

## Научный обзор

УДК 159.955

<https://doi.org/10.21702/rpj.2022.4.8>

# Обзор категории «цель» в психологии

**Роман В. Васёв**

Московский гуманитарный университет, г. Москва, Российская Федерация

[fin.roman285@gmail.com](mailto:fin.roman285@gmail.com)

---

**Аннотация: Введение.** В статье представлен обзор категории «цель» с психологической точки зрения, раскрывается состояние исследования целей в настоящее время. Обобщены результаты порядка 100 литературных источников, включая эмпирические исследования целей. Предпринимается попытка собрать определения цели и обобщить их в единый конструкт. Показаны структура и свойства целей, отношения между средствами и целями, иерархия целей и подцелей, взаимосвязь между целями и планами, процессы постановки и достижения целей. Новизна работы заключается в уточнении категории «цель» с учетом имеющихся на данный момент научных знаний, конструировании психологического феномена «цель» на основе ключевых характеристик, используемых в литературе, выявлены дефициты в сфере изучения целей. **Теоретическое обоснование.** Теоретические наработки психологии в данной области используются во всех сферах деятельности – в образовании, на производстве, в спорте, системе здравоохранения и быту. Внимание уделяется конфликту целей и распределению ресурсов между несколькими целями, модели Т. О. Т. Е., модели фаз действия «Рубикон», теории разворота Аптера, концепции психологической дистанции до цели, теме целенаправленного поведения с кибернетических позиций. **Результаты.** Автор дает исторический экскурс, касающийся категории цель конца XIX–XX вв., также отражены результаты исследований современного времени. На основании проведенного анализа установлено, что категория «цель» в XX в. бурно развивается и становится одним из звеньев мотивационной сферы человека. **Обсуждение результатов.** Категория «цель» в психологии является объектом исследования различных психологических школ и направлений и имеет ключевое значение в прогнозировании поведения, занимает одно из центральных мест в психологии личности. На данном этапе развития психологической науки недостаточно изучены вопросы динамики системы целей в различной экологической среде и во времени, характер связей в системе целей раскрыт в виде иерархических схем, без учета весов самих связей.

**Ключевые слова:** цель, мотивация, целеобразование, иерархия целей, конфликт целей, достижение цели, поведение, потребность, ценность, стимул

## Основные положения:

➤ проведен анализ терминологии категории «цель» в психологической науке, основных теоретических положений и некоторых эмпирических исследований;

► существует значительное разнообразие терминов в области исследования целей; цели служат стандартом, с которым сравниваются представления о текущих или ожидаемых состояниях;

► разнообразие возникает из-за соображений свойств и отношений между целями, способа представления целей, операций, предназначенных для достижения целей, мониторинга и модификации поведенческих последовательностей для реализации планов и стратегий и контроля достижения целей, и процессов принятия решений, связанных с установлением, достижением, пересмотром и сохранением целей.

**Для цитирования:** Васёв, Р. В. (2022). Обзор категории «цель» в психологии. *Российский психологический журнал*, 19(4), 122–136. <https://doi.org/10.21702/rpj.2022.4.8>

## Введение

Цели человека с давних времен привлекали внимание исследователей: в настоящий момент существует значительный объем теоретических и эмпирических исследований, касающихся постановки и достижения целей. Во многих работах целевая система личности сопоставляется с различными мотивационными феноменами, выявлено множество взаимосвязей: усилия какого рода и какой степени способствуют достижению поставленных целей, приверженность целей и успех в их достижении в зависимости от трудности целей, типы мотивации и продуктивность целеобразования при решении комплексных задач.

Категория «цель» существует с момента зарождения самой психологической мысли и объединяет в себе широкий ряд значений, очертить которые мы попробуем в данном обзоре.

## Теоретическое обоснование

### **Анализ основных исследований и публикаций**

В эпоху просвещения Ф. Гербарт – немецкий ученый, сторонник научного анализа ментальных репрезентаций (образов) – подчеркивал значение представлений для объяснения человеческого поведения. Американский философ и психолог У. Джеймс (James, 1902) связывал саморегуляцию с усилением слабой тенденции к выполнению желаемого поведения, либо с ослаблением сильной тенденции к выполнению нежелательного поведения. Анализ воли У. Джеймса основывался на предположении, что поведение потенциально может регулироваться субъективными целями, даже если в определенных ситуациях и в определенное время это может быть трудно.

В 1896 г. ученик В. Вундта (Wundt) О. Кюльпе (Külpe) основал Вюрцбургскую психологическую школу экспериментального исследования мышления и воли. В работе Вюрцбургской школы цели имели особое значение в психологическом теоретизировании и получили устойчивое концептуальное и эмпирическое внимание. Появлялись релевантные для цели выражения, обычно использовался термин «конечное состояние» или «объект». Психологи «Вюрцбургской школы» (О. Кюльпе, К. Бюлер, Н. Ах, К. Марбе и др.) отказались от ассоцианистского понимания психической активности в целом и процессов мышления. Цели и целеполагание неразрывно связаны с мышлением, представляющим активный направленный процесс, процесс определения отношений (Анциферова и др., 1966). В. Вундт в 1920 г. писал о волевых процессах и принципе гетерогонии целей (Patel & Mehta, 2014; Fahrenberg, 2020).

Этот принцип проявляется в последствиях действий, которые выходят за рамки первоначально намеченной цели и создают новые мотивы, которые, возможно, приведут к неожиданным результатам. Таким образом, цели умножаются в результате самосозидания целей, постоянно растет целевая организация (цепочка мотивов). Этот принцип имеет важное значение для понимания мотивационных процессов.

Работа И. П. Павлова «Рефлекс цели» (Павлов, 2001) имеет огромное значение для развития направления исследования целей. Цели, по И. П. Павлову, относятся к категории врожденных свойств человека, к основной деятельности нервной системы. Рефлекс цели определяется как стремление к обладанию определенным раздражающим предметом, как важный фактор поведения, как проявление важнейшего стимула жизни. Ученый связывает вопрос о происхождении рефлекса цели с общим инстинктом жизни. И. П. Павлов подчеркивал значение данного рефлекса в активном, целенаправленном поведении (Павлов, 2001, 2011).

