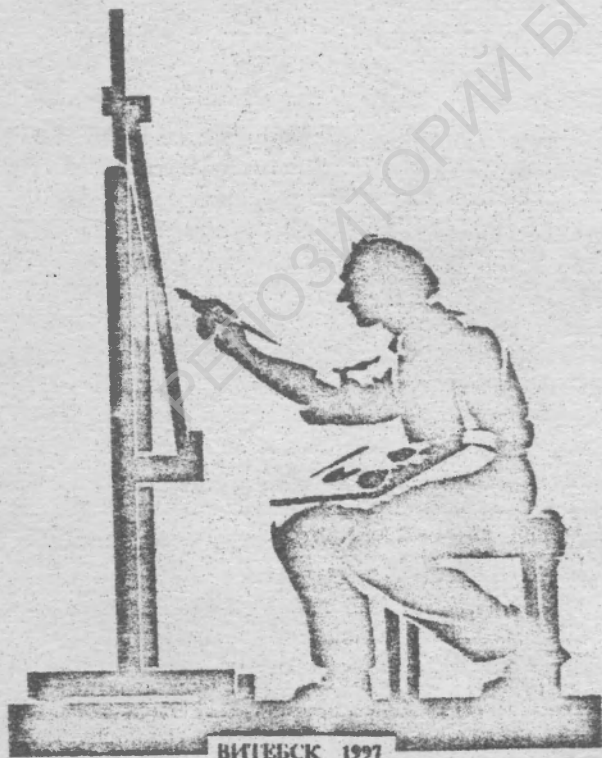


**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ**

**ПСИХОЛОГИИ ЛИЧНОСТИ**

**Методическое пособие**



Авторы: А.П.Лобанов БГПУ им.М.Танка, старший преподаватель  
С.И.Коптева БГПУ им.М.Танка, старший преподаватель  
С.М.Стародынова БГПУ им.М.Танка, аспирант  
Е.А.Булда БГПУ им.М.Танка, аспирант  
Е.С.Василовская БГПУ им.М.Танка, аспирант

Рецензент: Н.А.Ширкун - кандидат психологических наук, доцент,  
зав.кафедрой психологии БГПУ им.М.Танка

Технический редактор: А.И.Шантур

Актуальные проблемы психологии личности: Методическое пособие  
/А.П.Лобанов, С.И.Коптева, С.М.Стародынова и другие -  
г.Витебск, 1997г. ...

В методическом пособии на междисциплинарном уровне рассмат-  
риваются актуальные проблемы теоретического и практического ис-  
следования личности.

Для практических психологов, преподавателей и студентов.

© Коллектив авторов, 1997г.

ПОЗНАНИЕ САМОГО СЕБЯ. ИЛИ ДОСТИЖЕНИЕ ВОСЬМОГО АСПЕКТА ПРОПРИУМА  
(РАЗВИТИЕ САМОПОЗНАНИЯ В СТУДЕНЧЕСКОМ ВОЗРАСТЕ)

Американский психолог Г.Олпорт, один из приверженцев диспозиционного направления в психологической науке, полагал, что каждый человек обладает определенным набором устойчивых качеств (черт личности), которые не только делают его уникальным, но и обеспечивают постоянство поведения человека вне зависимости от течения времени и изменения ситуации. Г.Олпорт ввел в научный обиход новое понятие - проприум, который, по его мнению, представляет собой "позиционное, творческое, стремящееся к росту и развивающееся свойство человеческой природы" [10].

Проприум постоянно эволюционирует с момента рождения человека до его зрелости и, благодаря консолидации различных аспектов, на его основе формируется "Я" (самость), как объект субъективного познания и ощущения. Именно познание самого себя стоит над всеми остальными аспектами развивающейся личности, синтезирует их. Или, как утверждают Л.Хелл и Д.Зиглер, проприум на заключительной стадии своего развития соотносится с уникальной способностью человека к самопознанию и самоосознанию [10].

Такая направленность развития личности через преодоление себя и самореализацию роднит теорию Г.Олпорта с гуманистической парадигмой в психологии, например, с концепцией самоактуализации личности А.Маслоу. Самоактуализация, согласно А.Маслоу, это стремление стать всем, чем возможно, реализовать врожденный потенциал личности [7]. В настоящее время категория "самоактуализация" во многом выступает как аналог личностной зрелости [3]. В свою очередь, уровень развития личности отражает степень ее самопознания, осознания своих потребностей и чувств.

