и уменьшению контролируемой мотивации работников, в то время как транзакционное лидерство, напротив, приводит к уменьшению автономной и усилению контролируемой профессиональной мотивации. Таким образом, анализ теории трансформационного лидерства с позиций базовой парадигмы теории самодетерминации показывает эффективность этого подхода, демонстрируя соответствие ее основных положений и рекомендаций по эффективному удовлетворению базовых потребностей работников.

Исследования в области применения теории самодетерминации к мотивации профессиональной деятельности идут также в направлении создания эффективного диагностического инструментария. На конференции была представлена обновленная версия Опросника трудовой мотивации (Revised Motivation at Work Scale; Gagne, Forest et al., 2010), разработанная под руководством канадского психолога М.Ганье коллективом исследователей из 12 стран. При его разработке авторы поставили задачу выделить шкалы внутренней мотивации, которые бы четко дифференцировались (не «слипались») от шкал идентифицированной мотивации, а также сформулировать пункты шкал, оценивающие экстернализованную и интроецированную регуляцию. Также утверждения каждой шкалы должны были содержать как пункты «приближающего» (*approach*, направленного на достижение определенного результата) характера, так и «избегающего» (*avoidance*), что являлось проблемой предыдущей версии опросника. Основываясь на новой версии модели Раша, авторы отошли от идеи континуума внешней мотивации и перешли к рассмотрению различных кластеров внутри нее. В настоящее время валидизированы версии опросника на английском, французском, итальянском, испанском и голландском языках; они могут использоваться для диагностики трудовой мотивации в разных странах, а также проведения валидных кросс-культурных сравнений типов и уровня

трудоустрой мотивации.

Исследования, направленные на анализ факторов, влияющих на автономную и внутреннюю мотивацию персонала, а также роли различных форм поддержки автономии в этом процессе, исключительно важны для изменения существующих практик работы с персоналом. Одной из форм такого рода работы являются тренинги для управляющего персонала компаний. Выступления участников конференции убеждают, что менеджеры, учителя, доктора могут быть успешно обучены стратегиям поддерживающего автономию поведения и такого рода изменения в поведении сопровождаются позитивными эффектами у работников, студентов и пациентов. Из этого следует, что тренинговые программы, основанные на теории самодетерминации, – перспективное направление работы будущих исследователей и практиков.

Пленарное выступление специалиста в области прикладных проблем применения теории самодетерминации в организациях Мэрилин Ганье (M.Gagne, Канада) было посвящено результатам апробации недавно разработанного трехдневного тренинга мотивационного лидерства. Вопреки ожиданиям, эмпирическое исследование показало, что внедрение трансформационного лидерства способствует поддержке потребностей в компетентности и принятии, но не в автономии, при этом только потребность в принятии является медиатором выраженности автономной мотивации. Исследование будет продолжено с целью выявления оптимальных путей поддержания потребности в автономии и ее места в модели трансформационного лидерства.

Второй день работы конференции также был насыщен докладами, посвященными практическим проблемам, связанным с применением теории самодетерминации в *спорте*. На материале самых разных видов спорта, как командных, так и индивидуальных, обсуждались возможности обеспечения удовлетворения потребности в автономии и компетентности и увеличения внутренней и автономной мотивации, психологического благополучия и эффективности деятельности (высоких достижений) спортсменов.

Применение теории самодетерминации в разных культурных контекстах

Наверное, один из важнейших вопросов для ученых и практиков, прибывших из самых разных уголков мира, это – насколько применима теория самодетерминации в других, отличных от США, где она была первоначально разработана, социокультурных контекстах? Насколько универсальны базовые потребности, и прежде всего потребность в автономии, а также другие обнаруженные в рамках теории феномены, объясняющие психологическое благополучие?