С развитием бихевиоризма, во втором десятилетии XX в., когда психология стремилась ограничиться наблюдаемым поведением, цели (и другие психические процессы и внутренние мыслительные события) стали вытесняться за рамки научной психологии. Со временем цели вернулись в фокус научных исследований. Представитель бихевиоризма (необихевиоризма впоследствии) Э. Толмен обратил внимание, что поведение неразрывно с целеустремленностью. Ученый стремился объяснить целеустремленный характер поведения, опираясь на наблюдаемое поведение, он определил «цель-объект» как объект или ситуацию, к которой (от которой) движется организм (Tolman, 1949). Э. Толмен помог сохранить центральное место целей в психологии, совместив при этом бихевиоризм и целевые конструкции.

К 30-м гг. XX в. в психологической литературе нашла свое отражение конструкция цели. Слово «цель» стало обычным явлением и использовалось как научный термин для описания или объяснения психологических явлений; последующие теоретические изыскания сосредоточились на представлении конкретных вариантов целевых конструкторов и их применении в сфере психологии мотивации.

С. Мейс, британский исследователь, на которого, возможно, меньше, чем на других, повлиял американский бихевиоризм, был первым, кто обратил внимание на влияние различных типов целей на выполнение задач (Phillips, 1991), а также провел первые эмпирические исследования постановки целей в 1935 г., из которых он сделал вывод о наличии у людей (работников) воли к работе – что факт достижения цели сам по себе может выступать в качестве мотиватора (Carson et al., 1994).

В 1930–1940-е гг. Г. Олпорт (Allport, 1937; Олпорт, 2002) постулирует идею о функциональной автономии мотивов. Функциональная автономия представляет собой приобретенную систему мотивации, отличающуюся от первоначальной мотивации поведения. Последующий мотив образуется путем надстройки над исходным и функционально от него отличается. Таким образом, часть человеческих побуждений функционально не зависит от первоначальных мотивов, обуславливающих поведение. Функциональная автономия дает попытку обосновать наличие у взрослых людей комплекса актуальных мотивов, не имеющих под собой в настоящий момент видимой ориентации на будущее состояние (Craik et al., 1993).

Н. Ах (Ach, 1935) предположил, что связь в сознании человека ожидаемой ситуации с конкретным предполагаемым поведением создает то, что он назвал «определенностью (ясностью)», которая автоматически запускает предполагаемое действие, когда возникает конкретная ситуация. Сила «определенности» не связана с важностью внимания или цели человека.

Предположение Н. Аха о том, что автоматические процессы могут во многом способствовать достижению цели человека, подтверждается недавними выводами о том, что стратегии саморегуляции как намерений реализации (Gollwitzer & Oettingen, 2011) оказывают благотворное влияние на основе автоматических процессов, а также открытием того, что стремление к достижению цели может быть активировано (т. е. инициировано) вне сознания человека путем подсознательного представления сигналов, имеющих отношение к цели (например, сигналов, которые относятся к деятельности, имеющей отношение к цели) (Bargh, 1990).

К. Левин (Lewin, 1926) утверждает, что когда организм устанавливает определенную цель, в игру вступает система напряжения и остается до тех пор, пока цель не будет достигнута или пока организм «не покинет поле». Спустя двадцать лет К. Левин и его коллеги (Lewin et al., 1944) изучали сознательные цели (уровни стремления). Они рассматривали уровни стремления как зависимую от различных мотивационных факторов (прежде всего других уровней) переменную. Цели придают значимость объектам и событиям в социальном и несоциальном окружении людей. Поскольку потребности могут быть удовлетворены различными типами поведения, которые могут заменять друг друга в снижении напряжения потребностей, многие различные целенаправленные поступки подходят для удовлетворения квазиданных, связанных с поставленной целью. Таким образом, метафора состояния напряжения К. Левина объясняет гибкость стремления к цели.

С зарождением в 1940-х гг. новой междисциплинарной области исследования кибернетики исследования целей стали еще популярней. В конце 1940-х, начале 1960-х гг. появились работы по теме целенаправленного поведения с кибернетических позиций («Поведение, цель и телеология» Н. Винера и Дж. Бигелоу (Rosenblueth et al., 1943)). Кибернетические модели предполагали использование биологических и механических систем на основе обратной связи, с учетом того, что в системе заложена цель (целевое состояние). Главный смысл данных систем – стремиться к достижению известной цели, поддерживать конечное состояние. В кибернетических моделях человек обладает представлениями о стандартах поведения (обобщенные состояния, характерные для каждого индивида), используемых посредством самонастройки и самоорганизации для регулирования поведения.

Д. Макклелланд (McClelland) и Дж. Аткинсон (Atkinson) в 1953 г. постулировали существование внутренних мотивов, таких как потребность в достижениях, но утверждалось, что они являются подсознательными. В последующие годы Дж. Аткинсон (1957 г.) и Д. Макклелланд (1985 г.) развивали проблему потребности в достижениях с точки зрения мотива власти (Locke & Latham, 2002; Maehr & Sjogren, 1971).

В 1956 г. Б. Блум опубликовал «Таксономию образовательных целей», классифицирующую образовательные цели, в частности, в рамках когнитивной психологии. Достижение образовательных целей из когнитивной области включало выполнение задач, связанных с признанием знаний и развитием интеллектуальных навыков и способностей (Bloom et al., 1956; Anderson & Krathwohl, 2001).

Теория функциональных систем (1930–1955) советского физиолога П. К. Анохина (Анохин, 1955) содержит в себе «акцептор результата действия», представляющего когнитивную модель будущих результатов в виде сети нейронов. Циркулирование возбуждения по данной сети позволяет удерживать цель поведения человека. Иными словами, цель является синонимом акцептора результата действия.

Более поздние теории истолковывают людей как справедливых и всезнающих окончательных судей своих действий. Например, теория ожидаемой ценности (Atkinson, 1957) предполагает,

что люди выбирают цели рациональным способом, основываясь на всестороннем знании вероятности достижения цели и ожидаемой ценности цели (Wigfield, 1994). В модели решения общих проблем А. Ньюэлл (Newell et al., 1958) обсуждал отношения между средствами и целями, и иерархию целей и подцелей.

