

РОЗОВА Анна Павловна,

магистрант,

Международный институт консультативной психологии,

психоанализа и нейропсихологии,

ОАНО ВО «Московский психолого-социальный университет»,

г. Москва, Россия,

e-mail: rozova_anechka@mail.ru

УПРАВЛЯЮЩИЕ ФУНКЦИИ КАК КОГНИТИВНЫЕ ПРЕДИКТОРЫ БУДУЩЕЙ ПРОФЕССИОНАЛЬНОЙ УСПЕШНОСТИ И СОЦИАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ: ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР

Аннотация. В статье представлен теоретический обзор современных отечественных и зарубежных исследований, посвященных изучению управляющих функций и осознанной саморегуляции как когнитивных предикторов успешной социализации и профессиональной самореализации личности. Рассматривается эволюция когнитивного контроля от базовых нейропсихологических механизмов (рабочая память, когнитивная гибкость, тормозный контроль) в раннем детстве до сложного регуляторного метаресурса у взрослых. Показано, что сформированные в детском и подростковом возрасте управляющие функции не только определяют текущую академическую успешность, но и играют ключевую роль в преодолении стресса, адаптации к мультикультурной среде и поддержании психологического благополучия. Обосновывается вывод о том, что развитая система осознанной саморегуляции выступает фундаментальным фактором будущей карьерной устойчивости и эффективной интеграции человека в современную высококонкурентную социальную среду.

Ключевые слова: управляющие функции, осознанная саморегуляция, когнитивные предикторы, профессиональная успешность, социализация личности, психологическое благополучие, когнитивный контроль, академическая успеваемость.

ROZOVA Anna Pavlovna,

Master's Student,

International Institute of Counseling Psychology,

Psychoanalysis, and Neuropsychology,

OANO VO «Moscow Psychological and Social University»,

Moscow, Russia

EXECUTIVE FUNCTIONS AS COGNITIVE PREDICTORS OF FUTURE PROFESSIONAL SUCCESS AND SOCIALIZATION OF THE INDIVIDUAL: A THEORETICAL REVIEW

Annotation. The article presents a theoretical review of modern domestic and foreign studies on executive functions and conscious self-regulation as cognitive predictors of successful socialization and professional self-realization of personality. The evolution of cognitive control from basic neuropsychological mechanisms (working memory, cognitive flexibility, inhibitory control) in early childhood to a complex regulatory meta-resource in adults is considered. It is shown that executive functions formed in childhood and adolescence not only determine current academic success, but also play a key role in overcoming stress, adapting to a multicultural environment, and maintaining psychological well-being. The conclusion is substantiated that a developed system of conscious self-regulation acts as a fundamental factor in future career stability and the effective integration of a person into a modern, highly competitive social environment.

Key words: executive functions, conscious self-regulation, cognitive predictors, professional success, socialization of personality, psychological well-being, cognitive control, academic achievement.

Введение

Проблема поиска надежных предикторов, способных прогнозировать успешность профессиональной самореализации и уровень социальной адаптации личности, традиционно находится в центре внимания современной психологической науки. В условиях высокой динамичности современного общества, постоянного роста информационных нагрузок и необходимости непрерывного обучения, успешность взрослого человека все меньше определяется исключительно объемом накопленных знаний. На первый план выходят когнитивная гибкость и навыки саморегуляции. При этом фундамент данных характеристик закладывается еще на самых ранних этапах онтогенеза. В связи с этим возникает необходимость изучения управляющих функций как базовых когнитивных механизмов, которые, эволюционируя в процессе взросления, трансформируются в сложную систему. Именно эта система в дальнейшем обеспечивает карьерную устойчивость и психологическое благополучие специалиста. Целью данной статьи является теоретический обзор современных отечественных и зарубежных исследований, раскрывающих роль управляющих функций в качестве предикторов будущей профессиональной успешности и социализации личности.