Исследования последнего десятилетия, проведенные с целью проверки теории самодетерминации в самых разных культурах, как индивидуалистических, так и коллективистических, как восточных, так и западных, показали, что удовлетворение психологических потребностей в автономии, компетентности и связанности с другими людьми действительно предсказывает психологическое благополучие [Deci, Ryan, 2008a]. Хотя теоретики культурно-релятивистских подходов, исходящих из того, что потребности приобретаются в культуре и поэтому отличаются у представителей разных стран и культур, утверждали, что потребность в автономии наиболее важна в современных культурах западного типа (см. [Markus, Kitayama, Heiman, 1996]), ценящих индивидуализм и индивидуальные достижения, данные исследований свидетельствуют о существенном вкладе ощущения собственной автономии, наряду с ощущениями компетентности и связанности, в оптимальное функционирование в самом широком спектре активности у людей самых разных культур [Chirkov, Ryan, Kim, Kaplan, 2003].

С большим интересом был встречен на конференции пленарный доклад специалиста в области кросс-культурных исследований и проблематики автономии – индивидуализма Валерия Чиркова

(V.Chirkov, Канада / Россия), в котором он представил результаты последних кросс-культурных исследований, касающихся универсальности потребности в автономии. Он показал, что в самых разных культурах и нациях автономия свойственна всем людям, является универсальным феноменом, критически важным условием оптимального функционирования и эвдемонического счастья людей. Полноценная поддержка чувства автономии и ее развитие у человека способствуют тому, что он становится относительно независимым от влияний культуры, в которой живет, и может самостоятельно преодолевать самого разного рода жизненные трудности.

Практический смысл теории достаточно широк и разнонаправлен. С нашей точки зрения, теория самодетерминации дает возможность понять причины низкого психологического благополучия, которое в последние годы наблюдается у людей в нашей стране. Так, психологические исследования уровня удовлетворенности жизнью, соотношения позитивных и негативных эмоций (аффективного баланса), депрессии, счастья показывают, что по сравнению с жителями не только Западной и Восточной Европы, но и Латинской Америки население нашей страны демонстрирует весьма низкий уровень психологического благополучия [Селигман, 2006; Diener et al., 2006; Myers, 2000; Ryan et al., 1997; Veenhoven, 2001]. Низкое психологическое благополучие проявляется и на уровне поведения людей: в несклонности улыбаться, оказывать помощь, хамстве в общественных местах, проявлении насилия в семьях, количестве ДТП, в которых люди гибнут значительно, чем люди в других странах мира (см. [Юревич, Ушаков, 2009]).

С позиций теории самодетерминации причины такого поведения кроются во фрустрации базовых психологических потребностей людей – прежде всего базовых потребностей в автономии и компетентности. По сути, низкое психологическое благополучие – реакция человека на ощущение неуважения со стороны окружающих (близких и/или дальних), недостаток возможности почувствовать себя компетентным, эффективным деятелем, ощущения того, что жизнь неуправляема, неконтролируема и непредсказуема.

В поведенческом плане фрустрация потребности в автономии проявляется в трех типах реакций: 1) повышенной агрессивности, 2) пассивности и отказе от проявления инициативы и 3) стремлении к власти как компенсации пережитого гиперконтроля при невозможности удовлетворения потребности в автономии. Все три типа реагирования имеют место у россиян. Повышенная агрессивность проявляется в большом количестве убийств (1-е место в Европе и СНГ) и высоком уровне жестокости в семьях; повышенная пассивность – в отсутствии интереса к выборам, проявлениям протеста и несогласия в форме забастовок, участию в партиях и движениях; стремление к власти – в уровне бюрократии, коррупции, диспропорциональном обогащении одной небольшой части населения при обнищании другой, основной.

Пути решения проблемы повышения уровня психологического благополучия следуют из понимания его причин. Фрустрация человеческой автономии в нашей стране имеет место в результате действия многих факторов и проявляется во множестве нюансов, из которых и состоит жизнь. Это проведение выборов, в которых выбор, по сути, отсутствует; склонность к подавлению инициатив на самых разных уровнях, к ничем не обоснованному авторитаризму, контролю и волюнтаризму власти – со стороны родителей, учителей, начальников, чиновников; процветание бюрократизма с обилием непонятных человеку правил и циркуляров, перед которыми он – пешка; навязывание норм морали, наконец[2]. В результате зачастую люди не чувствуют, что они живут в соответствии с ими сделанным выбором.