Г. Миллер, Е. Галантер (Galanter) и К. Прибрам (Pribram) (Miller et al., 1960) раскрыли взаимосвязь между целями и планами, а в 1960 г. опубликовали модель Т. О. Т. Е. («Test – Operate – Test – Exit»), описывающую взаимосвязи структур восприятия и поведения у животных и человека. Согласно модели, программа поведения состоит из иерархически расположенных этапов тестирования и действия. Тестирование заключается в сопоставлении текущего результата действия с целевым значением или желаемым состоянием (целью), происходит сверка фактического значения с эталонным. Этап «операции» характеризуется действиями по реализации намеченной цели. Ключевое значение в модели принадлежит петле обратной связи, посредством которой происходит коррекция планов действий на этапе тестирования. При достижении соответствия текущего состояния эталонному (задуманной цели) процесс завершается, наступает фаза «выхода» (Miller et al., 1960).

В 70-х гг. Э. Локк начал исследовать влияние целей на человеческую деятельность, в это время создана знаменитая теория постановки целей, опубликована его первая статья на эту тему «К теории мотивации задач и стимулов» в 1968 г. (Locke, 1968).

В это же время Р. Райен (Ryan, 1970) утверждал, что на поведение человека прежде всего влияют сознательные цели, планы, намерения, задачи и тому подобное. Совокупность данных феноменов Р. Райен назвал объяснительными концепциями первого уровня – они являются непосредственными мотивационными причинами большинства человеческих действий.

Т. Гьесме разработал концепцию психологической дистанции до цели, используя время до достижения цели, ориентацию на будущее время, рассматриваемую как черту, и ожидание достижения цели (вероятность достижения) (Gjesme, 1981).

В середине 1980-х гг. Дж. Хекхаузен и П. Голлвицер (J. Heckhausen, P. Gollwitzer) задались целью проанализировать, как люди контролируют свои действия. Разделение контроля действий на различные фазы значительно улучшало понимание данного процесса. В 1987 г. Дж. Хекхаузен и П. Голлвицер предложили модель фаз действия «Рубикон», которая описывает ход действия как временной, линейный путь, начинающийся с желания человека и заканчивающийся оценкой достигнутых результатов действия (Heckhausen & Gollwitzer, 1987). Порядок действий включает в себя этап обсуждения целесообразности (выбора цели), фазу планирования конкретных стратегий для достижения этой цели, фазу введения в действие этих планов (деятельностный этап) и этап анализа достигнутых результатов (постдеятельностный этап) (Keller et al., 2020). Модель Рубикона впоследствии была заменена теорией мышления о фазах действия, в которой каждый из четырех этапов, как было предложено, был связан с особым мышлением (Gollwitzer, 1990, 2012). Последующие исследования показали, что намерения по реализации, зависящие от конкретных условий, связывающие контекст и действия, квалифицируются как мощный инструмент саморегуляции, когда дело доходит до достижения своих целей, независимо от того, к какой области относятся эти цели. Намерения по реализации – это конкретные планы «если – то», определяющие критическую ситуацию (подходящую возможность действовать в соответствии с целью) и связывающие ее с целенаправленным ответом. Такие планы повышают показатели достижения целей (Gollwitzer, 1999, 2014; Gollwitzer & Sheeran, 2006).

Исследования также показывают, что доступность и тип социальной поддержки (Chiaburu et al., 2010; Martin, 2010; Orehek & Forest, 2016), а также регулирование эмоций равны или даже важнее, чем когнитивные способности в прогнозировании как намерения, так и возникновения новых привычек на пути к цели (Lawton et al., 2009).

Цели являются важным компонентом теории деятельности, т. к. напрямую связаны с действиями. Действия подчинены представлению о результате, который должен быть достигнут, и являются составляющими компонентами структуры деятельности. Цель более высокого порядка имеет свойство распадаться на несколько конкретных целей, порождающих определенный набор последовательных действий. Одно и то же действие при этом может относиться к различным деятельности, переходить из одной деятельности в другую. Аналогично и цель может иметь ряд мотивов. Развернутая деятельность предполагает достижение целого ряда конкретных целей, а общая цель – постановку частных целей. Осознанный мотив есть общая цель (мотив-цель) (Леонтьев, 1975).

С. Л. Рубинштейн предмет удовлетворения потребности рассматривает как цель; предметы становятся объектами желаний и возможными целями действий субъекта, когда он включает их в практическое осознание своего отношения к потребности (Ильин, 2011; Юров, 2015).

В отечественной психологии вопросами соотношения целей, образования целей, уровней целей и смыслов занималась в рамках изучения мышления научная школа О. К. Тихомирова (Бабаева и др., 2008). Цели у О. К. Тихомирова заключают в себе предвосхищаемые результаты действий и обусловлены внешними условиями. В действии выделяются разные цели (иерархия целей). Действие может оцениваться как в его отношении к той «идеальной» цели, к которой оно стремится, так и в отношении к конкретной цели, с которой непосредственно связано данное действие. Образ будущего результата всегда связан с оценкой субъектом значимости этого результата и его достижимости после осуществления действия. Цель характеризуется разной степенью ясности (Тихомиров, 1984).

М. Г. Ярошевский считал, что будущие цели придают мышлению целенаправленный характер, упорядочивая ход мысли, детерминируют будущую последовательность действий (Ярошевский, 1985).

Советский и российский психолог В. В. Петухов в 1987 г. при определении феномена мышления использовал телеологический подход, важнейшей характеристикой которого является внутренняя направленность субъекта на достижение цели. В психологической структуре задачи, как элемент мыслительного процесса, иницирующим элементом является субъективно поставленная цель. В ходе мыслительного процесса (как процесса решения задачи) происходит преобразование наличного требования в субъективную цель, выдвижение промежуточных целей (при необходимости), выдвижение целей, выходящих за пределы условий проблемной ситуации и поставленных требований. Представление о будущем результате есть субъективная цель, тем самым акт принятия задачи является одновременно и актом преобразования поставленного требования в конкретные цели действий субъекта по решению задачи (Петухов, 1987).

