

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие	5
Глава 1. Методология исследования осознанной саморегуляции в реализации личностных и когнитивных ресурсов человека	11
Глава 2. Опросные методы исследования стилевых особенностей саморегуляции	28
2.1. Стилиевая саморегуляция произвольной активности	28
2.1.1. Базовый опросник В. И. Моросановой «Стиль саморегуляции поведения – ССПМ»	29
2.1.2. Опросник «ССПМ со шкалой надежности»	58
2.1.3. Опросник «ССПМ – сокращенная версия»	72
2.2. Саморегуляция учебной деятельности	79
2.2.1. Опросный метод «Стиль саморегуляции студентов – ССС»	79
2.2.2. Опросный метод «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М»	94
2.2.3. Опросный экспресс-метод «Стиль саморегуляции учебной деятельности – ССУД-М» (2013)	113
2.2.4. Диагностика индивидуального профиля саморегуляции поведения у детей младшей и средней школы «ССПМД – оценочные шкалы»	125
2.3. Саморегуляция профессиональной деятельности	142
2.3.1. Диагностика стилевых особенностей саморегуляции спортивной подготовки (опросник «Стиль подготовки спортсмена – СПС»)	142

- 2.3.2. Диагностика стилевых особенностей саморегуляции у политиков в предвыборной кампании (опросник «Саморегуляция предвыборной кампании политика – СПП»)151
- 2.3.3. Опросник «Эмоциональные переживания в профессиональной деятельности – ЭППД» 164

Глава 3. Экспериментальные методы исследования осознанной саморегуляции человека195

- 3.1. Диагностика устойчивости психической саморегуляции в напряженной ситуации эксперимента. . . 196
- 3.2. Компьютерная игра как метод диагностики индивидуальных особенностей саморегуляции208
- 3.3. Программно-диагностический комплекс «Диагностика ситуационной специфики саморегуляции – ДСССР»222

Глава 4. Приемы развития осознанной саморегуляции учащихся общеобразовательной школы и студентов239

Литература298