

Рис. 1. Сравнительные показатели личностных черт, определяющих асертивность испытуемых в начале обследования и после завершения цикла работ по развитию асертивности

Примечание: по вертикали отложены показатели выраженности личностных черт в стэхах, по горизонтали – факторы.

Таким образом, целенаправленная работа по развитию асертивности учащихся старших классов привела к улучшению показателей по таким личностным качествам, как уверенность в себе, эмоциональная устойчивость, независимость, самостоятельность, самоконтроль, упорство, ответственность, обязательность, смелость, реалистичность, расчетливость, которые определяют асертивное поведение человека.

#### Литература

1. Степанов С.С. Популярная психологическая энциклопедия. – М.: Эксмо, 2005.
2. Oxford dictionary of Psychology. Second edition. Andrew M. Colmen. Oxford Press, 2006.
3. Психология XXI века / под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕРСЭ, 2003.
4. Бандура А. Теория социального научения. – СПб.: Евразия, 2000.
5. Донцов А.И., Жуков Ю.М., Петровская Л.А. Практическая социальная психология как область профессиональной деятельности // Введение в практическую социальную психологию / под ред. Ю.М. Жукова, Л.А. Петровской, О.В.Соловьевой. – М.: Смысл, 1996. – С. 7-21.
6. Грановская Р.М. Психологическая защита. – СПб.: Речь, 2007.
7. Митина Л.М., Асмаковец Е.Г. Эмоциональная гибкость учителя: психологическое содержание, диагностика, коррекция. – М., 2001.
8. Егорова Т.Е. Психологическая культура и саморегуляция стратегий тревожности // Психологическая наука и образование. – 2007. – № 3. – С.68-76.

Лебедева Инга Викторовна – соискатель Института развития образовательных систем Российской академии образования, педагог-психолог МОУ «Средняя общеобразовательная школа № 91» (Красноярск).

Lebedeva Inga Viktorovna – competitor of the Institute of development of educational systems of Russian Academy of Education, teacher-psychologist of Secondary comprehensive school № 91 (Krasnoyarsk).

УДК 378.18

А.В. Быкова, Е.М. Калмыкова

### АКТИВИЗИРУЮЩАЯ РОЛЬ ТРЕНИНГОВЫХ ЗАНЯТИЙ В РАЗВИТИИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ

В статье представлен малоразработанный подход к проблеме развития самоактуализации личности средствами тренинговых занятий на примере тренинга креативности и этнопсихологического тренинга. Результаты экспериментальных исследований свидетельствуют о значимости развития самоактуализации личности студентов с использованием тренингового метода. Эффективность проведенных тренинговых занятий подтверждена статистически.

**Ключевые слова:** самоактуализация личности, тренинг креативности, этнопсихологический тренинг, студенчество.

A.V. Bykova, E.M. Kalmykova

### ACTIVIZING ROLE OF TRAINING SESSIONS IN THE DEVELOPMENT OF SELF-ACTUALIZING OF STUDENTS' PERSONALITY

The article represents the approaches to the problem of self-actualization development with the help of creativity training and ethnopsychological training. The results of the held researches prove the importance of training in the process of self-actualization development. The effectiveness of the training is statistically proved.

**Key words:** self-actualization, creativity training, ethnic-psychological training, students.

В наши дни современное общество предъявляет повышенные требования к уровню развития личности. Существует множество критериев, позволяющих оценить уровень развития личности. Например, социальная продуктивность, эмоциональная зрелость, творческие способности и др. Все эти критерии относятся к какой-либо одной стороне личности, что не дает возможности в полной мере оценить личность как целостность. Именно поэтому в условиях современного неустойчивого полиинформационного мира возрастает интерес к вопросам самоактуализации личности.