Теория разворота М. Аптера (Apter, 1989, 2006) утверждает, что существуют альтернативные состояния мотивационных систем, доступные индивиду для взаимодействия с его окружением. Теория включает метамотивационные конструкции в рамках бистабильности. Бистабильность относится к возможности переключения между двумя состояниями: телическим (направленным на достижение цели) и парателическим (ориентированным на деятельность). Фокусировка более высокого порядка (телическая) может привести к пересмотру планов и к переходу от телических состояний к парателическим состояниям.

В 1990-е гг. ряд зарубежных ученых определяют цель (или стремления) как одну из весьма существенных переменных в исследовании личности и мотивации будущего, они проводят циклы эмпирических исследований и предлагают методики измерения целей (Невструева и др., 2016).

## **Результаты**

### ***Сфера определений категории «цель»***

По мнению Е. Хилгарда (Hilgard, 1953; Leary, 2002), цель представляет собой конечное состояние или условие, к которому направлено мотивированное последовательно развертывающееся поведение и посредством которого эта последовательность завершается.

В гештальтпсихологической теории мышления М. Вертегеймер обозначает целью обязательный элемент задачи, необходимый для запуска направленного поведения (Wertheimer, 1959; Вертгеймер, 1987).

Цель – образ будущего результата (Леонтьев, 1975), как мысленное предвосхищение результата деятельности (Кондаков, 2003).

Цель – осознанное, выраженное в словах, предвосхищение будущего результата действия, образ будущих результатов, косвенно связанный с мотивом (Тихомиров, 1984).

Цели – это желаемые состояния, которые представляют собой последствия поведения, которых человек стремится достичь (положительные последствия), или попытки избежать (негативных последствий) (Winell, 1987).

По мнению А. Ребера и А. Раймон, цель определяется как внутренне представленная мыслительная задача, поставленная индивидом, которая руководит его поведением и направляет его (Reber & Allen, 2000).

Дж. Остин и Дж. Ванкувер определили цели как внутренние представления о желаемых состояниях (результатах, событиях или процессах) (Austin & Vancouver, 1996).

Цель – когнитивное представление, охватывающее связь средств достижения цели и желаемых результатов (Kruglanski et al., 2002). Цели состоят, таким образом, из средств достижения цели и желаемого результата.

Цели описываются как строительные блоки для выполнения разнообразных задач развития, а их достижение способствует формированию долгосрочных моделей успешного развития (Freund & Riediger, 2006).

Под целью понимается полученный с помощью мышления идеальный образ будущего результата, достижение которого обусловлено мотивацией мыслящего субъекта, и для определения которого должны быть предприняты определенные действия. Целью может быть некоторое пространственное положение, отдаленное событие, желаемое для действующего лица состояние себя самого или иной системы (Глазунов, Сидоров, 2017).

Цели как врожденный потенциал неудовлетворенности. Постановка целей создает отрицательное несоответствие между фактическим и желаемым состоянием (Kaftan & Freund, 2018).

Цели по Д. Дернеру – это маяки, указывающие направления действия (Dörner, 1997). Цели можно определить как внутреннее представление желаемых результатов (Austin & Vancouver, 1996).

Цели – это инциденты, которые еще не произошли с человеком, но человек желает, чтобы они произошли с ним. Поскольку они не могут происходить сами по себе, человек следует набору правил или плану для обеспечения достижения цели (Balctis & Dunning, 2010).

Наличие множества различных понятий для описания целей личности предполагает создание обобщающего конструкта. Р. Эммонс (Emmons, 2003) использовал термин «личностное стремление» как обобщающий термин для исследования целей личности. Чтобы подчеркнуть специфику конструкта, Р. Эммонс акцентирует внимание на различиях между личными стремлениями и другими понятиями целевой системы личности, выделяет границы различных личностных целевых единиц.

С другой стороны, при таком большом количестве определений целей, необходимым становится выделение ключевых их характеристик. Конструкция цели была по-разному определена в терминах познания (Locke, 2000; Locke & Latham, 1990; Fishbach & Ferguson, 2007), поведения (Bargh et al., 2001; Elliot, 2005), аффекта (Pervin, 1983; Ferguson & Bargh, 2004), направленности личности (Васильев, 2016), нейробиологии (Berkman & Rock, 2014; Berkman, 2018).

Л. Барсалоу (Barsalou, 1991) рассматривал цели как помощь в классификации поведенческих категорий, имеющих отношение к решению проблем понимания, преобразования и организации действительности.

Исследования индивидуальных различий с точки зрения мотивационных ориентаций заменили конструкцию потребности (мотива) конструкциями, описывающими общую ориентацию на цели, такие как личные проекты, личные стремления, жизненные задачи или цели идентичности. Такие личные стремления (Emmons, 1996; Gollwitzer & Kirchhoff, 1998) более ограничены по охвату и могут быть охарактеризованы с точки зрения ожиданий успеха и сложности, уровня абстракции и избегания, степени конфликта друг с другом.

Д. Гамильтон, Л. Кац (Katz) и В. Лейпер (Leirer) (Hamilton et al., 1980), выяснили, что участники исследования, имевшие цель формирования впечатления, лучше запоминали исследовательский материал, чем участники, у которых была цель запоминания, а бессознательная активация цели может привести к поведению, связанному с целью. Бессознательная активация цели приводит к достижению цели и соответствующим эмоциональным реакциям, если следование к цели идет хорошо или плохо (Shah et al., 2002).

В современных теориях мотивации человек обладает гибкими стратегиями для осуществления целей. Внимание уделяется различным задачам, которые человек должен выполнить при преобразовании желаний в действия. Во время выбора целей люди стремятся соответствовать идеалу всезнающего и справедливого человека. При реализации уже поставленной цели люди полны решимости достичь поставленной цели, становятся пристрастными (Gollwitzer, 1990, 2012).

В литературе о целях существуют исследования, сфокусированные на процессе достижения целей и распределении ресурсов между несколькими целями (Zeelenberg & Pieters, 2007; Schmidt et al., 2009; Locke et al., 1994). Работа Л. Первина (Pervin, 1991) была одной из первых, в которой была изложена идея множественного достижения целей и их параллельной обработки; предполагается, что у людей есть основные цели, которые являются ключевыми, и фоновые цели, недоступные для рабочей памяти, но в значительной степени являющиеся частью системы целей (Austin & Vancouver, 1996).