С точки зрения теории самодетерминации, психологическое благополучие людей может быть повышено. Общество может проявлять уважение к своим гражданам: например, не объявляя оценки школьников публично всему классу, а сообщая их приватно и индивидуально; предупреждая смотрящих телевизор, что реклама будет длиться три минуты (в течение которых человек может заняться своими делами); обращаясь к пешеходам с вежливыми объявлениями «Просьба не ходить по газонам», а не с запретами; предлагая телевизионные программы, дающие возможность задумываться и осмысливать позитивный опыт из жизни других людей, а не испытывать разного

рода позитивно-негативные эмоциональные состояния от просмотра сериалов из жизни бандитов и череды попсово-развлекательных передач).

Возможно целенаправленное и систематическое внедрение мер, направленных на снижение уровня контроля, снятие разного рода запретов, «нельзя», смягчение излишней строгости законов, поддержание на всех уровнях инициатив людей и повышение у них уровня автономии и уважения. Например, через обучение родителей и учителей способам поддержки автономии у детей, через предоставление гражданам реальных возможностей честного и информированного выбора – реального, а не декларированного выбора школы, преподавателей, набора учебных курсов, лечебных учреждений и лечащих врачей, руководителей местного и регионального характера, выбора продуктов питания на основе полной и ясно читаемой информации о времени производства и составе продукта... Наличие такого рода возможностей, часто прописанных законодательно в обществах западного типа, как раз и обеспечивает удовлетворение потребности в автономии, ощущение субъектности, являющееся источником собственной продуктивной активности людей, креативности, интереса к жизни, желания работать и психологического благополучия.

Несколько слов в заключение

Теоретические и прикладные исследования, проведенные в рамках теории самодетерминации, безусловно, вдохновляют, поскольку демонстрируют пользу научных теорий, проверенных серьезными и надежными экспериментами и эмпирическими исследованиями, для социальной практики, улучшения жизни людей и роста их психологического благополучия. Идеи поддержки потребностей в автономии и компетентности учащихся, студентов, работников, всех граждан особенно актуальны в нашей стране, так как Россия переживает период внедрения инноваций в разные сферы жизни, и от мотивации людей будет зависеть возможность максимально продуктивного, прогрессивного развития страны.

Конференция, прошедшая в Гентском университете (Бельгия, 13–16 мая 2010 года), показала, что теория самодетерминации продолжает успешно развиваться, будучи открытой дискуссиям, заинтересованной в обсуждении нерешенных вопросов и углублении понимания человеческой мотивации. Для участников, готовых к таким активным открытым дискуссиям, были организованы восемь сессий типа «мозговой штурм» по ряду теоретических (проблемы интегрированной регуляции, предпосылки поддержки автономии, развитие внутренних и внешних целей) и прикладных проблем теории самодетерминации и пяти составляющих ее мини-теорий. К сожалению, количество желающих высказаться иногда превышало емкость сессии, но сама атмосфера поиска, возможность обсуждения, высказывания собственной позиции, сомнений, – не только в кулуарных беседах, но и в массовых аудиториях, – безусловно, способствовала поддержке ощущения компетентности и автономии участников и, в конечном счете, развитию самой теории самодетерминации.

Готовность обсуждать содержательные составляющие теории и умение этот диалог поддерживать на самом разном материале, личный энтузиазм, демократизм и дружелюбие в общении авторов теории, очевидно, также являются факторами, способствующими активному распространению и применению теории самодетерминации. И, наконец, нельзя не отметить высокий уровень организации конференции, который был обеспечен, по-видимому, не в малой степени благодаря исключительной увлеченности ее бельгийских организаторов [3] данным подходом к изучению мотивации и личности. Итоги конференции еще раз убеждают в справедливости известного афоризма Л.Больцмана «Нет ничего практичнее хорошей теории».

