

# ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 316.61:374

М. Г. Петрова

## САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ ЛИЧНОСТИ В ПРОЦЕССЕ ИНТЕНСИВНОЙ ГРУППОВОЙ ПОДГОТОВКИ, ИЛИ ЗАЧЕМ ВЗРОСЛОМУ ЧЕЛОВЕКУ НЕПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

*Аннотация.* По мнению авторов публикации, современное образование взрослых – это не только и не столько процесс обретения и совершенствования профессиональных компетенций, но, прежде всего, работа с жизненными стратегиями, целями, смыслами и возможностью реализовать себя. В статье отражены результаты исследования особенностей самоактуализации взрослых, сознательно выбирающих социально-психологические тренинги различной направленности как образовательную форму по развитию и реализации себя во всех сферах жизни.

Цель исследования состояла в установлении отличительных черт людей, готовых участвовать в тренинге и финансировать собственное развитие. Исследовательская задача заключалась в изучении характерологического профиля тех, кто воспринимает данную форму обучения как пространство и возможность раскрытия своего потенциала. Установлено, что поиск образовательных возможностей личностного развития осуществляют люди с высокими потребностями в подтверждении своих скрытых (потенциальных) качеств и низким уровнем когнитивных ресурсов.

Полученные данные подтверждают необходимость разработки образовательных программ, обеспечивающих самопознание и саморазвитие взрослого человека.

*Ключевые слова:* самоактуализация, социально-психологический тренинг, характерологический профиль, реализация потенциала.

*Abstract.* The adults' modern education, according to the author, can not be limited by obtaining and developing the professional competences, it primarily incorporates the work on life strategies, goals, meanings and self realization activities. The paper reveals the research findings concerning the self-actualization peculiarities of the adults choosing different types of socio-psychological trainings for personal growth and self-realization in all spheres of life.

The research is aimed at identifying the distinctive features of people who are ready to undergo the trainings and pay for their self-development. The research goals

include studying the character profile of people who accept such educational forms as the opportunity for their potential development. It has being found out that striving for educational opportunities in personal grows is the characteristic feature of people realizing their quality potential as well as the insufficient level of the cognitive recourse.

The obtained results prove the necessity of designing the educational programs promoting the adults' self-awareness and self-development.

*Index terms:* self-actualization, socio-psychological training, character profile, realization of the potential.

Самоактуализация служит примером феномена, значимость которого возрастает во всех сферах современной жизни. Предпосылкой этого обстоятельства является понимание самоактуализации как объяснительного конструкта эффективности человека в областях культуры, карьеры, образования и в жизни в целом.

Феномен самоактуализации широко исследован в зарубежной психологии и определен как стремление к проявлению потенциала личности, процесс реализации и результат личностных возможностей, наиболее полное и позитивное использование человеком своих способностей, осуществление полноценного развития, саморазвития, самопознания, самосовершенствования, приводящее к сбалансированному и гармоничному состоянию всех аспектов личности (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, Э. Шостром и др.).

Отечественные исследователи трактуют рассматриваемое явление как механизм, стимулирующий саморазвитие человека, делающий это потребностью, целью и жизненной стратегией (К. А. Абульханова-Славская, И. А. Акиндинова, Т. И. Артемьева, Е. И. Головаха). Саморазвитие связывается с процессом становления личности как субъекта интеллектуальной активности (Д. Б. Богоявленская), свободного выбора (В. А. Петровский), саморегуляции произвольной активности (В. А. Иванников, О. А. Конопкин); как носителя ответственности, нравственности, веры (Б. С. Братусь) и смысла (Д. А. Леонтьев).

Осознание и развитие личностью своего потенциала позволяет эффективно воплощать свои способности в личной и профессиональной жизни, ощущать удовлетворение от собственных достижений. В условиях происходящих социальных преобразований повышается роль активного отношения субъекта к саморазвитию и изменению себя. Особое значение приобретает осознание личностью того, что в жизни следует полагаться, прежде всего, на себя. Современному человеку необходимо не только иметь дос-

таточный запас профессиональных знаний и умений, но и уметь выстраивать стратегию собственной жизни, самостоятельно определяя внутренний потенциал развития. Пристального внимания заслуживает изучение самоактуализации взрослого человека и создание специфических образовательных сред, форм и технологий ее управляемого становления.