В XX в. во многих исследованиях мотивации всё чаще стали использоваться цели (Bargh et al., 2010). Одно направление исследований целей фокусируется на детерминантах и процессах постановки целей, в то время как другое направление нацелено на реализацию целей. В отношении постановки целей было обнаружено, что люди, которые интерпретируют свое Я как идеал, которого они внутренне желают достичь, ставят перед собой цели достижения,



фокусируясь на установлении и сохранении положительных результатов, в то время как люди, интерпретирующие свое Я как состояние (должное состояние), которое, они чувствуют, вынуждены достичь, ставят перед собой цели избегания, фокусируясь на избавлении от негативных результатов (Higgins, 2006). Цели определяются как фактор, играющий ключевую роль в переходе от существующего состояния к желаемому состоянию или результату (Spence, 2007; Cytrynbaum et al., 1979; Emmons, 1986).

Благодаря очевидной важности целей и явлений, связанных с целями, для человеческой деятельности, во второй половине XX в. наблюдается заметное социально-психологическое теоретизирование о целях. Концепции целей всё чаще присутствуют в области познания, личности и мотивации. Ряд исследований основное внимание уделяет структуре и свойствам целей, а также содержанию и постановке целей (Louro et al., 2007; Schmidt et al., 2009). Работы, касающиеся иерархии целей, указывают на то, что цели на разных уровнях влияют на другие цели в системе целей (Storanzano et al., 1992; Ortony et al., 1988). При этом цели не всегда будут способствовать достижению других целей в системе равнозначных целей – требуется сделать выбор между ними. Эта ситуация упоминается в литературе по мотивации как конфликт целей (Zohner, 1963); преследование взаимоисключающих целей разрушительно для внутренних ресурсов человека (Anderson et al., 2004).

Изучены также регулирующие стратегии для достижения конфликтующих целей. Одной из регулирующих стратегий для достижения конфликтующих целей, изложенных Дж. Кулем (Kuhl, 2001), приносящей пользу в успешном достижении целей и преодолении конфликта целей, является контроль за действиями. «Экранирование» целей («goal shielding», Shah et al., 2002; Goschke & Dreisbach, 2008) является саморегулируемой стратегией, которая может быть использована для защиты достижения основной цели от альтернативных. Другое исследование посвящено феномену, показывающему, что люди могут испытывать трудности в расстановке своих приоритетов (приоритетных целей), и, как стратегия выхода из ситуации, частично жертвовать энергией (силой) стремления к каждой из этих целей, не отказываясь ни от одной из них. Данная ситуация в литературе о целях названа «поиск удовлетворяющих альтернатив» («satisficing», Simon, 1967; Silvestrini et al., 2022).

### **Обсуждение результатов**

Категория «цель» имеет давнюю историю и является сложным и многогранным психологическим феноменом, требующим дальнейшего научного изучения. Показана неоднозначность определения цели в науке, зависимость характеристик цели в исследованиях от задач.

Два ключевых фактора достижения цели включают приверженность и целеустремленность человека, связанные с целью, и упорство, отражающее, насколько сильно люди продолжают вкладываться в конкретные цели.

Намерения по реализации планов оказывают благотворное влияние на достижение цели благодаря автоматическим процессам. Стремление к достижению цели может быть активировано бессознательно благодаря стимулам внешней среды.

Цель – это форма саморегулирования поведения, применяемая людьми сознательно или бессознательно для достижения определенных будущих состояний своего физического Я или окружающего мира. Сосредоточивая внимание людей, цели способствуют реагированию, совместимому с целями людей. Цели дают способность человеку регулировать свои реакции, выходящие за рамки биологически обусловленных предрасположенностей. Занимаясь

целенаправленным поведением, люди принимают во внимание будущие события, ведя себя таким образом, чтобы либо облегчить, либо предотвратить их появление. Ключевое значение имеет ментальный образ будущей возможности (состояния действительности), влияющий на поведение в настоящем.

## Литература

- Анохин, П. К. (1955). Особенности афферентного аппарата условного рефлекса и их значение для психологии. *Вопросы психологии*, 6, 16–38.
- Анциферова, Л. И., Будилова, Е. А., Славская, К. А., Лекторский, В. А., Садовский, В. Н., Тихомиров, О. К., Бобнева, М. И. (1966). *Основные направления исследований психологии мышления в капиталистических странах*. Наука.
- Бабаева, Ю. Д., Березанская, Н. Б., Васильев, И. А., Войскунский, А. Е., Корнилова, Т. В. (2008). Смысловая теория мышления. *Вестник Московского университета. Серия 14. Психология*, 2, 26–58.
- Васильев, Я. В. (2016). Целевая направленность личности: характеристика целей и жизненных циклов. *Studia Humanitatis*, 4, 10.
- Вертгеймер, М. (1987). *Продуктивное мышление* (С. Д. Латушкин, пер. с англ.; Э. М. Пчелкина, ред.). Прогресс.
- Глазунов, Ю. Т., Сидоров, К. Р. (2017). Целеполагание, целедостижение и волевая регуляция. *Сибирский психологический журнал*, 64, 6–23. <https://doi.org/10.17223/17267080/64/1>
- Ильин, Е. (2011). *Мотивация и мотивы*. Питер.
- Кондаков, И. М. (2003). *Психология. Иллюстрированный словарь*. Питер.
- Леонтьев, А. Н. (1975). *Деятельность. Сознание. Личность*. Политиздат.
- Невструева, Т. Х., Помченко, М. А., Резанова, Н. В. (2016). Категориальная структура личных стремлений в контексте целевой системы личности (на примере студентов вуза). *Высшее образование сегодня*, 8, 49–54.
- Олпорт, Г. (2002). *Становление личности: Избранные труды* (Л. В. Трубицына, Д. А. Леонтьев, пер. с англ.). Смысл.
- Павлов, И. П. (2001). *Рефлекс цели*. Питер.
- Павлов, И. П. (2011). *Рефлекс свободы*. Питер.
- Петухов, В. В. (1987). *Психология мышления: Учеб.-метод. пособие для студентов фак. психологии гос. ун-тов*. Изд-во МГУ.
- Тихомиров, О. К. (1984). *Психология мышления: Учебное пособие*. Издательство Московского университета.
- Юров, И. А. (2015). С. Л. Рубинштейн: диалектико-материалистическая и гуманистическая психологии. *Психолог*, 4, 37–84. <https://doi.org/10.7256/2409-8701.2015.4.15394>
- Ярошевский, М. Г. (1985). Психология творчества и творчество в психологии. *Вопросы психологии*, 6, 14–26.
- Ach, N. (1935). *Analyse des Willens [Analysis of will]*. Urban & Schwarzenberg.
- Allport, G. W. (1937). *Personality: A psychological interpretation*. Henry Holt And Company.
- Anderson, J. R., Bothell, D., Byrne, M. D., Douglass, S., Lebiere, C., & Qin, Y. (2004). An integrated theory of the mind. *Psychological Review*, 111(4), 1036–1060. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.111.4.1036>
- Anderson, L. W., & Krathwohl, D. R. (2001). *A taxonomy for learning, teaching, and assessing: A revision of Bloom's taxonomy of educational objectives*. New York.