Методика исследования

Исходя из особенностей юношеского возраста, мы полагаем, что в качестве методологии формирующегося эксперимента может быть использована так называемая гуманитарная парадигма. Она предполагает, что знания гуманитарных наук имеют рефлексивную природу [2]. Именно благодаря своей рефлексивной природе, гума-

нительная парадигма как бы конкретизирует механизмы развития личности - рост ее внутренней организации на уровне саморазвивающейся системы [8]. Такой подход делает реальным, а не декларативным тезис о субъектно-субъектных отношениях в учебной деятельности. в частности, при постижении реципиентом художественных текстов, стимулирует познавательную активность последних, способствует познанию других и познанию своей собственной личности.

С другой стороны, методика формирующего эксперимента, целью которого является исследование влияния художественной перцепции на развитие самосознания в юношеском возрасте, есть не что иное как один из вариантов концепции развивающего обучения. В зарубежных источниках он известен как эмпатический метод [9], в отечественной психолого-педагогической теории и практике названный вариант развивающего обучения нашел отражение в педагогике сотрудничества. Эмпатический метод сродни художественному познанию уже тем, что он базируется на восприятии и анализе конкретных ситуаций, взятых из реальной жизни, из теле- или кинофильмов, из газет или книг. Он также предполагает единство аффекта и интеллекта, осмысление и участие чувств субъекта познания. Ряд исследователей [9] выделяют три уровня соперничания ситуации:

- уровень первых реакций;
- эмоциональное постижение;
- рациональное постижение.

В целом, эмпатический метод основан на таких механизмах самопознания как идентификация, атрибуция и рефлексия. Уже на уровне первых реакций у субъекта учебного процесса формируется способность и потребность поставить себя на место другого человека. По мере прочтения или описания ситуации он не только фиксирует свои первые впечатления, осуществляет атрибутирование личностных черт персонажей, но и актуализирует свой собственный жизненный опыт. Тем самым объект или субъект постижения (ситуация или персонаж) перестают быть виртуальными и становятся личностно значимыми и, что не менее важно, эмоционально окрашенными.

На втором этапе - уровень эмоциональных реакции - от участников учебного процесса требуется способность почувствовать

себя в роли действующих персонажей, "примерить" эти роли на себе, поставить себя на место каждого и постараться проникнуться его чувствами. При этом необходимо воздерживаться от оценочных суждений, а эмпатическая идентификация не должна пересечь черту, которую К.Роджерс обозначил словами "как будто другой, но не другой". Важно стимулировать процесс атрибутирования личностных черт и сравнение собственных переживаний с чувствами участников воспринимаемой ситуации. Тем самым осуществляется простая констатация того, чем и почему похожи и непохожи названные чувства.

На третьем этапе, этапе рационального постижения, главная роль отводится когнитивным процессам. Смысл рационального постижения как раз и заключается в научении использовать и интерпретировать полученную информацию. Перцептивные и мнемические процессы дополняются ментальными и воспринятое в целом подвергается анализу и дифференциации. Субъект учебного процесса определяет основные ключевые моменты ситуации, осуществляет поиск дополнительной и аналогичной информации, предпринимает попытки каузальной атрибуции поведения ее участников. Одновременно, он обращается к собственному опыту. Так идентификация дополняется воспоминаниями о своем поведении в схожей ситуации. И наконец, процесс постижения конкретной ситуации завершается прогнозированием поведения каждого из участников. Что касается художественного познания, то последнее, безусловно, стимулирует дальнейшее изучение и самостоятельное постижение художественного текста. При этом информированность сама по себе необязательно обеспечивает преимущество и необязательно снижает интерес как в естественно-научных, так и в математических дисциплинах.

По мнению российского психолога Г.А.Дукерман, в гуманитарной сфере порыв осмысления возможен даже без соответствующей понятийной основы, ибо всякий раз у молодого человека может сработать воображение, интуиция или способность к сопереживанию [11].

Таким образом метод сопереживания ситуации представляет собой не только иерархическую целостность всех уровней реагирования, но и отражает основные аспекты самопознания: когнитивный, аффективный и поведенческий. В тоже время чувства рассматриваются как эмоциональные реакции на ситуацию, мысли - как

идеи и интерпретации, возникающие в ответ на воспринятую информацию, поведение - как реальный или предполагаемый поступок реципиента в соответствии с его чувствами и мыслями [9].