Проблема образования в целом и образования взрослых в частности относится к проблеме бытия человека и человечества в современном мире. Существующие в философии и психологии концепции человека при всем их многообразии и внешних отличиях сходятся в одном: человек биологически недостаточен, открыт миру и реализуется в разворачивании собственной активности.

В истории исследований образования взрослых большую роль сыграли работы Е. Н. Медынского, Е. И. Брюнелли, С. Е. Гайсинович, Е. А. Голанта, Ф. Пеггелера, Б. Соловичева, А. Турова, П. Джарвиса, М. Ноулса и др. В теории современного образования выделяются два ключевых подхода, к которым тяготеют различные практики, – социо-центрированный и личностно-центрированный. Ограниченность обоих определяется необходимостью осмысления стремительного развития образования взрослых, в том числе и непрофессионального.

Одним из наиболее адекватных, на наш взгляд, является эволюционно-функциональный подход. Эволюционность свидетельствует в пользу целостности обучения и развития человека – в эволюции личности, ее реализации состоит цель образовательного процесса. Функциональность указывает на средства достижения цели – усиление этого качества на основе систематизации и использования жизненного опыта. Цель образования взрослых в данном контексте – способствовать развитию личности, функционально увеличивая реализацию ее потенциальных возможностей.

Как отмечает Н. С. Глуханюк, основной проблемой обучения взрослых являются их психологические особенности: стремление к ведущей роли в процессе обучения; к самореализации; обладание жизненным (обыденным, социальным, профессиональным) опытом, который может быть использован в качестве источника обучения; устойчивая мотивация. На процесс обучения влияют также сформированная структура комплексов, определенный дефицитарный тип обработки информации (фильтры восприятия), ментальные проявления, устаревшие представления о процессе обучения, механизмы сопротивления, основанные на психологических барьерах и защитах [1].

Таким образом, мы полагаем, что современное образование взрослых – это не только и не столько процесс формирования профессиональных компетенций, но, прежде всего, работа с жизненными стратегиями, целями, смыслами и возможностью реализовать себя. Одной из наиболее распространенных форм такого образования является социально-психологический тренинг любой направленности.

Нами предложена особая форма работы со взрослыми людьми, ориентированная на управляемое становление их самоактуализации [2]. Тренинг представляет собой совокупность лекций, упражнений, заданий, которые предусматривают:

- расширение сложившегося дефицитного типа обработки информации (расширение фильтров восприятия);
- осмысление существующей структуры комплексов;
- выработку нового позитивного отношения к любому жизненному опыту как к процессу самореализации, самопознания;
- уменьшение механизма сопротивления, устранение психологических барьеров и защит, которые мешают саморазвитию;
- формирование современного отношения к образовательному процессу как процессу самовыражения и гармоничного развития всех аспектов личности.

Цель исследования состояла в установлении особенностей (отличительных черт) людей, готовых участвовать в тренинге и финансировать собственное развитие. Всего в эксперименте было задействовано 62 человека в возрасте от 23 до 56 лет (средний возраст 34,6 лет): 37% мужчин и 63% женщин, 89,9% с высшим образованием. Исследование проводилось на этапе первых вводных упражнений.

Для изучения устойчивых личностных свойств участников применялась методика 16 PF Р. Кеттелла (форма А) в русскоязычной адаптации А. А. Рукавишникова, М. В. Соколовой (1995) [3]. Изучение особенностей самоактуализации осуществлялось с помощью методики РОИ Э. Шострома в русскоязычной модификации Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Крои и др. (1995) [4].

Исследовательская задача заключалась в изучении психологического профиля и особенностей самоактуализации взрослых, осознанно выбирающих тренинг как форму и пространство ее проявления и развития.

Полученные результаты отражены на рис. 1. Значительному большинству испытуемых свойственна адекватность самооценки и определенная личностная зрелость ( $Md+$ ; среднее арифметическое  $X_{cp} = 6,65$ ).

