

МИНИСТЕРСТВО НАУКИ И ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ РФ

**Федеральное государственное бюджетное образовательное
учреждение высшего образования**

ПЕНЗЕНСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ

**Факультет педагогики, психологии
и социальных наук**

**Кафедра «Прикладная
психология»**

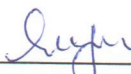
**Направление подготовки 44.03.02 «Психолого-педагогическое образование»
Профиль «Психология образования»**

БАКАЛАВРСКАЯ РАБОТА

на тему:

**«Различия в показателях психологической культуры представителей
разных поколений»**

Студент


подпись

Якунина Светлана Владимировна

Руководитель


подпись

Тарасова Е.М.

Нормоконтролёр


подпись

Медведева И.А.

Работа допущена к защите (протокол заседания кафедры от 07.06.2019 №13)

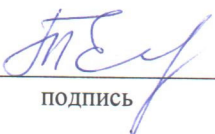
Заведующий кафедрой


подпись

Медведева И.А.

Работа защищена с отметкой отлично (протокол заседания ГЭК от 13.07.19 №26)

Секретарь ГЭК


подпись

Тарасова Е.М.

Содержание

Введение.....	3
Глава 1. Анализ современного состояния проблемы	
1.1. Различные подходы к определению понятия психологической культуры личности.....	7
1.2. Функции и структурные компоненты психологической культуры личности.....	13
1.3. Психологическая культура как составляющая персональной культуры человека.....	19
1.4. Факторы формирования психологической культуры. Развитие психологической культуры в онтогенезе и ее уровни.....	26
Выводы по Главе 1.....	39
Глава 2. Изучение различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений	
2.1. Описание процедуры и методов исследования.....	40
2.2. Анализ и интерпретация диагностических данных.....	45
Выводы.....	58
Заключение.....	60
Список используемых источников.....	62
Приложение.....	67

Введение

Развитие личности происходит в процессе усвоения социокультурного пространства, всего того, что зафиксировано в материальных и духовных ценностях общества и отражается в жизнедеятельности других людей. В процессе освоения и усвоения человеческой культуры происходит становление и развитие высших психических функций, самосознания, потребностно-мотивационной сферы, формирование ценностей, убеждений, черт характера, а также развитие умений и навыков. Этот процесс обеспечивает вхождение в систему общественных отношений, и делает человека человеком. Общество, в которое он включен, определяет уровень развития качеств и свойств его личности.

В каждом отдельном обществе задан необходимый уровень развития личности, определяемый как социокультурная норма. Мера овладения этой нормой отражает уровень психологической культуры конкретного человека.

Понятие «психологическая культура» относительно новое, статус самостоятельного предмета исследования оно приобрело недавно, всего полтора-два десятилетия назад. Определение данного понятия находится в фокусе внимания различных областей науки: философии, психологии, культурологии, социологии.

В психологии существует несколько подходов к пониманию сущности психологической культуры. Каждый из исследователей этой проблемы выделяет разные компоненты структуры и показатели внешнего проявления данного феномена. В самом общем определении психологическая культура представляется как набор неких психологических знаний и навыков, которые позволяют человеку определенным образом взаимодействовать с окружающей действительностью. Уровень психологической культуры в данном случае определяет эффективность этого взаимодействия.

В работах О.И. Моткова и Л.С. Колмогоровой выделены более конкретные характеристики понятия психологической культуры, однако, на сегодняшний день не выработаны четкие категории, присущие именно этому конструкту, не разработаны критерии его оценки. В этой связи актуальным является вопрос диагностики психологической культуры. На сегодняшний день известна лишь одна методика О.И. Моткова, направленная на изучение данного феномена. Методика этого автора «Психологическая культура личности» основана на собственном оценивании респондентами своих психологических навыков, тех характеристиках, которыми должен обладать «психологически культурный» человек. Такое содержание методики позволяет, скорее диагностировать стремление респондента соответствовать определенному уровню качеств и свойств, составляющих это понятие, а не реальный уровень развития у него этих качеств.

Не смотря на недостаточную разработанность понятия психологической культуры личности, оно используется в разного рода исследованиях, направленных и на изучение факторов ее становления, ее функций, и на изучение закономерностей и условий развития.

Сегодня почти все исследования в области психологии имеют ссылку на необходимость их проведения с позиции тех перемен, которые затронули наше общество. В социальной психологии, психологии личности и возрастной психологии появилось немало исследований, целью которых является изучение влияния динамичных общественных изменений на развитие человека. Выявлено немалое число различий в проявлении и уровне сформированности тех или иных психологических качеств, свойств и характеристик у представителей разных поколений.

Вместе с тем, популярность набирают и исследования, указывающие на трансгенерационные связи, в той или иной степени обуславливающие устойчивость психологических характеристик в ряду поколений. В этой связи актуальным является вопрос о том, какие из психологических качеств и

свойств являются более устойчивыми, а какие больше подвержены изменениям под воздействием меняющихся социокультурных условий.

Проведенный нами анализ литературы по теме исследования указывает на важнейшую роль психологической культуры в развитии любого общества. Учитывая динамику общественных трансформаций, характерную для современного времени, можно сделать вывод о важности изучения показателей психологической культуры представителей разных поколений, объединенных одним социокультурным пространством. Кроме того, в психологии до сих пор не разработаны четкие возрастные показатели и нормативы развития психологической культуры и методы ее диагностики.

Таким образом, актуальность предпринятого нами исследования определяется двумя фактами, один из которых свидетельствует о недостаточной разработанности понятия психологической культуры личности, а второй связан с вопросом о проявлении этого феномена у представителей разных поколений. В ходе исследования мы исходили из имеющихся на сегодняшний день трактовок психологической культуры личности, выделив те качества и свойства личности, которые используются в большинстве определений этого феномена.

Целью исследования стало изучение различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений для использования эмпирических данных в диагностической и консультативной практике педагога-психолога по проблемам личностного развития.

Объект исследования – показатели психологической культуры личности представителей разных поколений.

Предмет исследования – различия в показателях психологической культуры представителей разных поколений.

Гипотеза: у представителей разных поколений (лиц юношеского и зрелого возрастов) существуют различия в таких показателях психологической культуры личности, как ценности, потребность в познании,

креативность, автономность, самопонимание и аутосимпатия, контактность и гибкость в общении, а также различия в уровне сформированности системной рефлексии.

Исходя из цели исследования, нами были определены следующие **задачи** его проведения:

1. Провести анализ научных данных по вопросам определения психологической культуры, ее структурных компонентов, функций, а также детерминант и условий становления.

2. Определить диагностический комплекс по изучению психологической культуры у представителей разных поколений.

3. Сформировать выборку для проведения исследования и провести диагностические процедуры.

4. Проанализировать полученные результаты и сформулировать выводы.

Для проведения исследования были выбраны такие психодиагностические **методики**, как:

- «Психологическая культура личности» О.И. Моткова;

- «Диагностика самоактуализации личности» А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина;

- «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева.

Для обработки эмпирических данных были использованы методы математической статистики Т-критерий Стьюдента и угловое преобразование Фишера.

В исследовании приняли участие представители двух возрастных групп – юношеского возраста (от 18 до 22 лет) - 21 человек; и зрелого возраста (от 38 до 47 лет) - 15 человек.

Глава 1. Анализ современного состояния проблемы

1.1. Различные подходы к определению понятия психологической культуры личности

Понятие «психологическая культура» приобрело самостоятельный статус предмета исследования относительно недавно, примерно два десятилетия назад. Но предпосылки к исследованию этого феномена были заложены ещё в трудах немецких философов XVIII века, посвящённых изучению общего понятия культуры.

Общее понятие культуры сводится к пониманию собственно человеческих способов жизни, созданных многими поколениями людей. Оно не может рассматриваться вне контекста той социальной ситуации, в которой человек вырос и живет, и которая содержит в себе черты общечеловеческой, национальной и социально-стратовой культуры. Общая культура состоит из функционально необходимых видов культуры человека, таких как нравственная, эстетическая, психологическая, физическая, познавательно-творческая, культура самогармонизации и пр.

Первыми мыслителями, обратившимися к этому понятию, являются представители немецкой классической философии: И.Г. Гердер, И. Кант, Г.Ф. Гегель. Согласно взглядам И.Г. Гердера, человека от животного отличает именно культура, она и составляет его специфическую сущность, и именно культура формирует человеческое в человеке. По мнению мыслителя, основным проявлением человеческой культуры является гуманность, проявляющаяся в стремлении людей к общению, к взаимопомощи, в стремлении, существующем на уровне потребности.

Согласно взглядам И. Канта, человек становится человеком только посредством образования, вследствие «привития» культуры морально-умственного совершенства. В его работах как компоненты общей культуры

выделены культура воспитания, культура умений, культура общения. В целом культура И. Кантом представляется как способ реализации возможностей и склонностей человека, важнейшими из которых являются прагматические и моральные. Прагматические способности проявляются в умении воздействовать на себя и на других людей, моральные способности развиваются под влиянием культуры и воспитания, которые позволяют человеку стать более цивилизованным.

В XIX веке В. Вунд выдвинул идею о том, что «психология состоит из двух частей, каждая из которых относится к разным уровням человеческого сознания, следуя своим собственным законам и используя свои методы» [39, с. 22]. Задачей одной из них является исследование механизмов проникновения культуры в психические процессы личности. В. Вунд впервые выдвинул идею о том, что высшие психические функции представляют результат историко-культурного развития человека [9].

Значительный вклад в исследование психологических основ социокультурного развития сделали французские мыслители. Так, в работах Г. Лебона затрагиваются проблемы управления людьми, исходя из особенностей общества, особенностей той или иной культуры. В работах Г. Тарда исследуются процессы развития культуры, в том числе изучается вопрос о том, каким образом в культуре общества появляются те или иные изменения, и каким образом они передаются отдельным его членам.

В начале XX века появился новый подход к изучению культуры - психоаналитическая концепция З. Фрейда. В его работах модель культуры выступала, с одной стороны, как некие табу, нормативные запреты, а с другой - как проекции, которые способны снимать чувство страха и чувство вины [41]. З. Фрейд представил модель личности, в которой Оно (Ид) - сфера бессознательного, врождённые влечения и инстинкты, составляющие основу личности; Я (Эго) - область сознательного, выступающая посредником между бессознательными влечениями и реальностью; Сверх-Я (Супер-Эго) -

сфера морали и цензуры, которая напрямую зависит от норм и правил культуры. Супер-Эго является связующим звеном между внутренним миром человека и культурой. В.В. Семикин в своей работе «Психологическая культура в образовании человека» отмечает, что именно такую структуру и следует рассматривать как психологическую культуру человека [39]. Известна позиция З. Фрейда в отношении непримиримости культуры и конкретной личности. По его мнению, человечество концентрируется на достижении цели поиска баланса, равновесия между требованиями культуры общества и индивидуальными влечениями и стремлениями человека. Многие исследователи считают, что концепция З. Фрейда является важнейшей вехой в развитии культууроориентированного направления в психологии.

Психоаналитическое направление в исследовании культуры было продолжено в работах К. Юнга и Э. Фромма. К. Юнг, в отличие от З. Фрейда, полагал, что в качестве источников культуры следует рассматривать как сознательные, так и бессознательные структуры. «Коллективное бессознательное», которое К. Юнг назвал архетипами, представляет собой хранилище культуры. Это некие образы и образцы поведения, которые передаются от поколения к поколению и образуют основу психики отдельного индивида. Они определяют его культурное своеобразие.

В гуманистической психологии, альтернативной психоаналитическому подходу, А. Маслоу ввел понятие о самоактуализирующейся личности. Процесс самоактуализации представляет собой интеграцию человека в социум и культуру. В этом процессе человек находит себя в культуре и культуру в себе. На наш взгляд, подход А. Маслоу к соотношению понятий культуры и личности составляет основу для понимания психологической культуры в человеке.

В отечественной науке также исследовалась проблема соотношения культуры и личности. Прежде всего, это культурно-историческая концепция Л.С. Выготского.