- Apter, M. J. (1989). Reversal theory: A new approach to motivation, emotion and personality. *Anuario de Psicología*, 42(3), 17–29.
- Apter, M. J. (2006). *Reversal theory: The dynamics of motivation, emotion and personality paperback*. Oneworld Publications.
- Atkinson, J. W. (1957). Motivational determinants of risk-taking behavior. *Psychological Review*, 64(6), 359–372. <https://doi.org/10.1037/h0043445>
- Austin, J. T., & Vancouver, J. B. (1996). Goal constructs in psychology: Structure, process, and content. *Psychological Bulletin*, 120(3), 338–375. <https://doi.org/10.1037/0033-2909.120.3.338>
- Balcetis, E., & Dunning, D. (2010). Wishful seeing: Motivational influences on visual perception of the physical environment. In E. Balcetis & G. D. Lassiter (Eds.), *Social psychology of visual perception* (pp. 77–101). Psychology Press.
- Bargh, J. A. (1990). Auto-motives: Preconscious determinants of thought and behavior. Multiple affects from multiple stages. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (Vol. 2, pp. 93–130). Guilford.
- Bargh, J. A., Gollwitzer, P. M., & Oettingen, G. (2010). Motivation. In S. T. Fiske, D. T. Gilbert, & G. Lindzey (Eds.), *Handbook of social psychology*, 268–316. <https://doi.org/10.1002/9780470561119.socpsy001008>
- Bargh, J. A., Gollwitzer, P. M., Lee-Chai, A., Barndollar, K., & Trötschel, R. (2001). The automated will: Nonconscious activation and pursuit of behavioural goals. *Journal of Personality and Social Psychology*, 81(6), 1014–1027.
- Barsalou, L. W. (1991). Deriving categories to achieve goals. In G. H. Bower (Ed.), *The psychology of learning and motivation* (Vol. 27, pp. 1–64). Academic Press.
- Berkman, E. T. (2018). The neuroscience of goals and behavior change. *Consulting Psychology Journal: Practice and Research*, 70(1), 28–44. <https://doi.org/10.1037/cpb0000094>
- Berkman, E. T., & Rock, D. (2014). AIM: An integrative model of goal pursuit. *NeuroLeadership Journal*, 5, 1–11.
- Bloom, B., Englehart, M., Furst, E., Hill, W., Krathwohl, D. (1956). *Taxonomy of educational objectives: The classification of educational goals. Handbook I: Cognitive domain*. Longmans, Green.
- Carson, P. P., Carson, K. D., & Heady, R. B. (1994). Cecil Alec Mace: The man who discovered goal-setting. *International Journal of Public Administration*, 17(9), 1679–1708. <https://doi.org/10.1080/01900699408524960>
- Chiaburu, D. S., Van Dam, K., Hutchins, H. M. (2010). Social support in the workplace and training transfer: A longitudinal analysis. *International Journal of Selection and Assessment*, 18(2), 187–200. <https://doi.org/10.1111/j.1468-2389.2010.00500.x>
- Craik, K. H., Hogan, R., & Wolfe, R. N. (Eds.). (1993). *Fifty Years of Personality Psychology*. Plenum Press. <https://doi.org/10.1007/978-1-4899-2311-0>
- Cropanzano, R., James, K., & Citera, M. (1992). A goal hierarchy model of personality, motivation, and leadership. *Research in Organizational Behavior*, 15, 267–322.
- Cytrynbaum, S., Ginath, Y., Birdwell, J., & Brandt, L. (1979). Goal attainment scaling: A critical review. *Evaluation Quarterly*, 3(1), 5–40. <https://doi.org/10.1177/0193841X7900300102>
- Dörner, D. (1997). *The logic of failure: Recognizing and avoiding error in complex situations*. Addison-Wesley.
- Elliot, A. J. (2005). A conceptual history of the achievement goal construct. In A. J. Elliot & C. S. Dweck (Eds.), *Handbook of competence and motivation* (pp. 52–72). Guilford Press.