В качестве основной диагностической методики мы использовали CAT. Последний, как известно, восходит к Опроснику личностных ориентации (Personal Orientation Inventory - POI) американского психолога Э.Шострома и основан на теории самоактуализации А.Маслоу, концепциях психологического восприятия времени и временной ориентации субъекта Ф.Перла и Р.Мэя, на идеях К.Роджерса и других теоретиков экзистенциально-гуманистического направления в психологии [8].

Впервые тест POI был адаптирован в 1981 году Е.Б.Лисовской [6], однако широкого распространения не получил. В последующем группа авторов (Ю.Е.Алешина, Л.Я.Розман, М.В.Загика и М.Б.Кроуз) предприняла еще одну попытку адаптировать эту методику. В процессе работы над тестом Э.Шострома были внесены существенные изменения и фактически была создана оригинальная методика, получившая название "Самоактуализационный тест" (САТ). В нашем исследовании мы пользовались новой редакцией теста - Розман Л.Я., Кроуз М.Б., Латинская М.Б. Самоактуализационный тест. - М., 1995 [3].

При этом, исходя из задач исследования, нас не интересовали все 14 шкал теста и, следовательно, общий уровень самоактуализации испытуемых. Мы использовали комбинации шкал или даже отдельные шкалы методики. Выбор шкал определялся тем, в какой степени они информативны с точки зрения диагностики развития самопознания личности в юношеском возрасте:

- Шкала Компетентности во времени (Тс). Высокий балл по этой шкале свидетельствует о способности субъекта жить настоящим, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, т.е. воспринимать жизнь целостно.

По мнению составителей теста, именно такое восприятие времени реципиентом свидетельствует о высоком уровне самоактуализации личности. Как утверждают психологи Е.И.Головаха и А.А.Кроник, ориентация во времени свидетельствует о личностном росте человека [4]. Для нас важен тот факт, что достигнуть самоактуализации даже теоретически невозможно без адекватного развития процессов самопознания.



- Шкалы 5 и 6 составляют блок чувств. Первая - Шкала Сензитивности к себе (Fr) - определяет на сколько человек осознает собственные чувства, ощущает и рефлексировывает их. Вторая шкала - Шкала Спонтанности (Sp) - отражает степень проявления названных чувств в поведении субъекта.

- Шкалы 7 (Шкала Самоуважения - Sr) и 8 (Шкала Самопринятия - Sa) вместе образуют блок самовосприятия. Они регистрируют способность человека воспринимать себя таким, каков он есть, ценить свои достоинства, положительные свойства характера, уважать себя за это. Совершенно очевидно то, чтобы ценить и уважать себя необходимо знать и осознавать себя как личность.

- Шкалы 9 и 10 составляют блок концепции человека: Шкала Представлений о природе человека (Nc) и Шкала Синергии (Sy). Они констатируют способность воспринимать человека в целом положительно и целостно, в совокупности противоположностей, без крайних суждений о нем. Знание о "не-Я" не только предшествует, но определяет и отражает знание о "Я".

- Шкала Контактности (C), по мнению авторов теста, характеризует способность человека к установлению глубоких и тесных эмоционально-насыщенных контактов с людьми, способность к субъектно-субъектному общению. Шкала Контактности вместе со шкалой Принятия агрессии составляет блок межличностной чувствительности. И, как видно из содержательной характеристики названного блока, данные шкалы, в определенной мере, свидетельствуют о развитости таких процессов как идентификация, эмпатия и рефлексия.

Таким образом, "Самоактуализационный тест" позволяет судить об уровне развития самопознания в юношеском возрасте, о степени сформированности основных механизмов самопознания личности. Поэтому, на наш взгляд, он может эффективно использоваться в качестве диагностической методики. К тому же, как утверждают составители, сам факт его заполнения вызывает у испытуемых своеобразный психотерапевтический эффект [3]. Суждения теста затрагивают глубинные процессы человеческого существования, заставляют задуматься над экзистенциальными проблемами: о природе человека, своем месте в мире, проблемах взаимодействия, познания и самопознания.

Обсуждение результатов и выводы

В экспериментальном исследовании приняли участие студенты трех ВУЗов: ВГПУ им. М.Танка (факультет естествознания отделения "Биология и психология" и факультет народной культуры), Гуманитарно-экономического негосударственного института (ГЭНИ) и Женского негосударственного института "Энвила". Результаты исследования отражены в таблице.