Согласно Л.С. Выготскому, культура является важнейшим фактором развития высших психических функций. Им был сформулирован общий закон культурного развития, согласно которому основу развития психических функций составляют социальные отношения. Развитие высших функций осуществляется поэтапно: первый этап - социальный, второй - психологический. Высшие психические функции проявляются сначала в интерпсихической форме (в ситуации межличностных взаимоотношений), а затем усваиваются и переходят в категорию интрапсихического. Таким образом, любая высшая психическая функция порождается из социальных отношений, а затем становится внутренней. Поэтому культура играет главную роль в развитии личности.

В своей работе «Истории развития высших психических функций» Л.С. Выготский пишет, что «сущность культурного развития... заключается в том, что человек овладевает процессами собственного поведения...» [10, с. 14]. Таким образом, способность регулировать своё поведение, (по Выготскому «владение процессами поведения») и определяет сущность психологической культуры. Эта способность проявляется в процессе взаимодействия с окружающими, и человек становится собой именно через других, через то, что он как личность предъявляет другим. В этом и заключается процесс культурного развития личности.

Огромный вклад в изучение психологической культуры личности сделал С.Л. Рубинштейн, хотя он и не употреблял в своих работах этого термина. Он писал: «Отношение к другому человеку, к людям составляет основную ткань человеческой жизни, ее сердцевину. Психологический анализ человеческой жизни, направленный на раскрытие отношений к другим людям, составляет ядро подлинно жизненной психологии. Здесь вместе с тем область «стыка» психологии с этикой» [38, с. 262-263]. Именно на «стыке» этики и психологии и проявляется психологическая культура как явление, раскрывающее сущность отношений человека с другими людьми.

Заметно возрос интерес к феномену психологической культуры в последние два десятилетия. Рассмотрим определения ПК современных авторов.

В.В. Семикин психологическую культуру определяет как особое внутренне качество личности, внешним проявление которого является культура социального взаимодействия людей, и которое обеспечивает их компетентность в этом процессе [39]. По мнению В.В. Семикина психологическая культура – это высший уровень развития психологически компетентной личности. Достижение этого уровня возможно при условии принятия гуманистических ценностей.

Л.С. Колмогорова одна из первых применила системный подход в исследовании психологической культуры как самостоятельного феномена. С ее точки зрения, психологическая культура является частью культуры базисной. Именно она помогает человеку в осознании и гармонизации своего внутреннего мира, обеспечивает его адаптацию в социуме, способствует самореализации, саморазвитию и решению внутриличностных проблем. Психологическая культура поддерживает внутреннее благополучие личности, позволяет осознавать свои возможности и желания, а также оптимальным образом организовывать свою деятельность и регулировать отношения с окружающими людьми. Психологическая культура личности - это продукт социализации, образования, воспитания и самовоспитания, который становится регулятором поведения человека [25, с. 1].

В концепции О.И. Моткова психологическая культура рассматривается как интегральная характеристика личности, которая проявляется в способах жизнедеятельности человека, его взаимодействии с социумом и включает содержание его отношений к другим людям и к самому себе. По мнению автора, психологическая культура - это выработанный личностью механизм самопознания, общения, эмоциональной и поведенческой саморегуляции, а также механизм саморазвития. Концепция О.И. Моткова приводит нас к

выводу о том, что психологическая культура включена во все сферы жизнедеятельности человека. Данный механизм характеризуется конструктивностью и последовательностью действий, и проявляется в способности управлять своим поведением, контролировать свою деятельность при меняющихся условиях, а также при изменении потребностей, ценностей и т.п. Выбор человеком того или иного поведения зависит от его ценностной и содержания мотивационной сферы. Индивид с высоким уровнем развития психологической культуры предпринимает действия, оптимально согласованные с внешним миром. Психологическую культуру О.И. Мотков рассматривает как часть общей культуры человека, обеспечивающей его гармоничное функционирование в этом мире [31].

Е.А. Климов также характеризует психологическую культуру как часть общей культуры человека, которая предполагает освоение им основ психологических знаний и их использование в повседневной жизни [11].

Л.Д. Демина определяет психологическую культуру как комплексное понятие, которое включает знания человека об основных факторах и законах развития внутреннего мира, а также способах и приемах саморегуляции, лежащих в основе психического здоровья личности [12, с. 38].

Итак, мы познакомились с относительно новым в психологии понятием «психологическая культура». Определение этого понятия, параметров и уровней психологической культуры остаётся проблемой для исследователей. Термин «психологическая культура» не внесен ни в один из отечественных психологических словарей. В справочной литературе есть определения отдельных составляющих психологической культуры, при этом каждый исследователь выделяет свои компоненты и функции психологической культуры.

Психологическая культура является важнейшим условием социального бытия человека. При этом она не дана человеку в готовом виде. Это наработанная и усвоенная личностью система способов, умений

самопознания, общения, саморегуляции эмоций и действий, творческого поиска и саморазвития.

На основе анализа существующих на сегодняшний день подходов к определению сущности этого феномена, мы можем заключить, что психологическая культура представляет собой совокупность выработанных человеком качеств, усвоенных знаний и установок, на основе которых у него формируются определённые механизмы внешней и внутренней саморегуляции и механизмы самопознания. Высокий уровень психологической культуры характеризуется оптимальным способом поведения, когда человек учитывает как желания и цели своей личности, так и восприятие других людей и законы окружающего мира в целом. При этом необходимо его внутреннее принятие жизненных ситуаций как значимых для себя. Без превращения их во внутренние ценности, они не мотивируют его на осуществление соответствующего поведения.

1.2. Функции и структурные компоненты психологической культуры личности

Анализ работ разных авторов по проблеме психологической культуры личности указывает на то, что предметом исследования чаще всего являются отдельные компоненты психологической культуры и ее функции. Рассмотрим некоторые из подходов к определению функций ПК.

М.С. Каган в качестве основной функции культуры выделял сохранение и передачу из поколения в поколение жизненного опыта человечества [20, с. 285].

К.М. Романов выделил несколько взаимосвязанных функций, такие, как: ориентировка в социальном окружении, отношение к другим людям, психологическое воздействие на них, а также понимание самого себя, саморегуляция и отношение человека к самому себе [35]. Автор представляет

психологическую культуру как совокупность психологических характеристик (психических процессов и свойств личности), которые обеспечивают реализацию этих функций.

Л.С. Колмогорова к функциям психологической культуры относит следующие: репродуктивно-трансляционную, адаптационную, регулятивную, организационную, синергетическую и продуктивную.

Репродуктивно-трансляционная функция обеспечивает сохранение и передачу определенного культурного опыта, что создает условия для последовательного прогрессивного развития и преемственности поколений.

Адаптационная функция обеспечивает эффективность деятельности человека в процессе решения разного рода проблем и взаимодействия с другими людьми, имеющими отличия по национальному, половому, возрастному и другим признакам.

Регулятивная функция проявляется в процессах самоконтроля, самоорганизации и саморегуляции, в ситуациях преодоления различных неблагоприятных условий, событий и т.п.

Ориентационная функция направлена на планирование человеком своей жизни, проявляется в процессах самоопределения и проектирования жизненных обстоятельств.

Синергетическая функция обеспечивает создание целостной Я-концепции, состояние внутреннего баланса и благополучия, что повышает степень удовлетворенности жизнью и ее качества.

Продуктивная функция обеспечивает обновление во всех сферах жизни человека.

По мнению О.И. Моткова, функции психологической культуры проявляются в эффективной саморегуляции действий и эмоций, в конструктивном общении и конструктивном ведении различных дел, в процессах самоопределения, творчества и саморазвития [31, с. 1].

Как показывает анализ различных подходов к определению функций психологической культуры, это вопрос примыкает к выделению структурных компонентов в этом личностном образовании. Рассмотрим различные точки зрения на этот счет.

В теории Е.М. Колчина и Е.С. Климкина выделены следующие составляющие психологической культуры: интеллектуальный компонент, поведенческий и ценностно-смысловой.

Интеллектуальный компонент представляет собой совокупность психологических знаний и осведомлённость, обеспечивающих адекватное взаимодействие индивида с окружающим миром. Поведенческий компонент включает в себя практические умения и навыки, на которых основывается это взаимодействие. К ценностно-смысловому компоненту относятся взгляды и убеждения субъекта взаимодействия, регулирующие этот процесс. В концепции Е.М. Колчина и Е.С. Климкина отдельно рассмотрен потребностно-мотивационный аспект, который произрастает из ценностно-смыслового, поскольку характеристики последнего определяют мотивы человека и переходят в его ценностные ориентации.

Л.С. Колмогорова выделяет следующие структурные компоненты психологической культуры: психологическая грамотность, психологическая компетентность, ценностно-смысловой компонент, рефлексия и культуротворчество [25].

Психологическая грамотность представляет собой совокупность базовых психологических знаний и умений. Психологическая компетентность является более совершенным уровнем развития психологической грамотности, который обеспечивает эффективность деятельности личности, как внешней, так и внутренней, основанной на психологической грамотности. Таким образом, психологическая грамотность - это набор базовых знаний психологии, спектр которых может постоянно

расширяться и обогащаться, преодолевая «базовую», фундаментальную основу, и переходя на уровень психологической компетентности.

Ценностно-смысловой компонент включает систему ценностей и убеждений человека, его цели и идеалы в области его взаимоотношений с другими людьми и с самим собой.

Рефлексия позволяет осмыслить человеку его цели, процесс и результаты его деятельности, а также осознавать те изменения, которые в нем происходят, осознавать себя как субъекта деятельности и отношений и как изменяющуюся личность. Это умение посмотреть на себя со стороны, выявить ошибки и недостатки своих действий и определить вектор дальнейшего своего развития. Рефлексия человека как субъекта психологической культуры охватывает все ее компоненты.

Культуротворчество означает, что сам человек является творцом культуры, в том числе, и своей психологической. В процессе культуротворчества появляются новые образы и идеи, поступки и отношения, ценности и убеждения.

О.И. Мотков выделяет такие компоненты психологической культуры, как самопознание, саморегуляция, способность к конструктивному общению, творчество и гармонизирующее развитие [31].

Самопознание – это процесс анализа человеком своих личностных и поведенческих особенностей, который приводит к осознанию своего жизненного предназначения. В этом процессе образуется и поддерживается конструктивное самоотношение, адекватная самооценка.

Процесс саморегуляции направлен на поддержание оптимального для конкретной ситуации эмоционального состояния, а также действий и мыслей.

Конструктивное общение, взаимодействие с окружающими людьми способствует эффективному и продуктивному разрешению различных проблем и вопросов, как деловых, так и личных.

Творчество, как компонент психологической культуры личности, означает наличие у человека своего интересного, гармонично организованного творческого дела.

Гармонизирующее саморазвитие возможно при наличии у человека цели по самовоспитанию личностных качеств и таких способов поведения, которые могли бы гармонизовать его представления о себе и окружающем мире.

По мнению О.И. Моткова, данные компоненты психологической культуры следует рассматривать в двух аспектах: 1) в стремлении человека обладать высоким уровнем развития определенного компонента психологической культуры; 2) в реальном осуществлении такого стремления [31].

Таким образом, причина несформированности какого-либо компонента психологической культуры может быть связана с тем, что у человека либо отсутствует желание соответствовать идеалу, или же он не знает, как реализовать свое стремление.

Известны попытки включить в структуру психологической культуры личности эмоциональный и социальный интеллект.

Эмоциональный интеллект рассматривается при этом как способность человека к идентификации и осознанию эмоциональных проявлений как собственных, так и других людей, а также способность к регуляции эмоций, как переживаемых во внутриличностном плане, так и проявляющихся в межличностных отношениях. Высокий уровень эмоционального интеллекта проявляется в осознании своих эмоций, в понимании эмоций и чувств других людей. Осознание и принятие своих эмоций, в том числе, и негативных, необходимо для гармоничного существования личности. Люди с высоким уровнем эмоционального интеллекта способны управлять своей эмоциональной сферой, вследствие чего их поведенческие реакции более

адаптивны, и они легче добиваются своих целей во взаимодействии с окружающими.