От редакции: первая часть статьи опубликована в N 4(12) журнала «Психологические исследования».

[Библиографическое пособие по теме статьи](#)

- Гордеева Т.О.* Теория самодетерминации Э.Диси и Р.Райана // Психология мотивации достижения: учеб. пособие. М.: Смысл: Академия, 2006. С. 201–245.
- Гордеева Т.О.* Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 4(12). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.10.2010).
- Дергачева О.Е.* Личностная автономия как предмет психологического исследования: автореф. дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01 / МГУ им. М.В.Ломоносова. М., 2005.
- Дергачева О.Е., Дорфман Л.Я., Леонтьев Д.А.* Русскоязычная адаптация опросника каузальных ориентаций // Вестник Моск. ун-та. Сер. 14, Психология. 2008. N 3. С. 91–106.
- Леонтьев Д.А.* Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Т. 21, N 1. С. 15–25.
- Селигман М.П.* Новая позитивная психология: пер. с англ. М.: София, 2006.
- Чирков В.И.* Самодетерминация и внутренняя мотивация поведения человека // Вопросы психологии. 1996. N 3. С. 116–131.
- Чирков В.И., Диси Э.Л.* Связи между здоровьем студентов и их жизненными стремлениями, восприятием родителей и учителей // Вопросы психологии. 1999. N 3. С. 48–57.
- Юревич А.В., Ушаков Д.В.* Нравственность в современной России [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2009. N 1(3). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: 10.10.2010).
- Baard P.P., Deci E.L., Ryan R.M.* Intrinsic need satisfaction: A motivational basis of performance and well-being in two work settings // Journal of Applied Social Psychology. 2004. Vol. 34. P. 2045–2068.
- Chirkov V.I., Ryan R.M.* Parent and teacher autonomy-support in Russian and U.S. adolescents: Common effects on well-being and academic motivation // Journal of Cross Cultural Psychology. 2001. Vol. 32. P. 618–635.
- Chirkov V.I., Ryan R.M., Kim Y., Kaplan U.* Differentiating autonomy from individualism and independence: A self-determination theory perspective on internalization of cultural orientations and well-being // Journal of Personality and Social Psychology. 2003. Vol. 84. P. 97–110.
- Deci E.L.* Intrinsic motivation. N.Y.: Plenum Publishing Co., 1975.
- Deci E.L.* The psychology of self-determination. Lexington, MA: Lexington Books, 1980.
- Deci E.L., Ryan R.M.* Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. N.Y.: Plenum Publishing Co., 1985.
- 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.
- Deci E.L., Ryan R.M.* Self-determination research: Reflections and future directions // Deci E.L., Ryan R.M. (Eds.). Handbook of self-determination research. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002. P. 431–441.

Deci E.L., Ryan R.M. Handbook of self-determination research. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002.

Deci E.L., Ryan R.M. Facilitating optimal motivation and psychological well-being across life's domains // Canadian Psychology. 2008a. Vol. 49. P. 14–23.

Deci E.L., Ryan R.M. Self-determination theory: A macrotheory of human motivation, development and health // Canadian Psychology. 2008b. Vol. 49. P. 182–185.

Deci E.L., Connell J.P., Ryan R.M. Self-determination in a work organization // Journal of Applied Psychology. 1989. Vol. 74. P. 580–590.

Deci E.L., Koestner R., Ryan R.M. A meta-analytic review of experiments examining the effects of extrinsic rewards on intrinsic motivation // Psychological Bulletin. 1999a. Vol. 125. P. 627–668.

Deci E.L., Koestner R., Ryan R.M. The undermining effect is a reality after all: Extrinsic rewards, task interest, and self-determination // Psychological Bulletin. 1999b. Vol. 125. P. 692–700.

Deci E.L., Ryan R.M., Gagné M., Leone D.R., Usunov J., Kornazheva B.P. Need satisfaction, motivation, and well-being in the work organizations of a former eastern bloc country // Personality and Social Psychology Bulletin. 2001. Vol. 27. P. 930–942.