Наибольшее количество значимых различий было выявлено между студентами ГЭНИ и отделения "Биология и психология". Прежде всего различия значимы по базовой шкале САТ: по Шкале Компетентности во времени ( $U=609.5$  при  $P<0.05$ ). Это свидетельствует о том, что у студентов экспериментальной группы более выражена способность жить "настоящим", ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего, т.е. видеть свою жизнь целостной. Такое мироощущение, такая ориентация во времени говорят о более высоком уровне самоактуализации личности, более высоком уровне ее развития.

Высокие показатели по данной шкале имеют место также у студентов отделения "Биология и психология" по сравнению с представителями факультета народной культуры (ФНК), у студенток ЖНИ "Энвила" (экспериментальная группа) в отношении к студентам ГЭНИ и ФНК (различия недостоверны). Однако они все же могут свидетельствовать об определенных достижениях в личностном росте испытуемых экспериментальных групп.

В совокупной экспериментальной выборке (студенты отделения "Биология и психология" и ЖНИ "Энвила") обнаружены более высокие показатели по блоку чувств (по Шкале Сензитивности к себе и Шкале Спонтанности). По критерию Манна-Уитни различия между аналогичными показателями у студентов отделения "Биология и психология" и ГЭНИ достоверны при  $P<0.01$  ( $U=222.0$ ), а у студентов ЖНИ "Энвила" и ГЭНИ - при  $P<0.05$  ( $U=308.0$ ). Та и другая экспериментальные группы превосходят также показатели испытуемых ФНК (различия незначимы).

Шкала Сензитивности к себе определяет степень самопознания эмоциональной сферы личности: отдает ли человек себе отчет в своих потребностях и чувствах, насколько хорошо он ощущает, осознает собственные чувства и рефлексиирует их. В то время как Шкала Спонтанности характеризует поведенческий аспект, способ-



ность спонтанно и непосредственно выражать свои чувства, способность вести себя раскованно, демонстрировать окружающим свои эмоции.

Значимые различия эмпирических результатов тестирования выявлены между студентами отделения "Биология и психология" и ЖНИ "Энвила" и студентами ГЭНИ в сфере самовосприятия соответственно,  $U=317.0$  при  $P<0.05$  и  $U=240.5$  при  $P<0.01$ . Испытуемых экспериментальной выборки характеризует большая выраженность способности к самоуважению, способность принимать себя таким, как есть, в независимости от оценки своих достоинств и недостатков или даже вопреки им. Для контрольной выборки напротив характерна более низкая степень самоуважения, недостаточно развитая способность ценить свои достоинства.

Показатели по названному блоку шкал у студентов отделения "Биология и психология" выше, чем в контрольной выборке - студенты ФНК (различия незначимы), а у студентов ЖНИ "Энвила" по отношению к последним результаты оказались статистически значимыми ( $U=356.5$  при  $P<0.05$ ).

Сравнение показателей САТ по блоку концепции человека не обнаружило значимых различий у представителей психологических выборок: в совокупной экспериментальной группе и в контрольной группе (студенты ГЭНИ). По Шкале Синергии, которая определяет способность человека к целостному восприятию мира, к пониманию взаимосвязанности противоположностей студенты экспериментальных выборок показали более высокие результаты. Однако в целом по блоку биопсихологи лишь незначительно превосходили студентов ГЭНИ, а представительницы женского негосударственного института обнаружили даже более низкие показатели.

В то же время студенты ФНК оказались более способны к целостному восприятию мира и людей, более склонны к восприятию природы человека в целом как положительный, чем биопсихологи (различия незначимы) и студентки ЖНИ "Энвила" ( $U=340.5$  при  $P<0.05$ ).

Интегральный анализ эмпирических данных, полученных по всем названным шкалам свидетельствует о значимых различиях в уровне самоактуализации, а значит и в самопознании личности у представителей экспериментальных групп и контрольной группы (студенты ГЭНИ). соответственно,  $U=275.5$  при  $P<0.01$  и  $U=259.5$

при  $P < 0.01$ .