Социальный интеллект объединяет и регулирует познавательные процессы, связанные с отражением социальных объектов, он обеспечивает понимание поступков и действий людей, их речевых и невербальных реакций. В структуру социального интеллекта входит социальная сензитивность, социальная перцепция, социальная память и социальное мышление. Вместе с эмоциональным интеллектом социальный интеллект обеспечивает успешность адаптации индивида в социуме, конструктивное взаимодействие с окружающими, повышая его уровень до сотрудничества. Посредством развития компонентов социального интеллекта, человек, понимая эмоциональное состояние других людей, может выбрать оптимальный способ передачи той или иной информации, понять причины и сущность поведения партнёра. Многие исследователи сопоставляют понятия социального интеллекта и психологической культуры, выделяя между ними сходства и различия [34].

Рассмотренные нами точки зрения разных авторов в отношении структуры ПК оставляют открытым вопрос о регламентирующем компоненте, который определял бы нравственную направленность поведения человека. Если представить личность, обладающую способностями каждого из рассмотренных компонентов психологической культуры, то характеристики такой личности вполне можно отнести к грамотному манипулятору, который обладает определенным набором психологических знаний и умеет их использовать на практике. Он хорошо понимает причины поведения, тех или иных действий окружающих, знает, как нужно выстроить общение с ними, чтобы добиться нужных для себя результатов. Именно духовно-нравственный компонент отвечает за направление личностного самоопределения человека, задает вектор использования тех знаний, которые у него имеются.

Базовым компонентом в структуре психологической культуры личности, на наш взгляд, является рефлексия. Охватывая все другие структурные компоненты ПК, развитая рефлексия способствует развитию как самопонимания и самопринятия, так и развитию способности к пониманию и принятию других. Результатом развития рефлексии является потребность индивида в самосовершенствовании для построения гармоничных отношений с окружающим миром.

Таким образом, мы делаем вывод о том, что психологическая культура является глубинной личностной характеристикой, состоящей из ряда компонентов. Развитие всех компонентов психологической культуры обеспечивает успешность процесса самопознания и самоопределения, понимания себя и своих стремлений, что способствует процессам адаптации к социуму и взаимодействия с другими людьми. Психологическая культура не сводится к простому набору выработанных навыков поведения. Реализуя механизм адаптации, психологическая культура способствует возникновению новых идей и подходов к творческому решению тех или жизненных ситуаций и отражает персональную культуру человека.

1.3. Психологическая культура как составляющая персональной культуры человека

Психологическая культура является важной составляющей персональной культуры человека. По мнению А.Г. Асмолова, ее отличительными характеристиками являются такие, как потребность быть культурным человеком, чувствительность к психологическому опыту, опыту своей собственной жизни, осознанность мыслей, чувств и поведения; способность к проблематизации событий собственной жизни и творческое ее осуществление [4]. Широкое общекультурное образование дополняет этот

список, и постепенно становится условием «приращения» культуры человека.

Психологическую культуру человека исследуют в контексте различных сфер жизнедеятельности - профессиональной, личной, а также с учетом ряда особенностей, среди которых национальные, возрастные особенности и т.д. Очевидно, например, что развитие психологической культуры у детей связано с определенными закономерностями возрастного развития, а профессиональная психологическая культура определяется спецификой определенных видов деятельности, особенностями профессиональных задач. Психологическая культура личности не может рассматриваться и вне контекста той культуры, в которой человек существует, в которой он социализировался. Она содержит в себе черты как общечеловеческой, так и национальной культуры.

Что касается базисной психологической культуры личности, то она определяется наличием характеристик и свойств, не зависящих от особенностей узких, специальных видов деятельности. Эти характеристики и свойства позволяют эффективно решать широкий круг социальных задач и выполнять широкий спектр социальных ролей. Психологическая культура обеспечивает устойчивое гармоничное функционирование человека, и является одновременно одним из его проявлений. В самом общем понимании она рассматривается как разумная самоорганизация и самореализация своих стремлений с учётом внутренних потребностей, возможностей, и особенностей окружающей среды. Иными словами, психологическая культура – это умение жить с позитивным взглядом на мир, конструктивно решать проблемы, быть ответственным за себя, думать о целесообразности своих действий, мудро относиться к сложным ситуациям.

Понятие «психологическая культура» по своему содержанию близко понятию «произвольность» культурно-исторической теории Л.С. Выготского. Важно, однако, отметить, что в деятельности субъекта ПК

может проявлять себя и в неосознаваемых формах, и не обязательно всякий раз с привлечением механизма речи. Психологическая культура личности проявляется и в психомоторных актах и в эмоциональных предпочтениях.

Психологическая культура является важным компонентом общей культуры. Общая культура включает и такие функционально необходимые виды культуры человека, как нравственная, эстетическая, физическая, познавательная, творческая, культура самогармонизации. Общая культура является интегральным личностным средством, системой способов оптимального поведения по удовлетворению широкого круга потребностей человека.

По нашему мнению, основой для формирования психологической культуры является психологическое здоровье. Рассмотрим соотношение понятий «Психологическая культура» и «Психологическое здоровье».

В современной психологической литературе все чаще поднимаются вопросы понятия психологического здоровья и способов его развития. Основу психологического здоровья составляет нормальное развитие субъекта, где под нормой понимается не то среднее, что есть, а то лучшее, что возможно в конкретном возрасте для конкретного человека.

Понятие «психологическое здоровье» введено в научный оборот И.В. Дубровиной. Обратимся к рассмотрению содержания этого понятия. Для этого необходимо соотнести его со смежными понятиями: «здоровье» и «психическое здоровье».

Здоровье можно понимать как динамическое равновесие человека с окружающей природой и социальной средой, которое позволяет ему полноценно выполнять социальные функции.

Психическое здоровье в качестве составного элемента здоровья в целом включает в себя совокупность психических характеристик, обеспечивающих это динамическое равновесие и возможность выполнения социальных функций. Психически здоровый человек адаптирован к социуму,

и может успешно функционировать в нем. Психическое здоровье в психологической литературе рассматривается как состояние душевного благополучия, характеризующееся отсутствием болезненных психических явлений, что обеспечивает адекватную условиям окружающей действительности регуляцию поведения и деятельности. Основу психического здоровья человека составляет полноценное психическое развитие на всех предыдущих этапах онтогенеза.

Под психологическим здоровьем понимают динамическую совокупность психических свойств, обеспечивающих гармонию между различными сторонами личности человека, а также между человеком и обществом; возможность полноценного функционирования человека в процессе его жизнедеятельности. Ключевым словом, характеризующим психологическое здоровье, является «гармония» - согласованность человека с самим собой и с окружающей средой.

Основным проявлением психологического здоровья является саморегулируемость. Различают два вида саморегулируемости: внутреннюю и внешнюю.

Внутренняя саморегулируемость - это свойство личности, которое делает доступным свободный и легкий переход от одного функционального уровня к другому, дает возможность находиться на уровне, требующем меньшего психологического напряжения, а затем вновь возвращаться на более высокий уровень.

Внешняя саморегулируемость обеспечивает возможность адекватной адаптации как к благоприятным, так и к неблагоприятным условиям, воздействиям окружающей среды. В психологической литературе такая способность человека определяется через понятие «стрессоустойчивость». Однако, известно, что стрессовые механизмы как биологического, так и социального уровней являются неременными участниками процесса совершенствования. Не только индивидуальное развитие, но и все

эволюционные процессы осуществляются не только в условиях стресса, но и благодаря стрессу. По мнению многих исследователей, такую важную характеристику психологического здоровья, как стрессоустойчивость, следует заменить «стрессоизменчивостью». Стрессоизменчивость предполагает не только сохранение здоровья, но и возможность использования человеком стресса для личностного роста и развития. И тогда преодоление жизненных трудностей, ситуаций фрустрации будет сопровождаться позитивными изменениями личности.

Кроме гармонии психологическое здоровье предполагает возможность полноценного функционирования человека и его развитие. Для этого необходимы следующие взаимосвязанные условия:

- Наличие позитивного образа собственного «Я», что означает принятие человеком самого себя при достаточно полном самоосознании.

- Наличие позитивного образа Другого - принятие других людей вне зависимости от гендерных, возрастных и культурных особенностей, что предполагает глубокое убеждение в ценности человеческой жизни как своей, так и чужой.

- Владение рефлексией как средством самопознания. Такая способность отражает умение концентрировать свое сознание на себе, собственном внутреннем мире и своем месте во взаимоотношениях с другими; умение понимать и описывать эмоциональные состояния как свои, так и состояния других людей; умение свободно и открыто проявлять чувства без причинения вреда другим; адекватно оценивать причинно-следственную связь своего поведения и реакции других людей.

- Наличие потребности в саморазвитии, под влиянием которой человек становится субъектом своей жизнедеятельности, имеет внутренний источник активности, способствующий его дальнейшему развитию. При наличии такой потребности человек принимает ответственность за свою жизнь и становится «автором собственной биографии».

Таким образом, психологическое здоровье человека включает в себя: а) способность к саморегуляции, б) наличие позитивных образов «Я» и «Другого», в) владение рефлексией как средством самопознания, г) потребность в саморазвитии.

Именно психологическое здоровье является базой, основой психологической культуры личности. Психологическая культура - это в первую очередь способность и готовность решать проблемы взаимодействия с социальным окружением и с самим собой так, чтобы не тормозить процесс личностного развития.

Учёные выделяют такое присущее человеку психологическое свойство как интеллигентность. Свойство интеллигентности, по словам Ю.М. Лотмана, является определённым культурным достижением человечества, оно принадлежит человечеству в целом. Рассмотрим соотношение понятий «психологическая культура» и «интеллигентность».

Можно предположить, что интеллигентность - это высшая форма проявления сущности психологической культуры человека. Личностными качествами интеллигентного человека являются человеческое отношение к миру и людям, отношение к своей культуре и уважение культуры других народов; развитое чувство справедливости, чести, совести, чувство независимости, в частности, социально независимая позиция и способность отстаивать эту позицию. В представлении Д.С. Лихачёва, психологическое свойство интеллигентности проявляется в тысяче и тысяче мелочей: в желании не обидеть человека, в умении уважительно спорить, в умении незаметно помочь другому. Д.С. Лихачёв высказывал даже мысль о том, что учебное заведение теряет право на существование, если не воспитывает в своих учениках интеллигентность.

Приведем высказывания Д.С. Лихачев об интеллигентности: «Многие думают: интеллигентный человек - это тот, который много читал, получил хорошее образование (и даже по преимуществу гуманитарное), много

путешествовал, знает несколько языков. А между тем, можно иметь все это, и быть неинтеллигентным, и можно ничем этим не обладать в большой степени, а быть все-таки внутренне интеллигентным человеком. Образованность нельзя смешивать с интеллигентностью. Образованность живет старым содержанием, интеллигентность - созданием нового и осознанием старого как нового» [29].

Академик Д.С. Лихачев указывал на то, что интеллигентность не только в знаниях, а в способностях к пониманию другого. Она проявляется «...в умении уважительно спорить, вести себя скромно за столом, в умении незаметно (именно незаметно) помочь другому, беречь природу, не мусорить вокруг себя - не мусорить окурками или руганью, дурными идеями (это тоже мусор, и еще какой!)» [29].

Интеллигентность - это способность к пониманию, это терпимое отношение к миру и к людям. «Злобная и злая реакция на окружающее, грубость и непонимание других - это признак душевной и духовной слабости, человеческой неспособности жить... Не умеющий понять другого человека, приписывающий ему только злые намерения, вечно обижающийся на других - это тоже человек, обедняющий свою жизнь и мешающий жить другим» [29].

Социальный долг человека, пишет Д.С. Лихачев, - быть интеллигентным. Это долг и перед самим собой и залог его личного счастья [29].