Diener E., Lucas R.E., Scollon C.N. Beyond the Hedonic Treadmill. Revising the adaptation theory of well-being // American psychologist. 2006. Vol. 61, N 4. P. 305–314.

Fourth International Conference on Self-Determination Theory. Ghent University, Belgium. May 13–16, 2010. Program and Abstracts.

Gagné M., Forest J. The study of compensation systems through the lens of self-determination theory: Reconciling 35 years of debate // Canadian Psychology. 2008. Vol. 49. P. 225–232.

Gagne M., Forest J., Gilbert M.-H., Aubé C., Morin E., Malorni A. The Motivation at Work Scale: Validation Evidence in Two Languages // Educational and Psychological Measurement. 2010. Vol. 70, Issue 4. P. 628–646.

Grolnick W.S., Price C.E., Beiswenger K.L., Sauck C.C. Evaluative pressure in mothers: Effects of situation, maternal, and child characteristics on autonomy supportive versus controlling behavior // Developmental Psychology. 2007. Vol. 43. P. 991–1002.

Grolnick W.S., Seal K. Pressured parents, stressed-out kids: Dealing with competition while raising a successful child. Amherst, NY: Prometheus Press, 2008.

Grouzet F.M., Kasser T., Ahuvia A., Dols J.M.F., Kim Y., Lau S., Ryan R.M., Saunders S., Schmuck P., Sheldon K.M. The structure of goals across 15 cultures // Journal of Personality and Social Psychology. 2005. Vol. 89. P. 800–816.

Guay F., Ratelle C.F., Chanal J. Optimal learning in optimal contexts: The role of self-determination in education // Canadian Psychology. 2008. Vol. 49. P. 233–240.

Hagger M.S., Chatzisarantis N.L. Intrinsic motivation and self-determination in exercise and sport. Champaign, IL: Human Kinetics, 2007.

Halvari A., Halvari H. Motivational predictors of change in oral health: An experimental test of self-

determination theory // *Motivation and Emotion*. 2006. Vol. 30. P. 295–306.

Halvari A.E.M, Halvari H., Bjornebekk G., Deci E.L. Motivation and anxiety for dental treatment: testing a self-determination theory model or oral self-care behavior and dental clinic attendance // *Motivation and Emotion*. 2010. Vol. 34. P. 15–33.

Joussemet M., Landry R., Koestner R. A self-determination theory perspective on parenting // *Canadian Psychology*. 2008. Vol. 49. P. 194–200.

Kasser T., Ryan R.M. A dark side of the American dream: Correlates of financial success as a central life aspiration // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1993. Vol. 65. P. 410–422.

Kasser T., Ryan R.M. Further examining the American dream: Differential correlates of intrinsic and extrinsic goals // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1996. Vol. 22. P. 280–287.

Kasser T., Ryan R.M., Zax M., Sameroff A.J. The relations of maternal and social environments to late adolescents' materialistic and prosocial values // *Developmental Psychology*. 1995. Vol. 31. P. 907–914.

Lekes N., Gingras I., Philippe F.L., Koestner R., Fang J. Parental Autonomy-Support, Intrinsic Life Goals, and Well-Being Among Adolescents in China and North America // *Journal of Youth and Adolescence*. 2009. Vol. 39, N 8. P. 858–869.

Lynch M.F., La Guardia J.G., Ryan R.M. On being yourself in different cultures: Ideal and actual self-concept, autonomy support, and well-being in China, Russia, and the United States // *The Journal of Positive Psychology*. 2009. Vol. 4. P. 290–304.

Markus H.R., Kitayama S., Heiman R.J. Culture and “basic” psychological principles // Higgins E.T., Kruglanski A.W. (Eds.). *Social psychology: Handbook of basic principles*. N.Y.: Guilford, 1996. P. 857–913.

Myers D.G. The Funds, Friends, and Faith of Happy People // *American psychologist*. 2000. Vol. 55. P. 56–67.

Przybylski A.K., Ryan R.M., Rugby C.S. The Motivating Role of Violence in Video Games // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2009. Vol. 35, N 2. P. 243–259.