Идея реализации заложенного в человеке потенциала находит свое отражение в работах отечественных ученых (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев и др.) и зарубежных исследователей (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм и др.). Анализ современных концепций показывает неоднозначность и обширность трактовки явления самоактуализации, но все они понимают самоактуализацию как неотъемлемую часть мотивационной сферы, как необходимое условие развития и совершенствования человеческой личности посредством стремления человека к реализации своего потенциала. Самоактуализация личности определяется как процесс полноценного развития, саморазвития, самопознания, самосовершенствования. Стремление человека к реализации своего потенциала является основным критерием высокого уровня личностного развития.

Вместе с тем в проведенных зарубежными и отечественными психологами исследованиях самоактуализации личности вопросу о ее развитии средствами тренинговых занятий не было уделено достаточно внимания. Самоактуализация личности не охватывает все аспекты развития личности, но именно она задает направление, определяет степень и качество реализации внутреннего потенциала человека. Самоактуализация личности маловероятна как самоцель, ее можно рассматривать как «побочный» результат реализации человека в какой-либо деятельности. Именно поэтому мы считаем, что психологический тренинг, направленный на развитие определенной стороны личности, является эффективным средством и оказывает активизирующую роль в развитии самоактуализации личности в целом. В наших исследованиях [1, с. 6] представлены экспериментальные подходы к проблеме развития самоактуализации личности средствами тренинга на

примере таких его вариантов, как тренинг креативности и этнопсихологический тренинг.

Не случаен высокий интерес к проблеме самоактуализации личности студентов: в реальности педагогической практики этот вопрос обозначен достаточно явно; вместе с тем в педагогической психологии проблема развития самоактуализации личности студентов разработана недостаточно. Период студенчества – это время специализации и профессионального становления; в этот период уже, как правило, сделан выбор пути реализации способностей, но молодой человек все еще продолжает искать себя. Студенческий возраст содержит большой потенциал и возможности для сознательного формирования характеристик и качеств, свойственных самоактуализирующейся личности.

Развитие креативности как творческой способности открывает обширные горизонты развития личности. Тренинг креативности заключается в активном социально-психологическом обучении посредством приобретения и осмысления жизненного опыта, моделируемого в групповом взаимодействии людей, с целью развития умений и навыков, психических структур и личности в целом. Такое моделирование осуществляется посредством игровых методов и групповых дискуссий. Тренинг не сводится к передаче знаний и умений в неизменном виде, он подразумевает создание возможности непосредственного соприкосновения с изучаемой реальностью, обучения на собственном опыте [2]. Идея методики по развитию творческого мышления состоит в том, чтобы вытолкнуть вас из накатанной колеи – обратиться к иной точке зрения путем осуществления чего-то необычного для вас. Это может вызвать определенный дискомфорт, но другого пути сделать действительно что-либо новое нет. Вот почему нечто механическое и, на первый взгляд, не связанное с творчеством, то, что обычно называют «техникой», может давать столь впечатляющие результаты. «Творческими» методики не являются сами по себе, прежде всего важна личность, которая выполняет те или иные упражнения. Для того чтобы стать творческой личностью, необходима практика [3]. Творцом, также как и интеллектуалом, не рождаются. Все зависит от того потенциала, который в различной степени присущ каждому из нас.

Этнопсихологический тренинг как активный метод развития личностной толерантности и как следствие развития самоактуализации лично-

сти является важной составляющей психолого-педагогической программы воспитания молодежи. Этнопсихологический тренинг – планомерно осуществляемая программа разнообразных упражнений с целью формирования и воспитания терпимого отношения к себе и окружающим независимо от этнической принадлежности, вероисповедания, убеждений. Программа этнопсихологического тренинга со студентами направлена на осознание этнической обусловленности поведения и общения человека, преодоление этнической предубежденности и этноцентризма. Занятия этнопсихологического тренинга, направленные на повышение уровня толерантности личности, играют активизирующую роль в развитии самоактуализации личности в студенческом возрасте.