Сегодня многие исследователи психологической культуры утверждают, что воспитание личности невозможно без определённого уровня психологической грамотности и тему психологической культуры нельзя рассматривать отдельно от психологической грамотности. Под грамотностью мы понимаем необходимую минимальную ступень и образованности, и компетентности, и культуры в целом.

Важным содержательным аспектом психологической грамотности является пусть элементарная, но истинная, научная осведомлённость о фактах и закономерностях, характеризующих субъективный мир человека. Психологическая грамотность проявляется в кругозоре, эрудиции, осведомленности по поводу разнообразных явлений психики как с точки зрения научного знания, так и с точки зрения житейского опыта.

Но одних знаний для развития психологической культуры недостаточно. Культура личности всегда проявляется во взаимоотношениях людей. Психологическая грамотность означает также овладение умениями, правилами и нормами в сфере общения, поведения, психической деятельности, применение этих умений и навыков, исполнение норм, правил на уровне ролевого поведения и социальных функций. Общая психологическая грамотность - это ступень в освоении культуры, доступная каждому нормально развивающемуся человеку.

Можно сказать, что основу психологической культуры личности составляют психологические знания, которые человек реализует в обществе с позиций уважения к себе и другим, своей ответственности, бережного отношения к чувству человеческого достоинства как своего, так и других людей. Именно нравственные принципы и благородство чувств, выражающиеся в способности к тонким переживаниям, глубокому сопереживанию, в способности поступать великодушно являются сутью внутренней культуры личности.

1.4. Факторы формирования психологической культуры. Развитие психологической культуры в онтогенезе и ее уровни

Психологическая культура не дается человеку в готовом виде, она задана в культуре общества, и проявляется в межличностном взаимодействии, в способах и формах общения, а также в различных жанрах

литературы и искусства, отражающих бытие человека. Формирование и развитие психологической культуры осуществляется по механизму усвоения.

Психологическую культуру нельзя передать как застывшую архаичную форму. По мнению М.К. Мамардашвили, культура «живет» не внутри формы, а на ее границах [30]. Она обладает проективной и порождающей функцией. Формирование культуры возможно в ходе «живого опыта» человека, в процессе развития «культурного состояния», направленного на осуществление определенного усилия по изменению себя. Присвоение культуры осуществляется в ходе социокультурного развития человека, и в этом процессе большое значение имеет его индивидуальный опыт жизни. Сам мир культуры был изобретен человеком как такой мир, через который человек становится человеком [30].

Достаточно долгое время культура рассматривалась как нечто внешнее по отношению к индивиду. И на сегодняшний день все еще недостаточно изучены внутренние условия становления культурного опыта. В многочисленных исследованиях, посвященных разным проблемам психологии, в качестве объяснительной модели применяется тезис о взаимодействии и взаимовлиянии индивидуального и социального опыта. В этой связи нам представляется важным выделить категорию индивидуального опыта человека.

В изучении становления всех культурных форм развития, в том числе и становления психологической культуры, индивидуальный опыт ребенка до сих пор не стал предметом специальных исследований, в то время, как именно он является важнейшим внутренним условием формирования психологической культуры.

В психологии внутренняя жизнь человека долгое время вообще не была предметом специального изучения. Но этот пробел восполняется современными исследователями. При этом они осознают сложность изучения индивидуального опыта, который становится психологической реальностью

лишь в прикладных областях, прежде всего в клинической психологии и психотерапии. В немедицинской модели психотерапии важнейшим условием оказания помощи клиенту является повышение и развитие его психологической культуры.

Практикующие психологи работают с самыми разными гранями индивидуального опыта человека, способствуя проявлению, осознанию, трансформации и развитию опыта души, тела, духа. Результатом такой работы становится персонификация и объективация психологического опыта человека. В этом направлении работают представители разных психологических школ.

Наиболее значимым опытом человека многие психологи рассматривают его детский опыт. Эта позиция представителей зарубежных психологических школ - З. Фрейда, А. Адлера, Ф. Перлз, К. Роджерса. Такой же позиции придерживаются отечественные психологи - М.И. Лисина, А.Е. Лагутина, А.В. Петровский, В.А. Петровский и др.

В психоаналитическом подходе опыт прошлой жизни человека определяет его настоящее и будущее. В гештальтпсихологии опыт прошлого рассматривается как факт настоящего. Детский опыт, как уникальное образование, влияющее на последующую жизнь индивида, исследуется в контексте его биографии (А. Кроник), а также в работе с психологическими кризисами (Х. Томэ).

При работе с клиентом большое значение уделяется периоду первичных доречевых форм. Опыт общения с окружающими людьми на этом этапе развития влияет на отношения, которые складываются у человека в дальнейшем.

Важно отметить, что этот опыт стихийный и неосознанный. Он бывает разным, например, ненаполненным, аморфным как у воспитанников детского дома, может привести к развитию психологической устойчивости, к формированию копингповедения, может быть жизненным сценарием или

стать основой девиантного поведения. Поэтому многие исследователи подчеркивают, что не так важен сам опыт, как то, что с этим опытом происходит.

Под влиянием социокультурного опыта стихийный и неосознанный индивидуальный опыт преобразуется, трансформируется, развивается. Интегрируясь с более поздними образованиями, он может «прийти в движение». М.К. Мамардашвили писал, что только «идеальная форма порождает реальную», когда меняются «горизонты движения», происходит «окультуривание» нижележащих образований [30]. Обобщенный и осознанный человеком опыт собственной жизни создает условия для общей психической регуляции и личностного развития, становясь основой изменений и самоизменений субъекта [8].

Для развития личности важен не столько факт происшедшего, сколько превращение «внешних» событий жизни во «внутренние». С.Л. Рубинштейн указывал на то, что случайные события могут быть преобразованы в значимые лишь при участии личности в собственной жизни, а прошлый опыт является основой «богатства связей с миром» [38]. Личность опосредует собственную зависимость от обстоятельств своей жизни, результатом чего становится образование внутреннего мира человека [8]. Именно так формируется гуманистическая направленность личности.

Вместе с тем, приобретаемый человеком опыт, в том числе и детский, имеют определенную культурную отнесенность. Об этом свидетельствуют кросскультурные исследования, а также многочисленные работы по выявлению роли макро- и микросоциальных влияний в становлении личности, формировании социально-психологических качеств индивида. Так, например, активно изучается роль социальной нестабильности в России в процессах социализации ребенка (Д.И. Фельдштейн). Но, как справедливо отмечает К.А. Абульханова, «особенности проявления общественных закономерностей на индивидуальном уровне почти не изучены. Они трудны

для изучения в силу того, что особенно велика здесь сила субъективного фактора» [2].

Ю.В. Лебедева в своей работе «Содержание и развитие психологической культуры личности» [28] рассматривает факторы личностного развития, взяв за основу модель экологических систем Ури Бронфенбреннера [26]:

Согласно этой теории развитие человека представляет собой динамический процесс, идущий в двух направлениях. Ребенок испытывает постоянное воздействие со стороны окружающей его среды, но, в то же время сам активно реструктурирует свою жизненную среду. «Психологическая экология» человека рассматривается как совокупность таких иерархических подсистем как 1) микросистема (родительская семья, различные институты социализации); 2) мезосистема локальной среды общения и проживания; 3) экзосистема, не оказывающая непосредственного влияния на ребенка (крупные социальные организации); 4) макросистема, представленная совокупностью социально-экономических факторов, обычаев, традиций и культурных ценностей конкретного общества; 5) хроносистема (продукты исторического развития первых четырех уровней).

Факторы макросистемы воздействуют на личность сначала опосредованно, через микросистему - семью, значимых людей, межличностное взаимодействие.

К экзосистемному фактору относится влияние со стороны людей, с которыми у ребенка осуществляются периодические контакты и средства массовой информации. Последние являются источником приобретаемого знания о мире, об отношениях между людьми и о самом человеке. Они фиксируют внимание растущего человека на определённых аспектах жизни, демонстрируя разнообразные модели поведения. Средства массовой информации формируют не только общественное мнение, но и поддерживают или расшатывают ценности и установки личности. Ситуации

выбора требуют от формирующейся личности соответствия определённым нормам и ценностям, задают темп её жизни, определяют возможности и ставят ограничения.

Микросистемный фактор образует круг непосредственного взаимодействия. Это может быть не только семья, но и любые другие люди, контакт с которыми для ребенка особенно важен. Эти люди дают оценку поведению окружающих, проявляют определённые эмоции в их адрес, поддерживают ребенка или, напротив, лишают его поддержки, могут быть примером для подражания.

Такие значимые взрослые, прежде всего, родители, играют огромную роль в становлении личности ребенка и его психологической культуры. Они выступают перед ним не только со стороны своих индивидуальных свойств и индивидуальных реакций, но и являются представителями определенных социальных ролей, проводниками социальных ценностей и норм.

Формирование психологической культуры ребенка начинается сначала спонтанно, путём наблюдения и подражания, а также формирования межличностных отношений со значимыми взрослыми. По мере взросления этот процесс становится все более целенаправленным, ведущим фактором развития становится активность самого человека. Общечеловеческие ценности трансформируются в ценности самой личности, и проявляются в потребности преобразовательной, творческой деятельности. Затем происходит экстерииоризация внутреннего богатства человека, что ведет к приращению культурного богатства общества. Именно таким образом реализуется репродуктивно-трансляционная функция культуры. Поэтому проблема развития психологической культуры важна не только в контексте индивидуальной жизни, но и общества в целом.

Исследования, направленные на изучение развития психологической культуры в онтогенетическом плане, раскрывают механизмы,

закономерности, стадии и условия ее становления. Сначала отметим самые общие моменты этого процесса.

Психологическая культура имеет социальную природу происхождения. Ее общественная сущность определяется тем, что вся жизнь человека проходит среди людей. Он становится субъектом и личностью именно потому, что в процессе развития усваивает общественно выработанные способы поведения, взаимодействия с другими людьми и способы действия с предметами. Любое личностное свойство человека имеет социальную сущность. Согласно закону становления высших психических функций (Л.С. Выготский), они преобразуются из натуральных в высшие в процессе интериоризации социальных способов действия. По тому же пути формируются и собственно человеческие потребности, черты личности.

Психологическая культура как общественное явление является частью культуры общества, этноса, государства. В ней отражается накопленный поколениями людей опыт, влияющий на общество в целом и на каждого человека в отдельности. Как личностный феномен психологическая культура человека является частью его сущности. Это не какой-то дополнительный элемент личности, который может образоваться или нет. Психологическая культура отдельного человека – это определенный уровень личностной зрелости. Именно она превращает его в полноценного субъекта деятельности и личность. В ходе формирования психологической культуры происходит «очеловечивание» имеющихся у него врожденных психических функций, формирование высших психических функций и личностных образований. Так, врожденная способность к фиксации внимания из непроизвольного процесса преобразуется в произвольный и осознаваемый процесс. Ребенок начинает выделять свое внимание как своеобразный личностный инструмент, научается им пользоваться и решать с его помощью определенные задачи. Он овладевает способами управления этим инструментом, начинает понимать его свойства, особенности и закономерности функционирования. При

высоком уровне развития внимания человек становится эффективным его пользователем, заботящимся о его совершенствовании. То же касается и произвольной памяти. Высокий уровень развития мнемической культуры ставит перед человеком вопрос о целях ее использования. В этом заключается духовно-нравственный компонент интеллектуального развития.

Высокий уровень развития психологической культуры делает человека полноценным субъектом своего бытия, способным к эффективному использованию имеющегося у него личностного и интеллектуального потенциала.

Психологическая культура развивается у ребенка по механизму усвоения или присвоения. Предметом присвоения выступают способы и формы человеческих способов действия с предметами, а также способы понимания другого человека, обращения с ним и отношения к нему, а также способы и формы самопознания, самовоздействия и самоотношения. В этом процессе усвоения и присвоения ребенок становится субъектом и личностью.

Психологическая культура объективирована и опредмечена не столько в объектах и предметах, сколько в людях, формах и способах общения, в различных видах и жанрах литературы, искусства и науки, которые посвящены человеку.