Reeve J. Self-determination theory applied to educational settings // Deci E.L., Ryan R.M. (Eds.). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002. P. 183–203.

Reeve J., Deci E.L., Ryan R.M. Self-determination theory: A dialectical framework for understanding socio-cultural influences on student motivation // McInerney D.M., Van Etten S. (Eds.). *Big theories revisited*. Greenwich, CT: Information Age Press, 2004. P. 31–60.

Rijavec M., Brdar I., Miljkovic D. Extrinsic vs. intrinsic life goals, psychological needs, and life satisfaction // Delle Fave A. (Ed.). *Dimensions of well-being. research and intervention*. Milano: Franco Angeli, 2006. P. 91–104.

Roth G., Assor A., Niemiec C.P., Ryan R.M., Deci E.L. The emotional and academic consequences of parental conditional regard: Comparing conditional positive regard, conditional negative regard, and autonomy support as parenting practices // *Developmental Psychology*. 2009. Vol. 45. P. 1119–1142.

Ryan R.M., Brown K.W. Legislating competence: The motivational impact of high stakes testing as an educational reform // Elliot A.E., Dweck C. (Eds.). *Handbook of competence*. N.Y.: Guilford Press, 2005.

Ryan R.M., Chirkov V.I., Little T.D., Sheldon K.M., Timoshina E., Deci E.L. The American dream in Russia: Extrinsic aspirations and well-being in two cultures // *Personality and Social Psychology Bulletin*. 1999. Vol. 25. P. 1509–1524.

Ryan R.M., Deci E.L. Self-determination theory and the facilitation of intrinsic motivation, social development, and well-being // *American Psychologist*. 2000. Vol. 55. P. 68–78.

Ryan R.M., Deci E.L. The darker and brighter sides of human existence: Basic psychological needs as a unifying concept // *Psychological Inquiry*. 2000. Vol. 11. P. 319–338.

Ryan R.M., Deci E.L. Intrinsic and extrinsic motivations: Classic definitions and new directions // *Contemporary Educational Psychology*. 2000. Vol. 25. P. 54–67.

Ryan R.M., Deci E.L. An overview of self-determination theory // Deci E.L., Ryan R.M. (Eds.). *Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002. P. 3–33.

Ryan R.M., Deci E.L. Self-regulation and the problem of human autonomy: Does psychology need choice, self-determination, and will? // *Journal of Personality*. 2006. Vol. 74. P. 1557–1586.

Ryan R.M., Frederick C.M. On energy, personality and health: Subjective vitality as a dynamic reflection of well-being // *Journal of Personality*. 1997. Vol. 65. P. 529–565.

Ryan R.M., Patrick H., Deci E.L., Williams G.C. Facilitating health behaviour change and its maintenance: Interventions based on self-determination theory // *The European Health Psychologist*. 2008. Vol. 10. P. 2–5.

Schmuck P., Kasser T., Ryan R.M. The relationship of well-being to intrinsic and extrinsic goals in Germany and the U.S. // *Social Indicators Research*. 2000. Vol. 50. P. 225–241.

Sheldon K.M., Kasser T. Psychological threat and extrinsic goal striving // *Motivation and Emotion*. 2008. Vol. 32. P. 37–45.

Sheldon K.M., Niemiec C. It's not just the amount that counts: Balanced need satisfaction also affects well-being // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2006. Vol. 91. P. 331–341.

Silva M.N., Markland D.A., Minderico C.S., Vieira P.N., Castro M.M., Coutinho S.S., Santos T.C., Matos M.G., Sardinha L.B., Teixeira P.J. A randomized controlled trial to evaluate self-determination theory for exercise adherence and weight control: Rationale and intervention description // *BMC Public Health*. 2008. Vol. 8. P. 234–247.

Soenens B., Vansteenkiste M., Lens W., Luyckx K., Beyers W., Goossens L., Ryan R. Conceptualizing parental autonomy support: Adolescent perceptions of promoting independence versus promoting volitional functioning // *Developmental Psychology*. 2007. Vol. 43. P. 633–646.