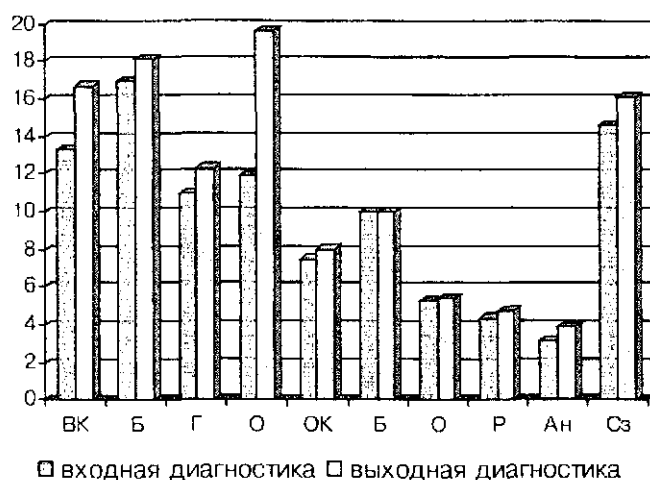
Далее приведены результаты проведенных формирующих экспериментов, целью которых являлось развитие самоактуализации личности в студенческом возрасте с помощью тренинговых занятий на примере тренинга креативности и этнопсихологического тренинга. В рамках первого экспериментального исследования выборка представлена студентами вузов Бурятии в количестве 68 человек, средний возраст 20 лет. Контрольные группы в каждом вузе включали по 20 студентов (всего 40 человек); 28 студентов (2 группы) посещали занятия тренинга креативности, то есть составляли экспериментальную группу.

Тренинг креативности как средство развития самоактуализации личности студента рассчитан на восемнадцать встреч; продолжительность каждого

занятия два часа. Главная цель программы тренинга – развитие креативности личности, хотя действие ряда упражнений охватывает более широкий спектр феноменов. Идеи большинства упражнений, входящих в состав программы, нашими авторскими разработками не являются, однако процедуры их проведения в большинстве случаев модифицированы, а компоновка и схемы обсуждения во многих случаях являются авторскими.

В исследовании был использован комплекс психодиагностических методик, включающий «Самоактуализационный тест» в адаптации отечественных психологов (Ю.Е. Алешинной, Л.Я. Гозмана, М.В. Загика и М.В. Кроза), тест Е. Торренса, адаптированный под руководством Е.Е. Туник. Статистический анализ результатов исследования был проведен с помощью критерия Вилкоксона.

Остановимся на результатах исследования в экспериментальной группе. Изобразим с помощью рисунков результаты фоновой и итоговой диагностики, сравним средние арифметические значения двух срезов по тесту Е. Торренса (рис. 1) и методике САТ (рис. 2). При сопоставлении результатов фоновой и итоговой диагностики в экспериментальной группе выявлены статистически достоверные сдвиги в сторону повышения значений по ряду показателей креативности. Получен более высокий уровень значимости сдвига *коэффициента вербальной креативности* по сравнению с *образной*, а также сдвиг по показателю «*вербальная оригинальность*».



\*Примечание

- ВК Общий показатель вербальной креативности
- Б Вербальная беглость
- Г Гибкость
- О Вербальная оригинальность
- ОК Общий показатель образной креативности
- ОБ Образная беглость
- ОО Образная оригинальность
- Р Разработанность
- Ан Абстрактность названий
- Сз Сопротивление замыканию

Рис. 1. Средние арифметические значения входной и выходной диагностики по тесту Е. Торренса в экспериментальной группе

Это подтверждает идею о большей чувствительности вербальной креативности к соответствующим развивающим воздействиям среды, в то время как уровень развития образной креативности в значительной степени обусловлен врожденными биологическими особенностями человека.

В качестве объективного показателя эффективности тренинга креативности выступает наблюдаемый положительный сдвиг в отношении следующих трех параметров самоактуализации личности студентов: «Гибкость поведения», «Реактивная чувствительность», «Природа человека». Повышение по шкале «Гибкость

поведения» связано с тем, что поведенческая сторона наиболее подвижна и личности «проще» измениться на поведенческом уровне, тогда как остальные стороны личности требуют более длительной и глубокой работы. В силу того, что обязательной составляющей тренинговой работы является обращение к внутреннему миру, его анализ и рефлексия, закономерным результатом является повышение по шкале «Реактивная чувствительность». Показателем эффективности тренинга креативности является изменение представлений студентов о природе человека.