Развитие психологической культуры начинается буквально с момента рождения и продолжается всю жизнь. Социальное бытие человека представляет собой постоянное взаимодействие с другими людьми: сначала с членами своей семьи, родственниками, затем с другими детьми, одноклассниками, сокурсниками, коллегами по работе и т.д.

Другой человек для ребенка не просто одно из условий его жизни и развития, не просто персонификатор общественно выработанных способностей, а, по выражению В.И. Слободчикова «фундаментальное онтологическое основание самой возможности возникновения человеческой

субъективности, основание нормального развития и полноценной человеческой жизни» [40].

Процесс общения с другими людьми сопровождает и обеспечивает психическое развитие и социальное бытие человека. Ситуации социальной депривации приводят к невосполнимым последствиям. Социальное бытие немыслимо без общения, без таких его функций, как обмен информацией, межличностное познание, регуляция совместной деятельности, удовлетворение большинства собственно человеческих потребностей, в том числе потребности в самом общении и потребности в самореализации.

Высокая значимость общения для человека означает, что он должен стать достаточно успешным его субъектом, в совершенстве владеть им. В противном случае человек обречен на всякого рода жизненные неудачи, начиная от бытового существования до выполнения своих социальных ролей.

Общение – процесс, который по своей сложности значительно превосходит предметную деятельность. В процессе общения каждый из нас имеет дело с самостоятельным и равноправным субъектом и личностью, что требует особого обращения и познания, отличного от обращения с предметом. Другой человек не может восприниматься и изучаться нами как вещь, познание его может быть только диалогическим.

Человек, как объект познания, отличается повышенной сложностью, уникальностью, противоречивостью, принципиальной непознаваемостью. В различных отраслях научного знания существует множество концепций человека, и ни одна из них не может претендовать на абсолютную истинность, поскольку сущность человека представляет собой не физическую, а душевно-духовную реальность, которая не обладает устойчивыми физическими свойствами. Сущность человека не доступна ни для органов чувств, ни для непосредственного воздействия. Для того, чтобы содержание душевной жизни одного субъекта стало достоянием душевной жизни другого субъекта, оно должно пройти несколько преобразований.

Сначала этот процесс имеет форму доступных для органов чувств конкретных актов общения. Затем они преобразуются в такие субъективные образования, как мысли, чувства, эмоциональные переживания. Но, при этом, складывающаяся у нас субъективная картина душевной жизни другого человека или его личности представляет собой только лишь ее модель. Эта модель никогда не совпадает с оригиналом, это в принципе невозможно. Индивидуальная душевная жизнь протекает у каждого из нас в своеобразной изолированности, замкнуто и недоступно для других. Никто не может испытать состояния другого как свои собственные. Поэтому и воздействие на другого человека является не прямым, а опосредствованным. Намерения, образы, состояния одного человека доступны для органов чувств другого в конкретных актах общения. Они воспринимаются другим субъектом и преобразуются у него в субъективную форму.

Развитие психологической культуры как целостного личностного образования изучено наукой недостаточно. Предметом исследований чаще всего являются ее отдельные структурные компоненты и функции. Но и они изучены недостаточно полно. Например, в науке нет целостной картины развития у ребенка процессов понимания других людей, нет целостной картины процесса формирования умений и навыков психологического воздействия на других. В психологии значительно больше внимания уделяется развитию предметно ориентированных образований - предметному мышлению, предметному восприятию, предметному воображению и т.п. Вместе с тем, ребенок, человек развивается не только как субъект предметных отношений, но и как субъект, овладевающий психологическими средствами познания и воздействия на людей - психологическим мышлением, воображением, памятью, восприятием, практическими умениями и навыками общения. Актуальным является вопрос о построении целостной концепции развития психологической культуры.

В детстве развитие психологической культуры осуществляется стихийно. Этот процесс обусловлен опытом личного общения с тем кругом людей, который ребенок себе не выбирает. Т.е. этот процесс зависит от той социальной ситуации, в которую ребенок помещен. Большое значение на ранних этапах онтогенеза имеет наблюдение за людьми. В дальнейшем в процесс формирования культуры человека включаются процессы самонаблюдения, самоанализа, знакомство с произведениями литературы и искусства.

Большой проблемой для современного общества является отсутствие системы целенаправленного формирования и воспитания у подрастающего поколения психологической культуры. В связи с развитием различных психологических служб отдельные элементы такой системы начинают появляться. Набирают популярность всевозможные тренинги, ролевые игры, специальные психологические курсы. Но усилия психологов направлены на формирование отдельных элементов психологической культуры, в то время, как методологически правильнее работать с психологической культурой как целостным образованием. Кроме того, в психологии до сих пор не разработаны четкие возрастные нормативы и показатели развития психологической культуры и методы ее диагностики. Эти вопросы имеют большое значение для определения условий достижения высшего уровня развития психологической культуры.

Говоря о развитии психологической культуры отдельной личности, важно определить уровень её развития. Т.Е. Егорова Т.Е. и СЛ. Семенова в своей статье «Психологическая культура: возможности становления» выделяют три следующих уровня:

- уровень психологической грамотности;
- уровень компетентности;
- уровень социальной зрелости [18].

Уровень психологической грамотности предполагает владение знаниями о нормах поведения в социуме, но не обеспечивает обязательное применение этих знаний в реальной жизнедеятельности.

Уровень компетентности означает знание себя, адекватное самооценивание, владение собственными психическими ресурсами, самоорганизацию, но не гарантирует гуманистическую направленность. В межличностном поведении личность с таким уровнем психологической культуры может быть эгоцентричной, направленной на решение только своих проблем и удовлетворять только собственные потребности.

Уровень социальной зрелости означает, что человек не только компетентен в отношении собственного «Я», но и способен выстраивать конструктивные отношения с людьми, имеет потребность понять других людей, способен оказывать им содействие.

Уровень социальной зрелости можно описать следующим образом:

В плане когнитивного развития это уровень открытости новому опыту, хорошо развитой интуиции, способности к самопознанию и самопроектированию, готовности к разрешению внутренних противоречий, направленности на самообразование, развитой системой интересов.

В ценностной сфере этот уровень проявляется в сформированных гуманистических ценностей, понимании, осознании значимости и ценности каждой человеческой жизни.

Уровень социальной зрелости предполагает также хорошо развитую рефлексия, что позволяет адекватно отражать собственные чувства и чувства других людей.

У человека с таким уровнем развития психологической культуры сформировано самоуважение, положительное отношение к собственному «Я».

Высокий уровень психологической культуры предполагает также богатство эмоционального мира личности, эмоциональную восприимчивость,

способность к сопереживанию и сочувствию, а также эмоциональную гибкость, пластичность.

Высокая степень саморегуляции способствует поддержанию позитивного состояния, позитивного восприятия других, хорошее настроение, самочувствие и активность

У человека с высоким уровнем психологической культуры развит деятельностный компонент, что выражается в высокой степени самоорганизации, владении способами эффективного решения коммуникативных проблем, различных социальных задач, в творческом подходе к жизни. Личность испытывает потребность использовать свои способности на благо других людей, чувствует ответственность за собственную жизнь и свой вклад в жизнь общества, готова решать широкий круг социальных вопросов. Деятельность личности направлена на повышение гармонии в отношениях с самой собой и миром.

Людам с высоким уровнем психологической культуры свойственна удовлетворённость жизнью и высокая степень психологического здоровья. В целом такая личность обладает высоким духовно-нравственным потенциалом.

А.А. Бодалёв отмечает, что психологическая культура позволяет личности быть сознательным и активным организатором, и определяющим началом собственной жизнедеятельности, саморазвития и отношений с другой личностью и миром, что автор называет «самоосуществлением» [6].

О.И. Мотков в определении психологической культуры фокусирует внимание на самоорганизации и самореализации субъекта, обязательно с учётом особенностей окружающей среды [31]. Поэтому формирование психологической культуры каждого отдельного человека является важнейшей задачей общества.

Выводы по Главе 1

Проведенный нами анализ научной литературы по проблеме исследования позволил сделать следующие выводы:

1. Психологическая культура является частью общей культуры человека, и представляет важнейшее условие его социального бытия и его развития как личности, субъекта деятельности и субъекта общения. Этот феномен можно рассматривать как своеобразный личностный инструмент взаимодействия человека с другими людьми, а также его отношений с самим собой.

2. Недостаточная изученность феномена психологической культуры указывает на необходимость его анализа в структурно-содержательном, функциональном, культурно-историческом, онтогенетическом, акмеологическом и многих других аспектах.

3. Психологическая культура личности представляет собой системное образование, состоящее из трех взаимосвязанных структурных компонентов: когнитивного, регулятивного и ценностно-смыслового.

4. Психологическая культура проявляется в способности человека к реализации своих целей с использованием имеющихся у него личностных ресурсов: мотивационных, когнитивных, эмоциональных, волевых, духовно-нравственных, предметно-практических и др. Высокий уровень развития ПК предполагает умение эффективно распоряжаться этими ресурсами.

5. Психологическая культура не дана человеку в готовом виде, она задана в культуре общества. Ее развитие в онтогенетическом плане осуществляется по механизму «присвоения».

6. Проблемы современного общества отражают объективную необходимость развития и повышения психологической культуры не только у подрастающего поколения, но и у представителей разных возрастных и социальных категорий.

Глава 2. Изучение различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений

2.1. Описание процедуры и методов исследования

Проведенное исследование было направлено на изучение различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений. В нем приняли участие представители двух возрастных групп – юношеского возраста (от 18 до 22 лет) - 21 человек; и зрелого возраста (от 38 до 47 лет) - 15 человек.

В ходе исследования мы исходили из имеющихся на сегодняшний день трактовок психологической культуры личности, выделив те качества и свойства личности, которые используются в большинстве определений этого феномена. Среди исследуемых нами личностных характеристик: рефлексия; ориентация во времени; ценности; взгляд на природу человека; потребность в познании; креативность; автономность; спонтанность; самопонимание; аутосимпатия; контактность; гибкость в общении.

Для определения общего уровня психологической культуры нами была использована методика О.И. Моткова.

Методика по определению уровня психологической культуры испытуемых, используемая в нашем исследовании, является последним вариантом более ранней методики «Культурно-психологический потенциал» О.И. Моткова. В новом варианте стимулы касаются культурно-психологических стремлений и их осуществления. Диагностируется сила стремлений и степень реализации намерений.

Испытуемым предлагается оценить силу своих психологических стремлений (шкала А) и степень полноты их осуществления в повседневной жизни (шкала Б). Всего в методике 18 пунктов, каждый из которых оценивается испытуемым от 1 до 5 баллов.

Методика позволяет диагностировать силу и степень осуществления в поведении следующих культурно-психологических стремлений:

- I стремление к самопознанию, самоанализу (вопросы 1, 7, 13);
- II к конструктивному общению (вопросы 2, 8, 14);
- III к психической саморегуляции (вопросы 3, 9, 15);
- IV стремление к творчеству (вопросы 4, 10, 16);
- V к конструктивному ведению дел (вопросы 5, 11, 17);
- VI к саморазвитию (вопросы 6, 12, 18).

Общий уровень психологической культуры определяется по всем 18 вопросам.

Шкала оценки результатов выявляет следующие уровни:

- низкий (Н);
- средний (С);
- высокий (В);
- очень высокий (псевдовысокий) (ПВ).

Такая шкала применяется как для оценки силы культурно-психологических стремлений, так и для оценки степени их осуществления в поведении.