- Emmons, R. A. (1986). Personal strivings: An approach to personality and subjective well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(5), 1058–1068. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.51.5.1058>
- Emmons, R. A. (1996). Striving and feeling: Personal goals and subjective well-being. In P. M. Gollwitzer & J. A. Bargh (Eds.), *The psychology of action: Linking cognition and motivation to behavior* (pp. 313–337). The Guilford Press.
- Emmons, R. A. (2003). Personal goals, life meaning, and virtue: Wellsprings of a positive life. In C. L. M. Keyes & J. Haidt (Eds.), *Flourishing: Positive psychology and the life well-lived* (pp. 105–128). American Psychological Association. <https://doi.org/10.1037/10594-005>
- Fahrenberg, J. (2020). *Wilhelm Wundt (1832–1920): Introduction, quotations, reception, commentaries, attempts at reconstruction*. Pabst Hardcover.
- Ferguson, M. J., & Bargh, J. A. (2004). Liking is for doing: The effects of goal pursuit on automatic evaluation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 87(5), 557–572. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.87.5.557>
- Fishbach, A., & Ferguson, M. J. (2007). The goal construct in social psychology. In A. W. Kruglanski & E. T. Higgins (Eds.), *Social psychology: Handbook of basic principles* (pp. 490–515).
- Freund, A. M., & Riediger, M. (2006). Goals as building blocks of personality and development in adulthood. In D. K. Mroczek & T. D. Little (Eds.), *Handbook of personality development* (pp. 353–372). Erlbaum.
- Gjesme, T. (1981). Is there any future in achievement motivation? *Motivation and Emotion*, 5, 115–138. <https://doi.org/10.1007/BF00993892>
- Gollwitzer, P. M. (1990). Action phases and mind-sets. In E. T. Higgins & R. M. Sorrentino (Eds.), *Handbook of motivation and cognition: Foundations of social behavior* (Vol. 2, pp. 53–92). The Guilford Press.
- Gollwitzer, P. M. (1999). Implementation intentions: Strong effects of simple plans. *American Psychologist*, 54(7), 493–503. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.54.7.493>
- Gollwitzer, P. M. (2012). Mindset theory of action phases. In P. A. M. Van Lange, A. W. Kruglanski, & E. T. Higgins (Eds.), *Handbook of theories of social psychology* (pp. 526–545). Sage Publications Ltd. <https://doi.org/10.4135/9781446249215.n26>
- Gollwitzer, P. M. (2014). Weakness of the will: Is a quick fix possible? *Motivation and Emotion*, 38, 305–322. <https://doi.org/10.1007/s11031-014-9416-3>
- Gollwitzer, P. M., & Kirchhof, O. (1998). *Span perspectives on motivation and control*. In J. Heckhausen et al. (Eds.). (pp. 389–423). Cambridge University Press.
- Gollwitzer, P. M., & Oettingen, G. (2011). Planning promotes goal striving. In K. D. Vohs & R. F. Baumeister (Eds.), *Handbook of self-regulation: Research, theory, and applications* (pp. 162–185). Guilford Press.
- Gollwitzer, P. M., & Sheeran, P. (2006). Implementation intentions and goal achievement: A meta-analysis of effects and processes. *Advances in Experimental Social Psychology*, 38, 69–119. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(06\)38002-1](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(06)38002-1)
- Goschke, T., & Dreisbach, G. (2008). Conflict-triggered goal shielding: Response conflicts attenuate background monitoring for prospective memory cues. *Psychological Science*, 19(1), 25–32. <https://doi.org/10.1111/j.1467-9280.2008.02042.x>
- Hamilton, D. L., Katz, L. B., & Leirer, V. O. (1980). Cognitive representation of personality impressions: Organizational processes in first impression formation. *Journal of Personality and Social Psychology*, 39(6), 1050–1063. <https://doi.org/10.1037/h0077711>

- Heckhausen, H., & Gollwitzer, P. M. (1987). Thought contents and cognitive functioning in motivational versus volitional states of mind. *Motivation and Emotion, 11*, 101–120. <https://doi.org/10.1007/BF00992338>
- Higgins, E. T. (2006). Value from hedonic experience and engagement. *Psychological Review, 113*(3), 439–460. <https://doi.org/10.1037/0033-295X.113.3.439>
- Hilgard, E. R. (1953). *Introduction to psychology*. Harcourt, Brace.
- James, W. (1902). A study of man: The varieties of religious experience. *The New York Times, 9*.
- Kaftan, O. J., & Freund, A. M. (2018). The way is the goal: The role of goal focus for successful goal pursuit and subjective well-being. In E. Diener, S. Oishi, & L. Tay (Eds.), *Handbook of well-being*. DEF Publishers.
- Keller, L., Gollwitzer, P. M., & Sheeran, P. (2020). Changing behavior using the model of action phases. In M. Hagger, L. Cameron, K. Hamilton, N. Hankonen, & T. Lintunen (Eds.), *The handbook of behavior change* (pp. 77–88). Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/9781108677318.006>
- Kruglanski, A. W., Shah, J. Y., Fishbach, A., Friedman, R., Chun, W. Y., & Sleeth-Keppler, D. (2002). A theory of goal systems. *Advances in Experimental Social Psychology, 34*, 331–378. [https://doi.org/10.1016/S0065-2601\(02\)80008-9](https://doi.org/10.1016/S0065-2601(02)80008-9)
- Kuhl, J. (2001). A functional approach to motivation: The role of goal-enactment and self-regulation in current research on approach and avoidance. In A. Efklides, J. Kuhl, & R. M. Sorrentino (Eds.), *Trends and prospects in motivation research* (pp. 239–268). Kluwer Academic Publishers.
- Lawton, R., Conner, M., & McEachan, R. (2009). Desire or reason: Predicting health behaviors from affective and cognitive attitudes. *Health Psychology, 28*(1), 56–65. <https://doi.org/10.1037/a0013424>
- Leary, D. E. (2002). Ernest R. Hilgard (1904–2001). *History of Psychology, 5*(3), 310–314. <https://doi.org/10.1037/1093-4510.5.3.310>
- Lewin, K. (1926). Untersuchungen zur handlungsund affektpsychologie II: Vorsatz, wille und bedurfnis [Analyses of psychology of action and affect: Intention, will, and need]. *Psychologische Forschung, 7*, 330–385. <https://doi.org/10.1007/BF02424365>
- Lewin, K., Dembo, T., Festinger, L., & Sears, P. S. (1944). Level of aspiration. In J. M. Hunt (Ed.), *Personality and the behavior disorders* (pp. 333–378). Ronald Press.
- Locke, E. (2000). Motivation, cognition, and action: An analysis of studies of task goals and knowledge. *Applied Psychology, 49*(3), 408–429. <https://doi.org/10.1111/1464-0597.00023>
- Locke, E. A. (1968). Toward a theory of task motivation and incentives. *Organizational Behavior & Human Performance, 3*(2), 157–189. [https://doi.org/10.1016/0030-5073\(68\)90004-4](https://doi.org/10.1016/0030-5073(68)90004-4)
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (1990). *A theory of goal setting and task performance*. Prentice Hall.
- Locke, E. A., & Latham, G. P. (2002). Building a practically useful theory of goal setting and task motivation: A 35-year odyssey. *American Psychologist, 57*(9), 705–717. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.57.9.705>
- Locke, E. A., Smith, K. G., Erez, M., Chah, D.-O., & Schaffer, A. (1994). The effects of intra-individual goal conflict on performance. *Journal of Management, 20*(1), 67–91. <https://doi.org/10.1177/014920639402000104>
- Louro, M. J., & Pieters, R., & Zeelenberg, M. (2007). Dynamics of multiple-goal pursuit. *Journal of Personality and Social Psychology, 93*(2), 174–193. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.93.2.174>
- Maehr, M. L., & Sjogren, D. D. (1971). Atkinson's theory of achievement motivation: First step toward a theory of academic motivation? *American Educational Research Association, 41*(2), 143–161. <https://doi.org/10.3102/00346543041002143>