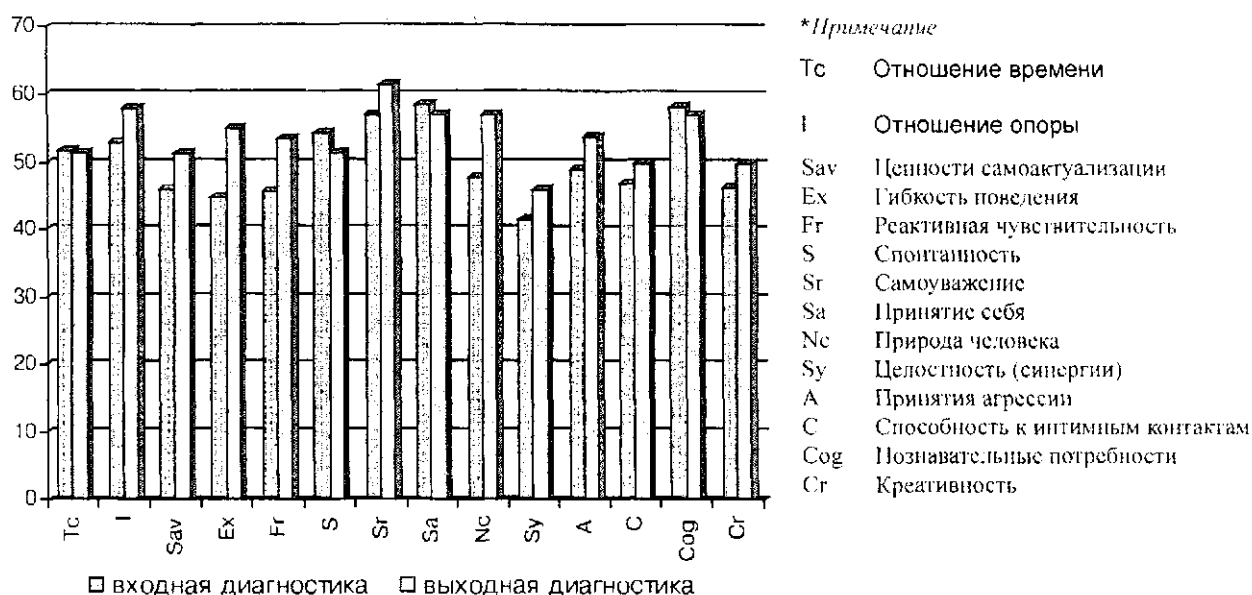


Рис. 2. Средние арифметические значения входной и выходной диагностики по методике САТ в экспериментальной группе

Качественный анализ высказываний участников тренинга также свидетельствует об эффективности тренинга креативности. Большинство участников отметило развивающий эффект тренинга креативности и необходимость подобных занятий.

Результаты проведенного формирующего эксперимента подтверждают теоретические положения о взаимосвязи креативности и самоактуализации личности и свидетельствуют о значимости развития параметров самоактуализации личности студентов посредством занятий тренинга креативности. Это свидетельствует о том, что студенческий возраст является сензитивным для развития параметров самоактуализации и их целесообразно развивать посредством занятий

тренинга креативности.

Другое исследование было направлено на выявление роли этнопсихологического тренинга, способствующего развитию толерантного отношения к своей и другим этническим группам и, в свою очередь, влияющего на повышение уровня самоактуализации личности. Исследовались уровни и особенности самоактуализации, этнического самосознания и личностной толерантности до и после проведения тренинговой сессии. В исследовании приняли участие 3 тренинговые группы по 12 человек (1 контрольная и 2 экспериментальные). Был использован следующий комплекс психодиагностических методик: «Опросник личностной ориентации» Э. Шостром, диагностический тест отношений (ДТО) Л.У.