Особый интерес, на наш взгляд, представляет сравнительный анализ результатов экспериментальных выборок и контрольной выборки, составленной из студентов ФНК. Так, студенты отделения "Биология и психология" обнаружили более высокие показатели по всем шкалам, кроме блока концепции человека (точнее, кроме одной шкалы названного выше блока - Шкалы представлений о природе человека). Хотя значимые различия ни в одном случае выявлены не были.

Незначительные различия в уровне самоактуализации были обнаружены между студентами ЖНИ "Энвила" и ФНК. Различия оказались статистически значимыми лишь в сфере самовосприятия ( $U=356.5$  при  $P < 0.05$ ) в пользу первых и в сфере представлений о природе человека ( $U=340.8$  при  $P < 0.05$ ) - в пользу вторых. Епроче-м, в данном случае необходимо принять во внимание тот факт, что экспериментальная выборка была исключительно женской. С другой стороны, характеристика различий самоактуализации у юношей и девушек не входила в перечень задач нашего исследования.

В целом можно утверждать, что САТ позволяет определять уровень развития личности в юношеском возрасте с целью диагностики и оказания помощи в самопознании, в осознании своих потребностей и чувств, возможностей реализации имеющихся способностей. Он достаточно валиден, о чем, в частности, свидетельствует исследование самоактуализации у девушек различных этнических групп, проведенная психологом Е.М.Бызовой [1]. Кроме того, проведенное нами исследование не противоречит выводам Е.Н.Келасьева о необходимости учета психологических детерминант профессионализации личности [5] по мере профессионального становления и самореализации. О роли художественной перцепции в развитии самопознания может говорить уже тот факт, что испытуемые экспериментальных групп не уступали, а зачастую и превосходили, по ряду показателей студентов, для которых художественная деятельность станет (или уже стала) профессией.

#### Литература

1. Бызова Е.М. Самоактуализация представителей коми и русского этноса // Психологический журнал. - 1997. - № 1. - С. 60-69.
2. Басильев И.А. Гуманитарная и естественнонаучная парадигма в

- современных исследованиях эмоций // Психологический журнал. - 1992. - N 6. - С. 80-89.
3. Госман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. - М.: Российская педагогическая агентство, 1995. - 43 с.
4. Головаха Е.И., Кроник А.А. Психологическое время личности. - Киев: Наукова думка, 1984.
5. Келасъев В.Н. Трудности самореализации творческой личности в современных условиях // Молодеж в условиях социально-экономических реформ. - СПб., 1995. - Вып. 1. - С. 67-69.
6. Лисовская Е.В. Самоактуализирующаяся личность // Научно-техническая революция и социальная психология: Матер. межгор. конф. - М.: Наука, 1981. - С. 76-84.
7. Маслоу А. Психология бытия: Пер. с англ. - М.: Рефл-бук, К.: Баклер, 1997. - 304 с.
8. Рожина Л.Н., Лобанов А.П. Развитие творческого мышления и творческих способностей учащихся на уроках // Адукацыя і выхаванне. - 1996. - N 11. - С. 65-70.
9. Флэйк-Хобсон К., Робинсон Б., Скин П. Развитие ребенка и его отношений с окружающими: Пер. с англ. - М.: Центр общечеловеческих ценностей, 1993. - 511 с.
10. Хелл Л., Зиглер Д. Теории личности: Основные положения, исследования и применение. - СПб.: Питер Пресс, 1997. - 608 с.
11. Цукерман Г.А. Психология саморазвития: задача для подростков и их педагогов. - Рига: ИЦ "Эксперимент", 1995. - 239 с.

СОДЕРЖАНИЕ

1. Познание самого себя, или достижение восьмого аспекта проприума (развитие самопознания в студенческом возрасте) (С.И.Коптева) ..... стр.1-9
2. Использование графических методов при изучении механизма идентификации (А.П.Лобанов, С.И.Коптева)... стр.10-15
3. Представления о качествах и свойствах личности в юношеском возрасте (С.М.Стародынова) .....стр.16-25
4. Учебная программа по курсу "Актуальные проблемы психологии интеллекта" (А.П.Лобанов).....стр.26-31
5. Программа социально-психологического тренинга развития самопознания студентов (С.И.Коптева)... стр.32-41
6. К вопросу построения информационных моделей (Е.А.Булла) ... стр.42-50
7. Метафора как средство передачи человеческих чувств в художественной прозе (Е.С.Василевская) ....стр.51-57
8. Тест "Конструктивный рисунок человека из геометрических фигур" .....стр.58-61