Наиболее яркой особенностью группового профиля являются характеристики *коммуникативной сферы*. В профиле личности установлено значительное преобладание экстравертированности над интровертированностью (Q<sub>1</sub>+, A+, F+, H+). Испытуемым свойственны высокая общительность, способность к установлению непосредственных, межличностных контактов, готовность к групповой работе (A+); экспрессивность и потребность в аффективно насыщенном и динамичном общении (F+); эмоциональное лидерство и репутационная смелость в социальных контактах (H+). Подобная констелляция факторов свидетельствует об определенной генетической предрасположенности, описывающей психодинамическую (темпераментальную) основу характера.

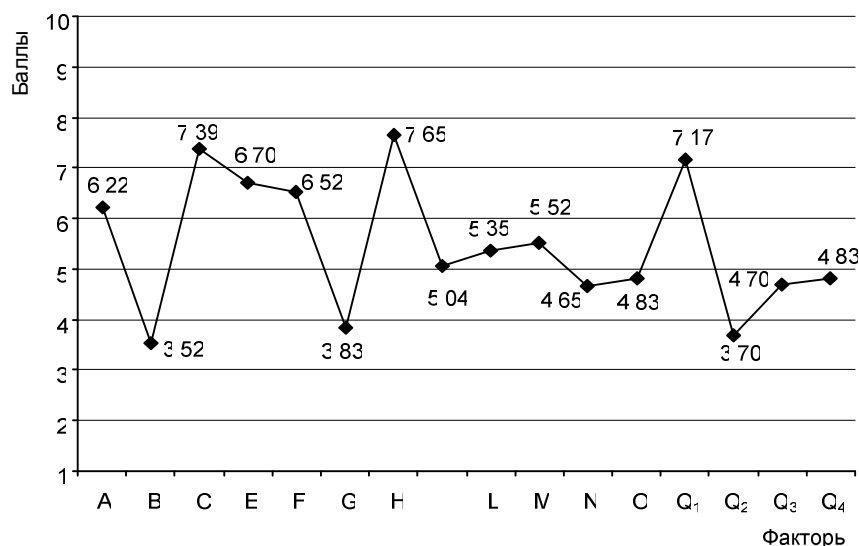


Рис. 1. Средние значения личностных диспозиций участников исследования:

A – замкнутость / общительность, B – конкретное / абстрактное мышление, C – эмоциональная нестабильность / стабильность, E – покорность / независимость, F – сдержанность / экспрессивность, G – безответственность / ответственность, H – робость / смелость, I – жесткость / чувствительность, L – доверчивость / подозрительность, M – практичность / мечтательность, N – прямолинейность / дипломатичность, O – спокойствие / тревожность, Q<sub>1</sub> – консерватизм / радикализм, Q<sub>2</sub> – конформизм / неконформизм, Q<sub>3</sub> – низкий / высокий самоконтроль поведения, Q<sub>4</sub> – нефрустрированность / фрустрированность

Участники исследования характеризуются отсутствием фрустрированности коммуникативной потребности: желательность и привлекательность социальных контактов (A+) сочетается со способностью удовлетворить потребность в них (E+, F+, H+).

Коммуникативная сфера испытуемых имеет следующее качественное своеобразие. С одной стороны, им свойственны выраженная независимость, своенравие характера (E+), которые проявляются в свободном отношении к общепринятым моральным правилам и нормам и в низком уровне чувства долга и ответственности (G-), с другой – конформность поведения, ориентация на общественное одобрение, зависимость от мнения группы (Q<sub>2</sub>-). Данные характеристики служат симптомами социальной незрелости. Невысокие показатели по факторам общих способностей (B-) усугубляют фиксируемую симптоматику.

Эмоциональную сферу участников исследования отличает генетическая эмоциональная устойчивость (биологическая зависимость), отсутствие необходимости в волевой регуляции своих эмоций и поведения, уверенность в себе, спокойное адекватное восприятие действительности, стрессоустойчивость, ригидность (C+, O-). Вместе с тем фиксируются низкая мотивационность, довольство собой, внутренняя расслабленность (N-, O-, Q<sub>4</sub>-), которые могут проявляться в недостаточной эффективности в деятельности.

Сфера общих (интеллектуальных) способностей участников характеризуется низким уровнем оперативности мышления, эрудированности, культуры, конкретностью воображения (B-, M-). Познавательная сфера отличается такими индивидуально-психологическими особенностями, как склонность к свободомыслию, радикализм (Q<sub>1</sub>+), стремление к принятию самостоятельных оригинальных интеллектуальных решений (E+), что никак не обеспечивается когнитивным ресурсом. Такой личностный профиль свойствен исследуемой группе в целом.