Кцовой. Статистический анализ результатов исследования был проведен с помощью критерия Вилкоксона.

Изобразим с помощью рисунков результаты входной \*и выходной диагностик, сравнив средние арифметические значения двух срезов по опроснику ЛиО (рис. 3).

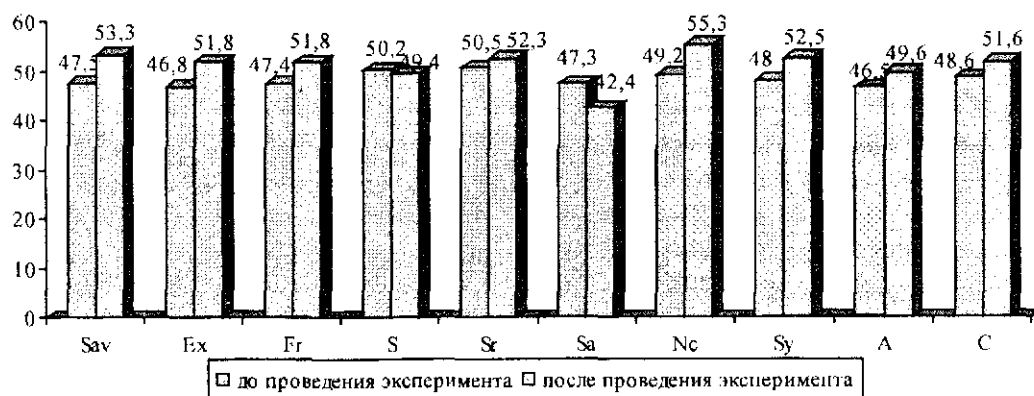


Рис. 3. Диаграмма распределения средних значений по всей выборке

Как видно из диаграммы, до проведения тренинга средние значения по всей группе находились в диапазоне от 46,5 до 50,5 Т-баллов. Наименьшее значение наблюдалось по шкале *Принятие агрессии* (46,5 Т-баллов), наибольшее в 50,5 Т-баллов по шкале *Принятие себя*. После проведения этнопсихологического тренинга мы видим, что в целом по группе обнаружилось увеличение средних значений по всем шкалам, за исключением шкалы *Принятие себя*, где получено наиболее низкое среднее значение – 42,4 Т-балла. Это свидетельствует о том, что в целом для группы характерно недостаточно полное принятие себя и своих слабостей, низкая способность за очевидными противоречиями жизни устанавливать их значимую связь. Чуть выше, но немного ниже 50 Т-баллов, отмечаются показатели по шкалам *Спонтанность* и *Принятие агрессии*. Наибольшее среднее значение получено по шкале *Природа человека* – 55,3 Т-балла.

Полученные результаты входной и выходной диагностик опросника ЛиО позволяют нам говорить о том, что занятия, проводимые в рамках тренинга, оказали положительный эффект на испытуемых. Так, увеличилось число тех, кто в полной мере принимает и разделяет ценности самоактуализирующейся личности, описанные А. Маслоу. Процент испытуемых, обладающих качествами, характерными для самоактуализирующейся личности, после проведения этнопсихологического

тренинга стал выше, чем процент несоамоактуализирующихся испытуемых.

Увеличилось и число тех, кто считает себя достойным любви и уважения вне зависимости от своих достоинств или недостатков. Считая себя достойными уважения и любви, испытуемые тем не менее не могут примириться со своими недостатками. Можно предположить, что они весьма критичны по отношению к себе и не могут до конца принять себя такими, какие они есть.

Исследование эмоционально-оценочных компонентов этнических стереотипов, а именно измерение их знака («позитивности» или «негативности») и величины общей эмоциональной направленности авто- и гетеростереотипов проводилось на основе ДТО. В основе нашего исследования лежит положение о том, что для формирования позитивной этнической идентичности, или «нормы», способствующей повышению уровня самоактуализации личности, необходимо наличие положительного образа «Мы» (автостереотипа) и позитивного образа «Они» (гетеростереотипа) при условии выраженного предпочтения своей группы.