Для определения уровня развития отдельных компонентов ПК и ее общего показателя используют следующую шкалу:

Уровень	Сила стремлений	Степень реализации
Высокий	4.31 – 4.65	3.61 – 4.50
Псевдовысокий	4.66 – 5.00	4.51 – 5.00
Средний	3.60 – 4.30	2.91 – 3.60
Низкий	1.00 – 3.59	3.61 – 4.50

Для определения уровня гармоничности психологической культуры (Гпк), как общего показателя, так и отдельных видов ПК, используют следующую таблицу:

Уровень по шкале А	Уровень по шкале Б	Уровень Гпк
В	В	В
ПВ	В	В
С	В	В
В	ПВ	ПВ
ПВ	ПВ	ПВ
С	ПВ	ПВ
В	С	С
ПВ	С	С
С	С	С
Н	В	С
Н	ПВ	С
Н	С	С
В	Н	Н
ПВ	Н	Н
С	Н	Н
Н	Н	Н

Как видно из таблицы, приоритетными являются показатели степени осуществления психологического стремления (шкала Б).

Опросник «Дифференциальный тип рефлексии» - авторская психодиагностическая методика, разработанная с целью диагностики типа рефлексии как устойчивой личностной черты. Методика разработана Д.А. Леонтьевым.

Испытуемому предлагается оценить предложенные утверждения (всего 30), пользуясь следующей шкалой:

- Нет (1 балл);
- Скорее нет, чем да (2 балла);
- Скорее да, чем нет (3 балла);
- Да (4 балла).

Диагностические значения по каждому типу рефлексии рассчитываются как сумма баллов по соответствующим вопросам:

Системная рефлексия – вопросы 1, 4, 7, 10, 13, 16, 19, 22, 25, 28, 29, 30;

Интрорспекция – вопросы 2, 5, 8, 11, 14, 17, 20, 23, 26;

Квазирефлексия вопросы 3, 6, 9, 12, 15, 18, 21, 24, 27.индивидуальные данные оцениваются, исходя из нормативных значений по каждому типу рефлексии:

Тип рефлексии	Нормативные значения	σ
Системная рефлексия	39,58	5,15
Интрорспекция	25,11	5,68
Квазирефлексия	27,39	5,69

Системная рефлексия отражает способность субъекта видеть себя со стороны, способность к «самодистанцирование», что позволяет охватить одновременно полюс субъекта и полюс объекта, а также видеть альтернативные возможности. Эта форма рефлексии является наиболее адаптивной.

Интрорспекция связана со сосредоточенностью на собственном состоянии, собственных переживаниях, со склонностью к «самокопанию». Этот тип рефлексии имеет одностороннюю направленность. В ситуациях практической деятельности она затрудняет решение задачи и поиск выхода из затруднений.

Квазирефлексия отражает направленность на объект, не имеющий отношения к актуальной жизненной ситуации, указывает на оторванность субъекта от реальности. Она является формой психологической защиты, при которой человек предпочитает уйти от неприятной ситуации, реальное разрешение которой ему кажется не возможным.

В основу методики «Диагностика самоактуализации личности» А.В. Лазукина (адаптация Н.Ф. Калина) положено понятие «самоактуализация», понимаемое как стремление человека к наиболее полному раскрытию и реализации своего личностного потенциала.

Наиболее полная самореализация состоит в реализации смысло-жизненных и ценностных ориентаций, при которой имеет место осуществление потребности в самоактуализации как стремления реализовать

свой потенциал. Это сущностная, аутентичная самореализация. Такую самореализацию называют самоотдачей и самоосуществлением.

Методика содержит 100 попарных утверждений. Испытуемому предлагается из двух вариантов утверждений выбрать тот, который в большей степени согласуется с его представлениями, точнее отражает его мнение.

Шкалы опросника САМОАЛ:

I - Ориентация во времени;

II - Ценности;

III - Взгляд на природу человека;

IV - Потребность в познании;

V - Креативность;

VI - Автономность;

VII - Спонтанность;

VIII - Самопонимание

IX - Аутосимпатия;

X - Контактность;

XI - Гибкость в общении.

Шкалы I, III, IV, VIII, X и XI содержат по 10 пунктов, остальные - по 15. Для получения сопоставимых результатов количество баллов по первым указанным шкалам умножают на 1,5.

При исследовании самореализации выделяют различные ее уровни. Л.А. Коростылева выделила такие четыре уровня: примитивно-исполнительский, индивидуально-исполнительский, уровень реализации ролей и норм в социуме и наивысший уровень - уровень реализации сущностной аутентичности, достижение ресурса «Я-потенциального».

Мы в нашем исследовании ограничились сравнением диагностических показателей испытуемых двух групп по заданным в методике шкалам.

Для обработки эмпирических данных были использованы такие методы математической статистики, как Т-критерий Стьюдента и критерий Фишера.

2.2. Анализ и интерпретация диагностических данных

В исследовании по изучению различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений приняли участие представители двух возрастных групп – юношеского возраста - 21 человек; и возраста зрелости - 15 человек.

Для диагностики общего уровня психологической культуры испытуемых была использована методика О.И. Моткова. Проанализируем данные по общему показателю ПК в исследуемых группах. Общий показатель определяется как среднее значение диагностических данных по всем 18 пунктам методики.

Таблица 1

Результаты диагностики общего уровня развития психологической культуры испытуемых Группы 1 (методика О.И. Моткова)

№ п/п	Сила стремлений	Степень реализации	Общий уровень ПК
1	4.22	4.22	С
2	3.72	3.00	С
3	4.83	3.61	В
4	4.50	4.22	В
5	4.66	3.55	С
6	3.89	3.78	В
7	3.11	2.89	Н
8	4.50	3.05	С
9	4.50	3.55	С
10	4.88	3.28	С
11	4.05	4.22	В
12	4.44	3.50	С
13	4.88	2.44	Н
14	4.33	3.61	В
15	4.39	3.44	С
16	4.11	3.94	В
17	4.55	4.16	В
18	4.88	3.77	В
19	4.44	3.28	С
20	4.50	3.55	С
21	4.88	3.28	С

Таблица 2

Результаты диагностики общего уровня развития психологической культуры испытуемых Группы 2 (методика О.И. Моткова)

№ п/п	Сила стремлений	Степень реализации	Общий уровень ПК
1	4.00	4.00	С
2	5.00	3.05	С
3	4.66	3.55	С
4	4.33	3.61	В
5	4.11	2.94	С
6	3.72	3.00	С
7	4.55	3.05	С
8	4.50	4.22	В
9	3.83	3.39	С
10	4.11	2.94	С
11	4.33	2.50	Н
12	4.66	3.55	С
13	4.16	3.66	В
14	4.88	3.28	С
15	4.66	3.55	С

При определении общего уровня психологической культуры приоритетными являются показатели степени осуществления психологического стремления. На основе анализа индивидуальных данных (табл. 1 и 2 Приложения) по шкале Б были определены уровни гармоничности психологической культуры каждого испытуемого в обеих возрастных группах. На рисунке 1 и в таблице 3 приведены сравнительные данные по исследуемому показателю.

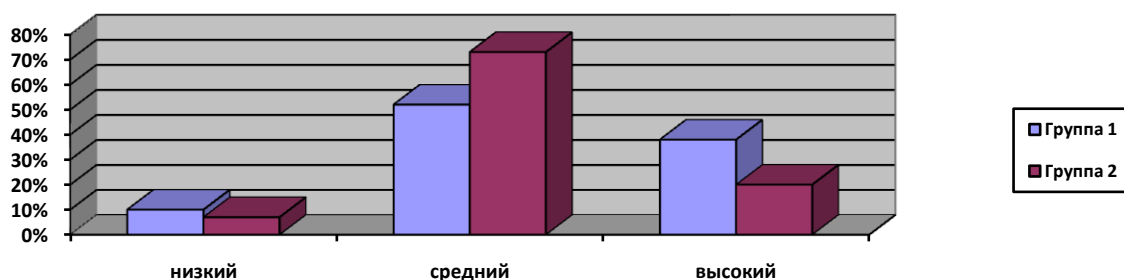


Рис. 1. Соотношение показателей общего уровня развития ПК в исследуемых группах

Таблица 3

Сравнительные данные диагностических значений по общему
показателю психологической культуры

Уровни	Группа 1	Группа 2
низкий	2 (10%)	1 (7%)
средний	11 (52%)	11 (73%)
высокий	8 (38%)	3 (20%)

В обеих группах преобладает средний уровень развития психологической культуры. В группе испытуемых зрелого возраста он продиагностирован у большинства (73%), а в группе испытуемых юношеского возраста – у половины (52%). Интересным представляется тот факт, что в более молодой выборке высокий уровень развития ПК встречается чаще (38% и 20% соответственно).

Для выявления значимости различий по показателю высокого уровня ПК мы воспользовались методом углового преобразования Фишера.

Таблица 4

Результаты расчета значимости различий
по показателю высокого уровня ПК

Группы	Показатели выраженности		Всего в группе	$\phi^*_{\text{эмп}}$	$\phi^*_{\text{кр}}$
	Кол-во испытуемых	%			
Группа 1	8	38	21	1.192	$p \leq 0.05 = 1.64$
Группа 2	3	20	15		$p \leq 0.01 = 2.31$

Полученное эмпирическое значение ϕ^* находится в зоне незначимости, что указывает на отсутствие различий по показателю высокого уровня развития психологической культуры у представителей двух возрастных групп.

Используемая методика позволяет определить не только общий уровень ПК испытуемых, но и силу их культурно-психологических стремлений, а также степень полноты осуществления этих стремлений в повседневной жизни. Рассмотрим диагностические значения по каждому из этих показателей отдельно.

Таблица 5

Сравнительные данные диагностических значений
силы культурно-психологических стремлений

Группы	I	II	III	IV	V	VI	Общий показатель
1	4.41	4.3	4.36	4.2	4.57	4.49	4.39
2	4.26	4.53	4.36	4.13	4.57	4.37	4.37
Тэмп.	0.7	1.0	0.2	0.3	0	0.8	0.1

Критические значения

Ткр.	
$p \leq 0.05$	$p \leq 0.01$
2.03	2.73

Содержание психологических стремлений отражено в следующих шкалах:

- I стремление к самопознанию, самоанализу;
- II стремление к конструктивному общению;
- III стремление к саморегуляции;
- IV стремление к творчеству;
- V стремление к конструктивному ведению дел;
- VI стремление к саморазвитию.

Сравнительные данные диагностических значений и применение метода математической статистики (Т-критерий Стьюдента) показывают, что в исследуемых группах нет различий по показателю силы культурно-психологических стремлений ни по одной из шкал. Отметим только, что

диагностические значения несколько выше у представителей юношеской группы по таким показателям, как «стремление к самопознанию» и «стремление к саморазвитию». У представителей более старшего поколения несколько выше диагностические значения по показателю «стремление к конструктивному общению».

Данные сравнения показателей степени реализации культурно-психологических намерений представлены в нижеследующей таблице.

Таблица 6

Сравнительные данные диагностических значений
степени реализации культурно-психологических намерений

Группы	I	II	III	IV	V	VI	Общий показатель
1	3.41	3.22	3.44	3.65	3.49	4.03	3.59
2	3.38	3.72	3.29	3.06	4.02	3.06	3.42
Тэмп.	0.1	2.1	0.9	3.7	2.04	4	1.2

Применение метода математической обработки эмпирических данных позволило выявить статистически значимые различия по шкалам «стремление к конструктивному общению», «стремление к творчеству», «стремление к конструктивному ведению дел» и «стремление к саморазвитию». Представители старшего поколения более успешны в конструктивном общении и конструктивном ведении дел, а лица юношеского возраста чаще реализуют свои намерения в отношении творчества и саморазвития.

Различий между группами по общим показателям как силы культурно-психологических стремлений, так и степени реализации культурно-психологических намерений не выявлено.

В целом по всем полученным по методике О.И. Моткова данным мы можем заключить, что:

1) Между представителями двух возрастных групп нет значимых различий по общему показателю развития психологической культуры.

2) В более молодой выборке высокий уровень развития ПК встречается несколько чаще, но различия между группами не достигают уровня статистической значимости.

3) По силе культурно-психологических стремлений в исследуемых группах не выявлено различий ни по одной из шкал.

4) Что касается степени реализации культурно-психологических намерений, то здесь различия выявлены по шкалам «стремление к конструктивному общению», «стремление к творчеству», «стремление к конструктивному ведению дел» и «стремление к саморазвитию». Представители старшего поколения более успешны в реализации намерений по конструктивному общению и конструктивному ведению дел, а для лиц юношеского возраста более характерной является реализация намерений в отношении творчества и саморазвития.