- Martin, H. J. (2010). Workplace climate and peer support as determinants of training transfer. *Human Resource Development Quarterly*, 21(1), 87–104. <https://doi.org/10.1002/hrdq.20038>
- Miller, G. A., Galanter, E., & Pribram, K. H. (1960). *Plans and the structure of behavior*. Henry Holt and Co. <https://doi.org/10.1037/10039-000>
- Newell, A., Shaw, J. C., & Simon, H. A. (1958). Elements of a theory of human problem solving. *Psychological Review*, 65(3), 151–166. <https://doi.org/10.1037/h0048495>
- Orehek, E., & Forest, A. L. (2016). When people serve as means to goals: Implications of a motivational account of close relationships. *Current Directions in Psychological Science*, 25(2), 79–84. <https://doi.org/10.1177/0963721415623536>
- Ortony, A., Clore, G. L., & Collins, A. (1988). *The cognitive structure of emotions*. Cambridge University Press. <https://doi.org/10.1017/CBO9780511571299>
- Patel, A. P., & Mehta, A. (2014). Person of the issue: Wilhelm Wundt (1832–1920). *The International Journal of Indian Psychology*, 1(4). <https://doi.org/10.25215/0104.001>
- Pervin, L. A. (1983). The stasis and flow of behaviour: Toward a theory of goals. In M. M. Page (Ed.), *Nebraska symposium on motivation* (pp. 1–53). Lincoln.
- Pervin, L. A. (1991). Self-regulation and the problem of volition. In M. L. Maehr & E. R. Pintrich (Eds.), *Advances in achievement and motivation* (Vol. 7, pp. 1–20). JAI Press.
- Phillips, P. L. (1991). *Cecil alec mace: The life and times of the original goal-setting experimenter*. Louisiana State University, Baton Rouge.
- Reber, A. S., & Allen, R. (2000). Individual differences in implicit learning: Implications for the evolution of consciousness. In R. G. Kunzendorf & B. Wallace (Eds.), *Individual differences in conscious experience* (pp. 227–247). <https://doi.org/10.1075/aicr.20.11reb>
- Rosenblueth, A., Wiener, N., & Bigelow, J. (1943). Behavior, purpose and teleology. *Philosophy of Science*, 10(1), 18–24. <https://doi.org/10.1086/286788>
- Ryan, T. A. (1970). *Intentional behavior: An approach to human motivation*. Ronald. <https://doi.org/10.1177/0002764270014001111>
- Schmidt, A. M., Dolis, C. M., & Tolli, A. P. (2009). A matter of time: Individual differences, contextual dynamics, and goal progress effects on multiple-goal self-regulation. *Journal of Applied Psychology*, 94(3), 692–709. <https://doi.org/10.1037/a0015012>
- Shah, J. Y., Friedman, R., & Kruglanski, A. W. (2002). Forgetting all else: On the antecedents and consequences of goal shielding. *Journal of Personality and Social Psychology*, 83(6), 1261–1280. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.83.6.1261>
- Silvestrini, N., Musslick, S., Berry, A. S., & Vassena, E. (2022). An integrative effort: Bridging motivational intensity theory and recent neurocomputational and neuronal models of effort and control allocation. *Psychological Review*. <https://doi.org/10.1037/rev0000372>
- Simon, H. A. (1967). Motivational and emotional controls of cognition. *Psychological Review*, 74(1), 29–39. <https://doi.org/10.1037/h0024127>
- Spence, G. B. (2007). Gas-powered coaching: Goal attainment scaling and its use in coaching research and practice. *International Coaching Psychology Review*, 2(2), 155–167.
- Tolman, E. C. (1949). *Purposive behavior in animals and men*. University of California Press.
- Wertheimer, M. (1959). *Productive thinking*. Harper.
- Wigfield, A. (1994). Expectancy-value theory of achievement motivation: A developmental perspective. *Educational Psychology Review*, 6, 49–78. <https://doi.org/10.1007/BF02209024>
- Winell, M. (1987). Personal goals: The key to self-direction in adulthood. In M. E. Ford &

ВАСЁВ Р. В.

ОБЗОР КАТЕГОРИИ «ЦЕЛЬ» В ПСИХОЛОГИИ

**Российский психологический журнал**, 2022, Т. 19, № 4, 122–136. doi: 10.21702/rpj.2022.4.8

ОБЩАЯ ПСИХОЛОГИЯ

---

D. H. Ford (Eds.), *Humans as self-constructing living systems: Putting the framework to work* (pp. 261–287). Erlbaum.

Zeelenberg, M., & Pieters, R. (2007). A theory of regret regulation 1.0. *Journal of Consumer Psychology*, 17(1), 3–18. [https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1701\\_3](https://doi.org/10.1207/s15327663jcp1701_3)

Zohner, G. D. (1963). *Effects of degree of confinement, stimulus similarity, and number of approach and shock trials on approach-avoidance in free space* (Doctoral Dissertation). [https://scholarworks.umass.edu/dissertations\\_1/1877](https://scholarworks.umass.edu/dissertations_1/1877)

Поступила в редакцию: 18.02.2022

Поступила после рецензирования: 30.03.2022

Принята к публикации: 25.06.2022

#### **Информация об авторе**

**Роман Владимирович Васёв** – аспирант кафедры общей психологии, АНО ВО «Московский гуманитарный университет», г. Москва, Российская Федерация; ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-6284-7878>, e-mail: [fin.roman285@gmail.com](mailto:fin.roman285@gmail.com)

#### **Информация о конфликте интересов**

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.