Средние значения расчетных показателей диагностического коэффициента по группам и объектам оценивания представлены в таблице 1.

Таблица 1

Средние показатели диагностических коэффициентов входной и выходной диагностик

Группы	Параметры									
	самооценка		идеал		автостеретип		гетеростеретип 1		гетеростеретип 2	
	до	после	до	после	до	после	до	после	до	после
1	0,25	0,19	0,34	0,37	0,13	0,11	0,16	0,16	0,02	0,02
2	0,15	0,16	0,38	0,35	0,13	0,13	0,1	0,1	0,01	0,04

Из таблицы следует, что в обеих группах самую высокую определенность, характеризующую существенной позитивной выраженностью и направленностью, имеет оценка «Идеала». Если рассматривать данную оценку в качестве нормативной точки отсчета, то ближе всего по степени позитивной эмоциональной определенности располагаются параметры самооценок и автостеретипов. Самую высокую неопределенность в обеих выборках имеют гетеростеретипы. Приведенные в таблице данные показывают, что в обеих группах позитивные авто- и гетеростеретипы. Причем диагностические коэффициенты автостеретипов в обеих выборках абсолютно одинаковы. Но этническая идентичность сильнее выражена у студентов 2 группы. Однако коэффициенты по остальным параметрам в данной группе испытуемых ниже, чем показатели студентов 1 группы.

Сравнивая образ типичного представителя своей этнической группы и образ типичного чеченца, мы наблюдаем тенденцию к ярко выраженному эмоциональному предпочтению своей этнической группы при наличии, тем не менее, позитивного образа типичного чеченца. В полученных данных диагностического коэффициента проявляется особенность данной выборки. Во-первых, это этнически смешанная группа студентов, состоящая наполовину из русских и наполовину из бурят. С одной стороны, студенты находятся под влиянием бурятской и русской культур, язык повседневного общения – русский. С другой стороны, все усиливающееся возрождение национального самосознания и национальной культуры через средства массовой информации способствует усилению чувства принадлежности к собственной этнической группе. Можно сделать предположение о существовании некой иерархии в структуре этнической идентичности сегодняшней молодежи, то есть наличия в ней элементов, по которым человек относит себя к разным этническим группам.

Полученные результаты методики ДТО дают возможность предположить, что этнические особенности микросреды (однородность или неоднородность) являются фактором, который определяет зависимость между высокой автоидентификацией и собственно межэтнической дифференциацией. Этнические стереотипы как эмоционально непосредственная форма отражения социальной действительности подвергаются значительному влиянию субъективных факторов.

В качестве объективного показателя эффективности этнопсихологического тренинга выступает наблюдаемый положительный сдвиг в сторону увеличения диагностического коэффициента гетеростеретипов, что позволяет говорить о том, что занятия тренинга способствовали снижению негативных оценок в отношении представителей другой этнической группы.

Результаты проведенного исследования выявили, что этнопсихологический тренинг оказал положительное влияние на респондентов. Сглаживание, нивелирование негативных этнических стереотипов способствовало повышению уровня самоактуализации студентов, о чем свидетельствуют полученные результаты проведенного исследования. Этнопсихологический тренинг играет важную роль в процессе самоактуализации личности студентов.

Таким образом, в целях развития самоактуализации личности студента можно использовать активные методы обучения, способствующие повышению уровня самоактуализации личности. Одним из таких эффективных активных методов развития самоактуализации личности является тренинговый метод, разновидностями которого являются тренинг креативности и этнопсихологический тренинг. В целом результаты проведенных исследований свидетельствуют о целесообразности внедрения в процесс учебно-воспитательной деятельности вузов технологии тренинговых занятий в качестве организационно-педагогического

условия развития самоактуализации личности современного студента.