1. Теоретические подходы к пониманию структуры и развития управляющих функций

Для того чтобы проследить путь от базовых когнитивных предпосылок к сложным формам профессионального поведения, необходимо обратиться к сущностным характеристикам рассматриваемого феномена. П. С. Попова и соавторы отмечают, что в современной психологической науке «термин «управляющие функции» (УФ) используется для обозначения способности человека управлять своей психической деятельностью и целенаправленным поведением, в том числе планировать действия и контролировать их выполнение» [5, с. 173]. При этом важно учитывать существующую терминологическую вариативность. Исследователи указывают, что «в отечественных работах УФ нередко обозначаются как «исполнительные функции», «регуляторные функции», «функции управления изменением поведения»» [5, с. 173].

С. С. Белова дополняет данное понимание, указывая, что этот феномен представляет собой ««зонтичный» концепт, синонимичный терминам «когнитивный контроль», «управляющий контроль», «контроль внимания», «регуляторные функции»» [1, с. 45]. В дифференциальной психологии наиболее обоснованным подходом счи-

тается выделение нескольких компонентов такого контроля. В частности, продолжает сохранять прочные позиции «представление о трехфакторной структуре управляющих функций (УФ), которую составляют (1) обновление содержания рабочей памяти (updating), (2) торможение (inhibition), (3) переключение (shifting)» [1, с. 45]. Каждый из этих компонентов играет специфическую роль в формировании когнитивной гибкости.

Интересно отметить, что развитие управляющих функций не является статичным процессом. Зарубежные авторы, такие как I. Menu и коллеги, подчеркивают, что «управляющие функции (УФ) – это набор высокоуровневых когнитивных функций, которые позволяют человеку намеренно регулировать свое мышление и действовать для достижения целей» [9, с. 1]. При этом доказано, что «структура УФ эволюционирует от однофакторной структуры в раннем детстве без четкого разделения между задачами УФ к двух-четырефакторной структуре в подростковом возрасте» [9, с. 1]. Это означает, что по мере взросления регуляция становится более специализированной, что критически необходимо для освоения сложных профессиональных навыков. Современные эмпирические исследования подтверждают эту возрастную динамику и указывают на возможность целенаправленного развития функций: «исследование представило первые доказательства структурных изменений в УФ, которые зависят от возраста и обучения, и поддерживает гипотезу о том, что обучение может ускорить развитие некоторых структурных аспектов УФ» [9, с. 1].

2. Роль управляющих функций на ранних этапах онтогенеза

Фундамент, обеспечивающий профессиональную устойчивость взрослого человека, начинает формироваться в дошкольном и младшем школьном возрасте. На начальных этапах образовательного пути классический психометрический интеллект еще не является единственным определяющим фактором успеха. Как показывают исследования А. М. Двойнина и Е. С. Троцкой, «самыми весомыми когнитивными предикторами у дошкольников оказались управляющие функции (рабочая память, тормозный контроль, когнитивная гибкость)» [2, с. 47]. Именно эти базовые компоненты образуют первичный каркас будущей осознанной саморегуляции, без которой невозможна успешная карьера.

Значимость раннего развития регуляторных навыков подтверждается их высоким прогностическим весом в долгосрочной перспективе. Эмпирически доказано, что «недостатки в развитии управляющих функций предсказывают последую-

щие академические дефициты в начальной школе» [2, с. 47], что в будущем неизбежно транслируется в трудности адаптации к рабочей среде. Примечательно, что структура предикторов успешности качественно меняется по мере взросления обучающегося. Авторы обращают внимание на важную закономерность: «с возрастом прогностическая сила когнитивных способностей уменьшается, а сила когнитивной саморепрезентации и личностного вклада увеличивается» [2, с. 47]. Таким образом, базовые нейropsychологические механизмы интериоризируются и сливаются с мотивационной сферой личности, подготавливая почву для самостоятельной взрослой жизни.

3. Образовательная среда как полигон для социализации и профессиональной подготовки

Интеграция когнитивной сети, происходящая в процессе школьного обучения, неразрывно связана с метакогнитивным развитием. Образовательная среда выступает первичным социальным полигоном, где базовые механизмы мозга трансформируются в сложные формы осознанного поведения. Как подчеркивает коллектив авторов под руководством А. И. Савенкова, «развитие управляющих функций в детском возрасте является важнейшим условием не только академической успешности, но и последующей социально-психологической адаптации» [6, с. 45]. В этом контексте контроль рассматривается как фундаментальный ресурс для выстраивания карьерных перспектив, поскольку «когнитивный контроль определяет способность личности к выстраиванию долгосрочных стратегий поведения, что критически важно для профессиональной самореализации» [6, с. 82].