Vallerand R.J., Blanchard C.M., Mageau G.A., Koestner R., Ratelle C., Léonard M., Gagné M. Les passions de l'âme: On obsessive and harmonious passion // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003. Vol. 85. P. 756–767.

Vansteenkiste M., Sierens E., Soenens B., Luyckx K., Lens W. Motivational profiles from a self-determination perspective: The quality of motivation matters // *Journal of Educational Psychology*. 2009. Vol. 101. P. 671–688.

Vansteenkiste M., Timmermans T., Lens W., Soenens B., Van den Broeck A. Does extrinsic goal framing enhance extrinsic goal oriented individuals' learning and performance? An experimental test of the match-perspective vs. self-determination theory // *Journal of Educational Psychology*. 2008. Vol. 100. P. 387–397.

Vansteenkiste M., Neyrinck B., Niemiec C.P., Soenens B., De Witte H., Van Den Broeck A. On the relations among work value orientations, psychological need satisfaction, and job outcomes: A self-determination theory approach // *Journal of Occupational and Organizational Psychology*. 2007. Vol. 80. P. 251–277.

Veenhoven R. Are the Russians as unhappy as they say they are? Comparability of self-reports across nations // *Journal of Happiness Studies*. 2001. Vol. 2. P. 111–136.

Williams G.C. Improving patients' health through supporting the autonomy of patients and providers // *Deci E.L., Ryan R.M. (Eds.). Handbook of self-determination research*. Rochester, NY: University of Rochester Press, 2002. P. 233–254.

Williams G.C., Cox E.M., Hedberg V., Deci E.L. Extrinsic life goals and health risk behaviors in adolescents // *Journal of Applied Social Psychology*. 2000. Vol. 30. P. 1756–1771.

Williams G.C., Grow V.M., Freedman Z.R., Ryan R.M., Deci E.L. Motivational predictors of weight loss and weight-loss maintenance // *Journal of Personality and Social Psychology*. 1996. Vol. 70. P. 115–126.

Williams G.C., McGregor H.A., Sharp D., Levesque C.S., Kouides R.W., Ryan R.M., Deci E.L. Testing a self-determination theory intervention for motivating tobacco cessation: Supporting autonomy and competence in a clinical trial // *Health Psychology*. 2006. Vol. 25. P. 91–101.

Williams G.C., Rodin G.C., Ryan R.M., Grolnick W.S., Deci E.L. Autonomous regulation and adherence to long-term medical regimens in adult outpatients // *Health Psychology*. 1998. Vol. 17. P. 269–276.

[1] Проблемы развития теории самодетерминации обсуждались в первой части статьи (см. [Гордеева, 2010])

[2] В качестве одного из примеров приведем запреты гей-парадов – ведь именно возможность выбора, а не само гомосексуальное поведение поддерживается разрешением таких парадов в других странах.

[3] Барт Соенес (B.Soenens), Мартин Ванштеенкисте (M.Vansteenkiste), Гентский университет, Бельгия.

Поступила в редакцию 21 июня 2010 г. Дата публикации: 17 октября 2010 г.

[Сведения об авторе](#)

Гордеева Тамара Олеговна. Кандидат психологических наук, доцент (ученое звание); доцент Учебного центра по переподготовке кадров при кафедре психологии образования, факультет психологии, Московский государственный университет им. М.В. Ломоносова, ул. Моховая, д. 11, корп. 5, 125009 Москва, Россия.
E-mail: tamara@got.ps.msu.su

[Ссылка для цитирования](#)

Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 2: Вопросы практического применения теории [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 5(13). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.20гг). 0421000116/0050.

Часть 1

Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории [Электронный ресурс] // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. N 4(12). URL: <http://psystudy.ru> (дата обращения: чч.мм.гггг). 0421000116\0041.

[Последние цифры – номер госрегистрации статьи в реестре ФГУП НТЦ "Информрегистр".]

[К началу страницы >>](#)