Результаты изучения особенностей *самоактуализации* как стремления человека к самоосуществлению отмечены на рис. 2. Установлена относительная однородность уровня выраженности показателей самоактуализации. Данный факт свидетельствует об отсутствии яркого своеобразия в проявлении потенциала к самоактуализации. Значения показателей варьируются в пределах среднестатистической нормы (значения асимметрии всех показателей методики не превышают критических значений и близки к нулю). Отсюда следует, что участникам свойственна средняя по количеству степень интериоризации (присвоения) тех поведенческих и ценностных индикаторов, которые характеризуют самоактуализирующуюся личность. Это касается всех фиксируемых методикой основных жизненных сфер самосовершенствования человека – познания, ценностей, отношения к себе, другим людям, к жизни в целом.

Меры изменчивости индивидуальных результатов (разброс, средне-квадратичное отклонение) при дескриптивном анализе данных обнаружили, что показатели участников достаточно однородны в выраженности потенциала самоактуализации (не зафиксированы ни высокие, ни низкие показатели данного феномена).

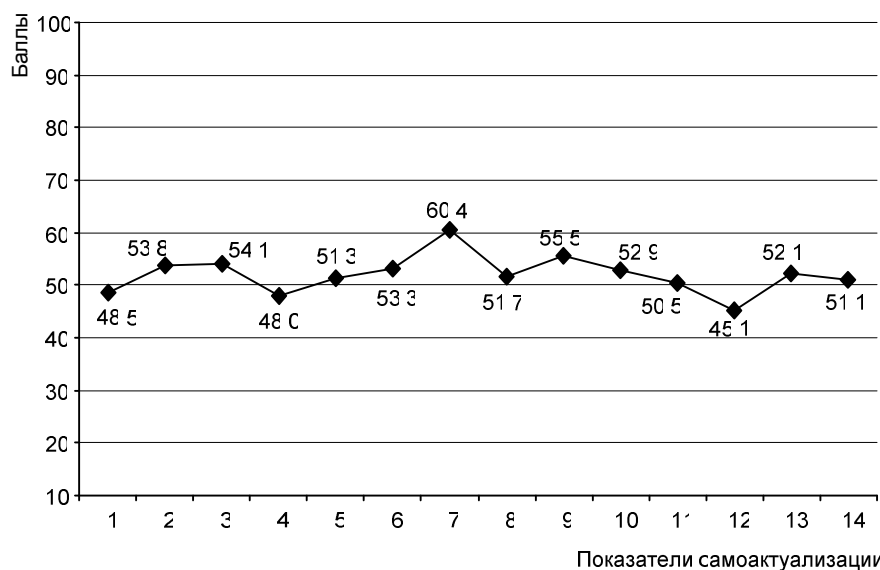


Рис. 2. Средние значения показателей самоактуализации участников исследования:

1 – компетентность во времени, 2 – поддержка, 3 – ценностные ориентации, 4 – гибкость поведения, 5 – сензитивность к себе, 6 – спонтанность поведения, 7 – самоуважение, 8 – самопринятие, 9 – представления о природе человека, 10 – ценностное восприятие мира, 11 – принятие агрессии, 12 – контактность, 13 – познавательные потребности, 14 – креативность

Однако анализ мер центральной тенденции и мер изменчивости позволил обнаружить следующие особенности. По шкале «поддержка / независимость» как базовому индикатору самоактуализации выявлен широкий диапазон разброса индивидуальных значений ( $E_x < 0$ ;  $E_x = -0,78$ ). Преобладают высокие значения данного показателя ( $A_s < 0$ ;  $A_s = -0,18$ ; мода и медиана равны 57). Отсюда следует, что для большинства участников характерны высокий уровень независимости и склонность к интернальному типу поведения. Этот факт согласуется с результатами изучения личностного профиля, в частности в отношении показателя покорности / независимости ( $E^+$ ,  $X_{cp} = 6,70$ ).