Особый интерес представляет то, как данные функции опосредуют связь между общим интеллектом и креативностью – важнейшим качеством современного специалиста. Анализ литературы, проведенный С. С. Беловой, показывает, что «возрастной аспект проблемы связи когнитивного контроля и креативности релевантен большому спектру вопросов, изучение которых актуально в социальном и психолого-педагогическом отношении» [1, с. 49], а сам «когнитивный контроль – звено, в определенной мере объясняющее эту связь» [1, с. 50].

Процесс социализации все чаще протекает в условиях сложной мультикультурной среды. Рассматривая усвоение новых лингвистических систем, Ю. П. Зинченко и соавторы выявили, что базовые способности остаются надежным фундаментом: «вне зависимости от родного языка интеллект прямо пропорционален успешности в обучении русскому языку» [3, с. 6]. Однако роль

рабочей памяти, как одного из компонентов УФ, оказывается неоднозначной: «рабочая память в обеих группах школьников... не связана ни с каким показателем успешности в обучении» [3, с. 6]. На первый план выходит другой параметр: авторы подчеркивают, что «вне зависимости от языковой группы скорость переработки информации актуализируется в структуре связей с показателями успешности... что является специфичным для процессов усвоения русского языка как неродного» [3, с. 6]. Это доказывает, что при столкновении с высокоуровневыми социальными задачами структуру контроля органично дополняет нейродинамическая пластичность.

4. Долгосрочные эффекты саморегуляции: от академических испытаний к профессиональной зрелости

Переход от базовых когнитивных функций к практической результативности ярче всего проявляется в ситуациях экзаменов, которые выступают своеобразной моделью будущих профессиональных вызовов, конкуренции и стресса на рабочем месте. Т. Г. Фомина с соавторами в своем лонгитюдном исследовании убедительно доказывают, что «уровень развития осознанной саморегуляции является долгосрочным предиктором академической успеваемости и прогностичным ресурсом экзаменационной успешности обучающихся в средней школе» [8, с. 111].

Раннее формирование этих навыков имеет выраженный отсроченный эффект. Исследователи выявили, что «уровень развития осознанной саморегуляции, измеренный у обучающихся в 7-м классе, является долгосрочным предиктором академической успеваемости и результатов основного государственного экзамена в 9-м классе» [8, с. 110]. Следовательно, успешная адаптация требует осознанности: «формирование психологических компетенций, позволяющих учащимся успешно проходить экзаменационные испытания, тесно связано с развитием осознанной саморегуляции учебной деятельности как способности к самостоятельному и ответственному выдвижению учебных и жизненных целей и управлению их достижением на основе максимального использования своих индивидуальных ресурсов» [8, с. 112]. Именно этот сложный механизм самостоятельного выдвижения целей трансформируется во взрослом возрасте в ключевой фактор карьеры.

Способность к саморегуляции выполняет также важнейшую компенсаторную функцию в периоды выгорания. В другом исследовании Т. Г. Фомина указывает, что в кризисные переходные периоды благодаря развитой саморегуляции «ученики могут компенсировать недостаточную вовле-

ченность и мотивацию, преодолев естественные ограничения, которые связаны с социальной ситуацией развития и психофизиологическим созреванием» [7, с. 38]. К моменту окончания базового образовательного этапа структура когнитивного контроля меняется: «регуляторные паттерны, как правило, к концу школьного обучения уже сформированы» [7, с. 38]. На этом этапе «их влияние на эффективность успеваемости во многом обуславливается личностной инициативностью, интересом к определенным предметным областям, субъектной значимостью поставленных целей» [7, с. 38].

5. Осознанная саморегуляция как метаресурс и фактор психологического благополучия

На высших этапах личностного развития разрозненные регуляторные навыки интегрируются в единый мощный конструкт. Для понимания механизмов адаптации взрослой личности специалисты сегодня используют сетевой анализ, который позволяет «моделировать то, как различные когнитивные процессы, включая УФ, совместно функционируют для достижения конкретной цели» [5, с. 175], что значительно повышает «экологическую валидность и надежность результатов» [5, с. 175].