Перейдем к сравнению диагностических данных, полученных по методике А.В. Лазукина САМОАЛ. В основу данной методики положено понятие «самоактуализация», означающее стремление человека к наиболее полной реализации своего личностного потенциала. Самоактуализация - сложное, комплексное качество личности, включающее различные компоненты. В методике А.В. Лазукина выделены 11 шкал – компонентов в структуре самоактуализирующейся личности.

Данная методика не предусматривает однозначно определенных норм для высокого, среднего и низкого уровня самоактуализации. Мы в нашем исследовании определяли не диапазон самоактуализации испытуемых, а сравнивали средние значения по каждому компоненту в исследуемых разновозрастных группах.

Сравнительные диагностические данные представлены в таблице 7.

Таблица 7

Сравнительные данные диагностических значений
по методике САМОАЛ (автор А.В. Лазукин)

Шкалы	Группа 1	Группа 2	Тэмп.
I Ориентация во времени	9.38	7.6	2.3
II Ценности	10.05	8.13	3.2
III Взгляд на природу человека	8.48	7.67	1.4
IV Потребность в познании	9.57	8.67	1.5
V Креативность	9.86	7.13	5.3
VI Автономность	8.81	8.27	0.9
VII Спонтанность	9.38	6.67	5.3
VIII Самопонимание	7.62	9.0	2.5
IX Аутосимпатия	9.71	7.87	3.1
X Контактность	7.24	8.93	3.0
XI Гибкость в общении	9.24	7.8	4.2

Приведенное в таблице 8 распределение показателей самоактуализации испытуемых двух групп отражает «сильные» и «слабые» стороны их личностного развития.

Таблица 8

Распределение диагностических данных по методике САМОАЛ
по мере уменьшения их значений

Группа 1	Группа 2
Ценности	Самопонимание
Креативность	Контактность
Аутосимпатия	Потребность в познании
Потребность в познании	Автономность
Спонтанность	Ценности
Ориентация во времени	Аутосимпатия
Гибкость в общении	Гибкость в общении
Автономность	Взгляд на природу человека
Взгляд на природу человека	Ориентация во времени
Самопонимание	Креативность
Контактность	Спонтанность

Полученные диагностические значения по каждой шкале и результаты применения метода математической статистики указывают на значимые

различия между группами по таким показателям, как «ориентация во времени», «ценности», «креативность», «самопонимание», «аутосимпатия», «контактность» и «гибкость в общении». У испытуемых более старшей возрастной группы выше диагностические значения по шкалам «самопонимание» и «контактность», по остальным показателям диагностические значения выше у представителей юношеского возраста.

На основании полученных данных мы можем заключить следующее:

1) Испытуемые зрелого возраста более чувствительны к своим желаниям и потребностям. Они более стабильны в своих оценках, менее склонны подменять их внешними социальными стандартами. Лица юношеского возраста чаще испытывают сомнения в «правомочности» своих желаний, а свои оценки соотносят с внешними ориентирами.

2) У испытуемых старшей возрастной группы больше сформированных навыков по установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими, у них выше предрасположенность к взаимополезным и конструктивным контактам с другими людьми.

3) Испытуемые юношеского возраста более ориентированы на настоящее, у них выше способность ценить актуальный момент жизни, не сравнивая его с прошлым и не обесценивая ожиданием будущего. Лицам зрелого возраста в большей мере свойственно откладывать свою жизнь «на потом», а также попытки найти убежище в прошлом. Их чаще мучает раскаяние за совершенные поступки, беспокоят воспоминания о нанесенных обидах. Их цели меньше связаны с текущей деятельностью, многие из них считают, что идеалы и цели могут являться средствами, с помощью которых удовлетворяются потребности в привязанности, признании, уважении со стороны окружающих. Испытуемые группы юношеского возраста менее обременены чувством сожаления или обиды, идущим из прошлого.

4) Диагностические значения по шкале ценностей свидетельствуют о том, что представители юношеского возраста чаще разделяют ценности

самоактуализирующейся личности, к числу которых относятся истина, добро, целостность, отсутствие раздвоенности, уникальность, простота, легкость без усилия, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление молодого поколения к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, отсутствие желания манипулировать ими в своих интересах. Они чаще, по сравнению с людьми зрелого возраста, поступают согласно своим взглядам, желаниям, влечениям, руководствуясь тем, что им нравится или не нравится.

5) У испытуемых группы юношеского возраста также выше стремление к творчеству, больше творческого отношения к жизни. Им больше свойственна аутосимпатия, которая является основой психического здоровья, цельности личности и устойчивой адекватной самооценки. Им в большей мере свойственно, по сравнению с более старшим поколением, принимать себя такими, какие они есть, со всеми своими недостатками и слабостями. Среди представителей старшего поколения больше людей невротичных, тревожных, неуверенных в себе.

6) У испытуемых юношеского возраста выше диагностические значения по шкале гибкости в общении, что соотносится с меньшим присутствием в их поведении ориентиров на социальные стереотипы, они более способны к адекватному самовыражению в общении, к самораскрытию, аутентичному взаимодействию с окружающими. Они менее склонны прибегать к манипуляциям. Испытуемые старшей возрастной группы в общении более ригидны, менее уверены в себе, чаще испытывают сомнения в том, что они интересны собеседнику, и в том, что общение с ними может приносить удовольствие.

Полученные результаты свидетельствуют о более высоком, по сравнению с представителями старшего поколения, уровне психического здоровья лиц юношеского возраста, что отражается в уровне развития и

реализации их творческого и духовного потенциала. У молодого поколения более адекватное восприятие окружающего мира и своего места в нем.

Перейдем к рассмотрению результатов по методике «Дифференциальный тип рефлексии». Данная методика предназначена для измерения системной рефлексии - способности посмотреть на себя со стороны, а также склонности к самокопанию (интроспекция) и фантазированию (квазирефлексия). Индивидуальные диагностические данные по этой методике приведены в таблицах 5 и 6 Приложения. Ниже в таблице представлены показатели сформированности разных типов рефлексии в двух исследуемых группах.

Таблица 9

Показатели сформированности разных типов рефлексии
в исследуемых группах (методика Д.А. Леонтьева)

Группы	Системная рефлексия	Интроспекция	Квазирефлексия
1	7 (33%)	18 (86%)	9 (43%)
2	9 (60%)	10 (67%)	3 (20%)

Как видно из табличных данных, системная рефлексия свойственна большему числу испытуемых зрелого возраста. Такие типы рефлексии, как интроспекция и квазирефлексия, больше характерны для лиц юношеского возраста. Вместе с тем, полученные результаты не указывают на преобладание того или иного типа рефлексии в одной из групп, поскольку у большинства испытуемых обнаружены сочетания разных типов рефлексии.

Системная рефлексия связана со способностью «видеть» себя со стороны, со способностью к самодистанцированию, которая позволяет в процессе деятельности и общения охватить одновременно полюс субъекта и полюс объекта.

Интроспекция связана со сосредоточенностью на собственном состоянии, собственных переживаниях. Она в такой же мере односторонняя,

как и арефлексия - сосредоточенность лишь па внешнем интенциональном объекте деятельности. Интроспекцию часто называют «самокопанием».

Квазирефлексия направлена на объект, она не имеет отношения к актуальной жизненной ситуации, указывает на «отрыв» от реальности, уводит в резонерские спекуляции и беспочвенные фантазии. Этот тип рефлексии является скорее формой психологической защиты через уход от неприятной ситуации, реальное разрешение которой человек не видит.

Из всех этих типов системная рефлексия является самой адаптивной, именно она связана с самодетерминацией, она наиболее объемна и многогранна, и ее осуществление достаточно сложно. Именно она позволяет видеть как саму ситуацию взаимодействия во всех ее аспектах, так и альтернативные возможности. Этот тип рефлексии отражает способность к решению двойной задачи соотнесения: для того, чтобы быть самим собой нужно уметь соотноситься с другими и соотноситься с самим собой. Системная рефлексия предполагает определенную внутреннюю и внешнюю дистанцию человека по отношению к собственным чувствам, решениям и действиям.

Способность самодистанцирования позволяет субъекту избирательно относиться к самому себе, заботиться о себе и работать над собой, предпринимая усилия по изменению того, что он считает нужным изменить. Именно системная рефлексия, в которой направленность сознания человека на себя происходит не за счет, а в дополнение к его направленности на внешнюю ситуацию, представляет собой полноценную разновидность рефлексии, в полной мере выполняющую приписываемые рефлексии позитивные функции.

Личность со сформированной системной рефлексией способна к осуществлению полноценного анализа конкретной ситуации, а также к самоанализу, основанного на оценке себя со стороны, представлении себя как субъекта, так, одновременно, и объекта тех или иных взаимоотношений.

Значимость различий между группами по диагностическим значениям всех типов рефлексии была проверена с помощью Т-критерия Стьюдента.

Таблица 10

Сравнительные данные диагностических значений
типов рефлексии

Типы рефлексии	Группа 1	Группа 2	Тэмп.
Системная	35.0	38.13	1.8
Интрореплексия	28.62	27.93	0.4
Квазирефлексия	26.0	20.07	3.3

Полученные с помощью метода математической статистики данные указывают на отсутствие различий между двумя возрастными группами по показателям системной рефлексии и интрореплексии. Диагностической значимости достигают различия по показателю квазирефлексии, которая в большей степени свойственна испытуемым юношеского возраста. Им больше свойственен «отрыв» от реальности, их размышления часто направлены на объект, не имеющий отношения к актуальной жизненной ситуации.

Рассмотрим сочетания разных типов рефлексии у испытуемых исследуемых групп.

Сочетание системной рефлексии и интрореплексии продиагностировано почти у трети всей выборки - у 29% испытуемых юношеского возраста и у 27% лиц возраста зрелости. Такое сочетание свидетельствует о склонности испытуемых как к объективной оценке актуальных событий, так и к погружению в себя, в свои переживания.

Сочетание интрореплексии и квазирефлексии больше характерно для лиц юношеского возраста, оно выявлено у 33% респондентов этой группы. Реакции на происходящие события и актуальные ситуации этих испытуемых чередуются уходом в себя и уходом от реальности. В группе лиц зрелого возраста такое сочетание продиагностировано у 20%.

В исследуемой выборке не обнаружено сочетаний системной рефлексии и квазирефлексии. По всей видимости, сформированная системная рефлексия препятствует «бегству» от реальности в фантазии, но не исключает погружение в себя, фиксацию на своем состоянии.

В обеих группах диагностические значения системной рефлексии выше по сравнению с другими типами рефлексии, однако, по частоте встречаемости она больше характерна для испытуемых зрелого возраста. Такой результат мы соотносим с особенностями и закономерностями возрастного развития. В юношеском возрасте формирование и развитие рефлексии происходит в контексте активной перестройки сознания и личностных качеств, что отражается и в оценке ситуаций и в процессе самоанализа, меняющих свою направленность вследствие недостаточного жизненного опыта.

Выводы

Проведенное исследование было направлено на изучение различий в показателях психологической культуры представителей разных поколений. В нем приняли участие представители двух возрастных групп – юношеского возраста (от 18 до 22 лет) - 21 человек; и зрелого возраста (от 38 до 47 лет) - 15 человек.

В ходе исследования были использованы такие психодиагностические методики, как:

- «Психологическая культура личности» О.И. Моткова;
- «Диагностика самоактуализации личности» А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина;
- «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева.

Для обработки эмпирических данных были использованы методы математической статистики Т-критерий Стьюдента и угловое преобразование Фишера.

В ходе исследования были получены следующие результаты:

1) Между представителями двух возрастных групп нет значимых различий по общему показателю развития психологической культуры. В более молодой выборке высокий уровень развития ПК встречается несколько чаще, но различия между группами не достигают уровня статистической значимости.