В сфере ценностей (шкалы 3 и 4, рис. 2) установлены достоверные различия степени выраженности измеренных показателей (U-критерий Манна – Уитни,  $p = 0,003$ ). Отсюда следует, что большинство участников разделяют и принимают ценности, свойственные самоактуализирующейся личности (шкала 3,  $X_{\text{ср}} = 54,12$ ), однако демонстрируют неготовность ориентироваться на эти ценности в собственном поведении (шкала 4,  $X_{\text{ср}} = 47,98$ ). Декларируемая и действительная стороны ценностной регуляции поведения не совпадают, испытуемые проявляют неготовность к поведенческой гибкости в реализации своих ценностей.

Подобная тенденция обнаружена в сфере чувств (шкалы 7 и 8, U-критерий Манна – Уитни,  $p = 0,000$ ). Участники исследования высоко ценят свои достоинства, положительные свойства характера, уважают себя за них (шкала 7,  $X_{\text{ср}} = 60,4$ ), однако на поведенческом уровне демонстрируют неготовность принять себя такими как есть, вне зависимости от самооценки достоинств и недостатков. Выявленная закономерность также согласуется с характерологическими особенностями, касающимися конформистского поведения ( $Q_2$ ).

Следующая особенность самоактуализационного профиля обнаружена в сфере межличностной чувствительности. Анализ мер центральной тенденции показал, что большинству участников свойственны низкие показатели контактности (шкала 12, медиана равна 43, мода – 37). Отсюда следует, что для испытуемых характерна слабо выраженная способность к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально насыщенных контактов с другими людьми. Противоречит ли данный факт особенностям коммуникативной сферы характерологического профиля испытуемых (см. рис. 1)?

Контактность как самоактуализационный показатель содержательно описывается как чувствительность и чуткость в межличностных отношениях, как косвенный индикатор выраженного социального интеллекта. Анализ коммуникативной сферы участников данного исследования показал, что их отличает высокая и нефрустрированная потребность в общении с чертами доминантности, своенравия и конформности, однако характеристики гармоничности и даже экологичности межличностного общения им скорее чужды. Соответственно, высокая коммуникативность имеет эгоцентрическую природу.

Таким образом, своеобразие характерологического профиля испытуемых проявляется в адекватности самооценки, в ярко выраженных



коммуникативных проявлениях с тенденциями к экстравертированности, эгоцентризму, своенравию, нефрустрированности, конформности. Эмоционально-волевой сфере присущи генетическая эмоциональная устойчивость, отсутствие волевого напряжения, мотивационная расслабленность. В сфере интеллекта отмечены низкий уровень оперативности мышления, эрудированности, склонность к свободомыслию и оригинальности. Самоактуализационный профиль отличается средним уровнем в стремлении к самоосуществлению, несогласованностью между декларируемыми и демонстрируемыми в поведении ценностями, между высоким самоуважением и принятием себя, низкой межличностной чувствительностью.

Составление психологического профиля личности и определение уровня самоактуализации взрослых людей, ориентированных на развитие и реализацию себя, позволяет сделать следующие выводы.

1. Поиск образовательных возможностей личностного развития осуществляют люди с высокими потребностями в подтверждении своих потенциальных (скрытых) качеств и низким уровнем когнитивных ресурсов.

2. Уровень самоактуализации по всем показателям имеет средние значения и достаточно размыт.

3. Уровень генерализованности показателей самоактуализации по всем блокам превышает уровень их выраженности. Желание испытуемых актуализировать резервы достаточно отчетливое, но в реальном поведении оно не проявляется. Именно это обстоятельство свидетельствует в пользу принятия решения об участии в тренинге.

Поиск запуска механизмов саморазвития взрослого человека позволяет удовлетворить потребность практики в образовательных формах и технологиях, адекватно обеспечивающих данный запрос.

### **Литература**

1. Глуханюк Н. С. Психология профессионализации педагога: моногр. 2-е изд., доп. Екатеринбург: Изд-во РГППУ, 2005. 260 с.
2. Петрова М. Г. Топ-менеджер за 90 дней. Алматы: RUAN, 2011. 54 с.
3. Рукавишников А. А., Соколова М. В. Факторный личностный опросник Р. Кеттелла: Руководство по использованию. СПб.: ИМАТОН, 1995. 89 с.
4. Самоактуализационный тест / авт.-сост. Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика, М. В. Кроз. М.: Рос. пед. агентство, 1995. 42 с.