Современные исследователи предлагают рассматривать этот феномен через призму ресурсного подхода. В. И. Моросанова и соавторы указывают, что «осознанная саморегуляция приобретает свойства метаресурса, который обеспечивает: (1) согласованное взаимодействие регуляторных ресурсов, направленных на решение конкретных задач, (2) выбор стратегий их одновременного функционирования, (3) оптимизацию перераспределения ограниченных общесистемных ресурсов» [4, с. 135]. В условиях многозадачности «осознанная саморегуляция как метаресурс не только способствует успешной адаптации к различным жизненным ситуациям, но и усиливает воздействие других психологических ресурсов» [4, с. 140].

Конечным итогом эффективной социализации выступает поддержание психологического благо-

получия. В систематическом обзоре S. Rodriguez и соавторов подчеркивается, что «автономная регуляция целей позитивно предсказывает последующую удовлетворенность жизнью и позитивный аффект, а также негативно предсказывает негативный аффект» [10, р. 8]. С другой стороны, дефицит регуляции имеет серьезные последствия. Авторы отмечают, что проблемы с контролем внимания и поведения в детстве ассоциируются почти с двукратным увеличением риска развития депрессии и тревожных состояний в подростковом возрасте (в оригинале исследования указывается, что они увеличивают риск развития депрессии в 1,73 раза и тревожных состояний в 1,7 раза [10, с. 10]). Такие нарушения становятся серьезным барьером для успешного построения взрослой жизни.

Заключение

Подводя итог проведенному теоретическому анализу, можно сделать вывод о том, что управляющие функции представляют собой фундаментальный когнитивный базис, определяющий траекторию социального и профессионального становления личности. Зарождаясь в дошкольном и младшем школьном возрасте в виде относительно простых нейропсихологических механизмов тормозного контроля, рабочей памяти и когнитивной гибкости, по мере взросления человека они органично интегрируются в мотивационно-смысловую сферу. Эта интеграция приводит к формированию сложной системы осознанной саморегуляции, которая начинает выполнять функцию психологического метаресурса. Данный метаресурс не только обеспечивает высокую академическую результативность на этапах обучения, но и выступает главным предиктором будущей профессиональной востребованности, стрессоустойчивости и субъективного благополучия взрослого человека. Способность самостоятельно ставить цели, гибко распределять внутренние резервы и компенсировать ситуативное падение мотивации является тем стержнем, который позволяет личности успешно адаптироваться к любым вызовам современного социума.

Список литературы:

- [1] Белова С. С. Креативность и управляющие функции: обзор зарубежных дифференциально-психологических исследований / С. С. Белова // Современная зарубежная психология. – 2021. – Т. 10. – № 4. – С. 44-54.
- [2] Двойнин А. М. Когнитивные предикторы академической успешности: как общие закономерности «работают» на ранних этапах образования? / А. М. Двойнин, Е. С. Троцкая // Психологическая наука и образование. – 2022. – Т. 27. – № 2. – С. 42-52.
- [3] Зинченко Ю. П. Когнитивные предикторы успешности обучения русскому языку как неродному: кросскультурный анализ / Ю. П. Зинченко, И. В. Гайдамашко, С. Б. Малых, О. А. Калмык, Т. Н. Тихомирова // Теоретическая и экспериментальная психология. – 2020. – Т. 13. – № 1. – С. 6-21.