#### Литература

1. Быкова А.В. Тренинг креативности как средство развития самоактуализации личности студентов // Сибирский психологический журнал. – Томск, 2008. – №29. – С.19-22.
  2. Грозов А.И. Развитие креативности посредством технологий психологического тренинга // Психология и школа. – 2007. – №1. – С.3-18.
  3. Клег Б. Интенсивный курс по развитию творческого мышления / Б. Клег, П. Бич; пер. с англ. – М.: Астрель; Изд-во АСТ, 2004. – 392 с.
  4. Никандров В.В. Антитренинг, или Контуры нравственных и теоретических основ психотренинга: учеб. пособие. – СПб.: Речь, 2003. – 176 с.
  5. Тулупова Т.Ц., Бужгеева Е.М. Этнопсихологический тренинг как средство самоактуализации личности студентов. – Улан-Удэ: Изд-во Бурятского государственного университета, 2007. – 134 с.
- Быкова Анастасия Владимировна – директор департамента психологических исследований Байкальского филиала гуманитарного института (Улан-Удэ). E-mail: asd-anast@yandex.ru
- Калмыкова Елена Михайловна – кандидат психологических наук, старший преподаватель кафедры перевода и межкультурной коммуникации Бурятского государственного университета (Улан-Удэ). E-mail: sweetheart79@list.ru
- Bykova Anastasia Vladimirovna – director of department of psychological researches of Baikal branch of Humanitarian institute (Ulan-Ude). E-mail: asd-anast@yandex.ru
- Kalmykova Elena Mihailovna – candidate of psychological science, senior teacher of department of translation and intercultural communication of Buryat State University (Ulan-Ude). E-mail: sweetheart79@list.ru

УДК 159.9.37.015.3

Е.С. Белоусова

### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ МОТИВАЦИОННО-СМЫСЛОВОЙ СФЕРЫ УЧАЩИХСЯ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО КОЛЛЕДЖА

*В статье рассмотрены теоретические подходы к проблеме мотивации, даны результаты эмпирического исследования уровня развития мотивационно-смысловой сферы учащихся в социокультурном пространстве профессионального колледжа. Выявлены различия в показателях мотивационно-смысловой сферы учащихся колледжа и учащихся общеобразовательной школы.*

**Ключевые слова:** мотивация, социокультурное пространство, профессиональный колледж, общеобразовательная школа.

E.S. Belousova

### THE RESULTS OF RESEARCH OF MOTIVATIONAL-SEMANTIC FIELD OF STUDENTS OF PROFESSIONAL COLLEGE

*The following research presents the analysis of the theoretical approaches to the motivation problem in foreign and native psychological literature. It gives the results of empirical research of the level of development of motivational-semantic field of students in socio-cultural environment of professional college. Thus, the differences in the characteristics of a motivational-semantic field of students of professional college and comprehensive school are revealed.*

**Key words:** motivation, socio-cultural environment, professional college, comprehensive school.

На протяжении всего периода активного становления психологии как науки актуальными являются проблемы мотивации личности. Свое зарождение проблема мотивации личности получила в исследованиях зарубежной психологии. По мнению многих историков науки, толчком к ее разработке послужила теория Ч. Дарвина, исходя из которой возникли основные подходы к исследованию проблемы: теоретико-ассоциативный (Э. Торндайк), теория инстинктов (У. Макдаугалл) и теоретико-личностный (В. Вундт, З. Фрейд).

В дальнейшем в зарубежной психологии было разработано большое количество теорий и моделей мотивации [4], [3], [5], [6]. Большой вклад в

исследование мотивации внесли К. Роджерс, Р. Кеттел, А. Маслоу. В работах этих исследователей внимание уделяется проблеме индивидуальных различий, классификации побуждений, взаимосвязи мотивации с другими особенностями психологии человека. Однако для зарубежных авторов характерно одностороннее понимание мотивации как энергетического источника активности человека, не включающее в себя содержательную сторону этого процесса, ее конкретные механизмы и фактор регуляции поведения.

Изучение мотивации личности в отечественной психологии активно началось в 20-30 гг. XX в., когда стали оформляться новые психологические