- [4] Моросанова В. И. Осознанная саморегуляция как метаресурс достижения учебных целей и поддержания школьной вовлеченности / В. И. Моросанова, Т. Г. Фомина, И. Н. Бондаренко, А. М. Потанина // *Национальный психологический журнал*. – 2026. – Т. 21. – № 1 (26). – С. 133-145.
- [5] Попова П. С. Управляющие функции: современные представления, клиническая диагностика и перспективы / П. С. Попова, А. Е. Хрулев, В. Н. Григорьева, С. Н. Сорокоумова, О. В. Суворова // *Неврологический вестник*. – 2025. – Т. 57. – № 2. – С. 170-179.
- [6] Савенков А. И. Когнитивное и метакогнитивное развитие личности в современной образовательной среде / А. И. Савенков [и др.]. – Москва: Издательство «Перо», 2024. – 187 с.
- [7] Фомина Т. Г. Лонгитюдное исследование взаимосвязи осознанной саморегуляции, школьной вовлеченности и академической успеваемости учащихся / Т. Г. Фомина, Е. В. Филиппова, В. И. Моросанова // *Психологическая наука и образование*. – 2021. – Т. 26. – № 5. – С. 30-42.
- [8] Фомина Т. Г. Осознанная саморегуляция и школьная вовлеченность как ресурсы экзаменационной успешности: лонгитюдное исследование / Т. Г. Фомина, Е. В. Филиппова, М. Л. Ованесбекова, В. И. Моросанова // *Российский психологический журнал*. – 2022. – Т. 19. – № 4. – С. 110-121.
- [9] Menu I. A network analysis of executive functions before and after computerized cognitive training in children and adolescents / I. Menu, G. Rezende, L. Le Stanc, G. Borst, A. Cachia // *Scientific Reports*. – 2022. – Vol. 12. – № 1. – P. 14660.
- [10] Rodríguez S. Self-regulation and students well-being: A systematic review 2010-2020 / S. Rodríguez, R. González-Suárez, T. Vieites, I. Piñeiro, F. M. Díaz-Freire // *Sustainability*. – 2022. – Vol. 14. – № 4. – P. 2346.

References:

- [1] Belova S. S. Creativity and executive functions: a review of foreign differential psychological studies / S. S. Belova // *Modern foreign psychology*. – 2021. – Vol. 10. – No. 4. – Pp. 44-54.
- [2] Dvoynin A. M. Cognitive predictors of academic success: how do general patterns “work” in the early stages of education? / A. M. Dvoynin, E. S. Trotskaya // *Psychological science and education*. – 2022. – Vol. 27. – No. 2. – Pp. 42-52.
- [3] Zinchenko Yu. P. Cognitive predictors of success in teaching Russian as a second language: a cross-cultural analysis / Yu. P. Zinchenko, I. V. Gaidamashko, S. B. Malykh, O. A. Kalmyk, T. N. Tikhomirova // *Theoretical and experimental psychology*. – 2020. – Vol. 13. – No. 1. – Pp. 6-21.
- [4] Morosanova V. I. Conscious self-regulation as a meta-resource for achieving educational goals and maintaining school engagement / V. I. Morosanova, T. G. Fomina, I. N. Bondarenko, A. M. Potanina // *National psychological journal*. – 2026. – Vol. 21. – No. 1 (26). – Pp. 133-145.
- [5] Popova P. S. Executive functions: modern concepts, clinical diagnostics and prospects / P. S. Popova, A. E. Khrulev, V. N. Grigorieva, S. N. Sorokoumova, O. V. Suvorova // *Neurological Bulletin*. – 2025. – Vol. 57. – No. 2. – Pp. 170-179.
- [6] Savenkov A. I. Cognitive and metacognitive development of personality in the modern educational environment / A. I. Savenkov [et al.]. – Moscow: Pero Publishing House, 2024. – 187 p.
- [7] Fomina T. G. Longitudinal study of the relationship between conscious self-regulation, school involvement and academic performance of students / T. G. Fomina, E. V. Filippova, V. I. Morosanova // *Psychological Science and Education*. – 2021. – Vol. 26. – No. 5. – P. 30-42.
- [8] Fomina T. G. Conscious self-regulation and school engagement as resources for examination success: A longitudinal study / T. G. Fomina, E. V. Filippova, M. L. Ovanesbekova, V. I. Morosanova // *Russian Psychological Journal*. – 2022. – Vol. 19. – No. 4. – P. 110-121.
- [9] Menu I. A network analysis of executive functions before and after computerized cognitive training in children and adolescents / I. Menu, G. Rezende, L. Le Stanc, G. Borst, A. Cachia // *Scientific Reports*. – 2022. – Vol. 12. – No. 1. – P. 14660.
- [10] Rodríguez S. Self-regulation and students well-being: A systematic review 2010-2020 / S. Rodríguez, R. González-Suárez, T. Vieites, I. Piñeiro, F. M. Díaz-Freire // *Sustainability*. – 2022. – Vol. 14. – No. 4. – P. 2346.