2) По силе культурно-психологических стремлений в исследуемых группах не выявлено различий ни по одной из шкал. Что касается степени реализации культурно-психологических намерений, то здесь различия выявлены по шкалам «стремление к конструктивному общению», «стремление к творчеству», «стремление к конструктивному ведению дел» и «стремление к саморазвитию». Представители старшего поколения более успешны в реализации намерений по конструктивному общению и

конструктивному ведению дел, а для лиц юношеского возраста более характерной является реализация намерений в отношении творчества и саморазвития.

3) Полученные по методике САМОЛ диагностические значения указывают на значимые различия между группами по таким шкалам, как «ориентация во времени», «ценности», «креативность», «самопонимание», «аутосимпатия», «контактность» и «гибкость в общении». У испытуемых более старшей возрастной группы выше диагностические значения по шкалам «самопонимание» и «контактность», по остальным показателям диагностические значения выше у представителей юношеского возраста.

4) Изучение типов рефлексии показало, что системная рефлексия свойственна большему числу испытуемых зрелого возраста. Такие типы рефлексии, как интроспекция и квазирефлексия, больше характерны для лиц юношеского возраста. Вместе с тем, полученные результаты не указывают на преобладание того или иного типа рефлексии в одной из групп, поскольку у большинства испытуемых обнаружены сочетания разных типов рефлексии.

Таким образом, проведенное нами исследование позволило выявить различия у представителей разных поколений (лиц юношеского и зрелого возрастов) в исследуемых показателях психологической культуры.

Заключение

Анализ теоретических и эмпирических данных по проблеме исследования указывает на то, что существуют серьезные предпосылки для разработки проблемы психологической культуры.

Все более динамичные процессы социальных преобразований порождают многочисленные жизненные проблемы, которые проявляются в неконструктивных, невротических состояниях людей, в чувстве одиночества, межличностных конфликтах и т.п. Эти явления свидетельствуют о необходимости формирования и развития психологической культуры представителей разных поколений и общества в целом.

В каждом отдельном обществе задан необходимый уровень развития личности, определяемый как социокультурная норма. Мера овладения этой нормой отражает уровень психологической культуры конкретного человека.

В современных социокультурных условиях существенно возрастает роль психологических факторов во всех сферах общественной жизни. Современный человек должен быть достаточно компетентным, чтобы не только пользоваться психологическими технологиями, но и заниматься развитием своей личности, находить оптимальные способы взаимодействия с окружающим миром. В противном случае он может превратиться в объект психологических манипуляций. Кроме того, психологическая культура личности является основным фактором успеха специалистов практически любой сферы. Психологические технологии вошли в арсенал многих видов профессиональной деятельности.

Теоретическим основанием для исследования данной проблемы является тот факт, что феномен психологической культуры связан с такими фундаментальными проблемами психологии, как личность и общение. Исследование в этой области позволяет расширить представления о человеке как субъекте и личности и об общении как форме социального бытия.

В процессе своего развития человек овладевает не только способами обращения с предметным миром и с другими людьми, но и с самим собой. Психологическая культура фиксируется в таких психологических образованиях, как потребности, воля, черты характера, самосознание.

Понятие «психологическая культура» относительно новое, статус самостоятельного предмета исследования оно приобрело всего два десятилетия назад. Определение данного понятия находится в фокусе внимания различных областей науки.

В психологии существует несколько подходов к пониманию сущности психологической культуры. Каждый из исследователей этой проблемы выделяет разные компоненты структуры и показатели внешнего проявления данного феномена. В ходе проведенного нами исследования мы исходили из имеющихся на сегодняшний день трактовок психологической культуры личности, выделив те качества и свойства личности, которые используются в большинстве определений этого феномена.

По результатам исследования психологической культуры у представителей разных поколений - лиц юношеского и зрелого возрастов – были выявлены различия в таких показателях, как ценности, потребность в познании, креативность, автономность, самопонимание и аутосимпатия, контактность и гибкость в общении, а также различия в уровне сформированности системной рефлексии.

Полученные эмпирические данные могут быть использованы в диагностической и консультативной практике педагога-психолога по проблемам личностного развития представителей разных возрастных групп.

Список используемых источников

1. Абульханова К.А. Время личности и ее жизненного пути // Институт психологии Российской академии наук. Человек и мир. 2017. Т. 1. № 1. - С. 165-200.
2. Абульханова К.А. Личность во времени человеческой культуры // Вестник Красноярского государственного педагогического университета им. В.П. Астафьева. 2013. № 3. - С. 40-53.
3. Абульханова К.А. Методологический принцип субъекта: исследование жизненного пути личности // Психологический журнал. 2014. Т. 35. № 2. - С. 5-18.
4. Асмолов А.Г. Психология личности: Принципы общепсихологического анализа. - М.: Смысл, 2001. - 416 с.
5. Баринова Е.С. Формирование психологической культуры как основа успешной социализации личности <https://scienceforum.ru/2015/article/2015016318>
6. Бодалев А.А. Психология о личности - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1988. - 188 с.
7. Брюхова Н.Г. Нравственная и психологическая культура личности // Paradigmatapoznani - 2014. - №1. - С. 39-41.
8. Ветрова В.В. Учет специфики индивидуального опыта жизни ребенка в формировании его психологической культуры <http://old.prosv.ru/metod/egorova/5.html>
9. Вундт В. Психология народов https://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Sociolog/Wundt/_PsNar_01.php
10. Выготский Л.С. Собрание сочинений в 6 т. Т.3. Проблемы развития психики / Под ред. А.М. Матюшкина. - М.: Педагогика, 1983. - 368 с.

11. Дементьева Е.В. Психологическая культура человека: современное состояние проблемы // Вестник Мордовского ун-та. - 2011. - № 2. - С.12-17. <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskaya-kultura-cheloveka-sovremennoe-sostoyanie-problemy>
12. Демина Л.Д. Психологический мир личности - Барнаул: АГУ, 1994. - 167 с.
13. Демина Л.Д., Ральникова И.А. Психологическая культура личности: контекст субъективного переживания времени жизни // Вестник алтайской науки: Проблемы социологии и психологии. 2001. № 1. - С. 78–87.
14. Долгих Е.И. Психологическая культура как условие развития профессионального самосознания студентов // Магистерская диссертация направление «Психолого-педагогическое образование» - Екатеринбург, 2017. - 73 с.
15. Дубровина И.В. Психологическая культура личности как феномен // Вестник Мининского ун-та. - 2013. - №1(1) - С. 3-15.
16. Егорова Т.Е. Психологическая культура и проблемы ее воспитания в современном обществе. / Т.Е. Егорова, Н.В Лапчинская. // Психология созидания. Ежегодник Российского Психологического общества. - Т. 7. - Вып. 1. - Казань 2000. - С.74-76.
17. Егорова Т.Е. Психологическая культура и саморегуляция состояний тревожности // Психологическая наука и образование. 2007. № 3. - С. 68-76.
18. Егорова Т.Е., Семенова С.Л. Психологическая культура: возможности становления // Образование и наука. 2006. № 4 - С. 90-99.
19. Заикин В.А. Исследование взаимосвязи типа личностной ориентации и уровня развития морального сознания // Экспериментальная психология, 2012, том 5, № 4, с. 54-65.
20. Каган М.С. Философская теория ценности - СПб.: Питер, 1997. - 342 с.

21. Ковалёва Д.Д., Терпелец А.Е. Психологическая культура как психологический феномен // Социально-экономические исследования, гуманитарные науки и юриспруденция: теория и практика. - Новосибирск, 2016, № 9. - С. 84-93.
22. Козырская И.Н. Компоненты и функции психологической культуры / И.Н. Козырская, М.Б. Оспанова // Научный потенциал - 2013. - №2(11). - С. 64-67.
23. Колмогорова Л.С. Возрастные возможности и особенности становления психологической культуры учащихся: Автореф. дис. ... д-ра психол. наук. - М., 2001. - 45 с.
24. Колмогорова Л.С. Диагностика психологической культуры школьников: Практ. пос. - М.: ВЛАДОС-ПРЕСС, 2002 - 360 с.
25. Колмогорова Л.С. Повышение психологической культуры учащихся как проблема современного среднего образования // Формирование психологической культуры личности в системе дополнительного образования детей / Под редакцией А.В. Егоровой, И.М. Каманова, М.В. Поповой - М.: Просвещение, 2006. <http://www.school-russia.prosv.ru/metod/egorova/2.html>
26. Крайг Г. Психология развития. - СПб.: Издательство «Питер», 2000. - С. 23-26.
27. Куликов Л.В. Психология личности в трудах отечественных психологов. - СПб.: Питер, 2009. - 464 с.
28. Лебедева Ю.В. Содержание и развитие психологической культуры личности http://elar.urfu.ru/bitstream/10995/52100/1/klo_2014_037.pdf
29. Лихачёв Д.С. Человек должен быть интеллигентен. Фрагмент книги «Письма о добром и прекрасном» <http://www.taday.ru/text/240996.html>
30. Мамардашвили М.К. Философия и наука <http://psylib.org.ua/books/mamar02/txt05.htm>

31. Мотков О.И. Психологическая культура в мозаике личности / О.И. Мотков // Сборник тезисов XII Международных чтений памяти Л.С. Выготского «Знак как психологическое средство: субъективная реальность культуры» - 2011. - С. 246-252.
32. Никольская А.С. Психологическая культура как фактор сохранения психологического здоровья личности // Вестник Санкт-Петербургского университета МВД России - 2010. - №2. - С. 223-228.
33. Психология общения. Энциклопедический словарь / Под общ. ред. А.А. Бодалева. - М. Изд-во «Когито-Центр», 2011.
34. Репникова А.Р. Понятия «социальный интеллект» и «психологическая культура» в психологической науке // Вектор науки Тольяттинского государственного университета. Серия: Педагогика, психология. 2011. № 3. - С. 267-269.
35. Романов К.М. Психологическая культура личности <https://mybook.ru/author/konstantin-romanov-2/psihologicheskaya-kultura-lichnosti/read/>
36. Романов К.М. Психологическая культура человека: теория и практика (По материалам Всероссийской научно-практической конференции) / К.М. Романов // Интеграция образования - 2012. - №1.- С. 120-121.
37. Романов К.М., Романова О.Н. Психологическая культура человека. - Саранск: Копир, 2007. - .130 с.
38. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. Человек и мир. - СПб: Питер, 2003, - 512 с.
39. Семикин В.В. Психологическая культура в образовании человека. Монография. - СПб: Союз, 2002.- 173 с.
40. Слободчиков В.И. Психология человека: введение в психологию субъективности: Учебное пособие - М.: изд-во ПСТГУ, 2013. - 360 с.
41. Фрейд З. Недовольство культурой http://www.gumer.info/bibliotek_Buks/Psihol/Freid/ned_kult.php

42. Хьелл Л., Зиглер Д. Теории личности. - СПб.: Питер, 2013. - 607 с.
43. <https://vsetesti.ru/195/> Диагностика самоактуализации личности (А.В. Лазукин в адаптации Н.Ф. Калина)
44. <http://psylab.info> Опросник «Дифференциальный тип рефлексии» Д.А. Леонтьева, Е.М. Лаптевой, Е.Н. Осина и А.Ж. Салиховой
45. http://www.ucheба.com/met_rus/k_psihologiya/k_psiholichnost/m_k_yltura_4.htm Методика «Психологическая культура личности» О.И. Моткова
46. <https://psycabi.net/testy/226-uroven-samoaktualizatsii-lichnosti-test-sat-voprosnik-samoal> Уровень самоактуализации личности. (Тест САТ, Опросник САМОАЛ)

Приложение

Таблица 1

Результаты диагностики уровня развития психологической культуры испытуемых Группы 1

№	I			II			III			IV			V			VI			Общий уровень		
	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК
1	5	5	ПВ	3.66	3.66	В	4.66	4.66	ПВ	3	3	С	4.33	4.33	В	4.66	4.66	ПВ	4.22	4.22	С
2	4	3	С	3.66	3.66	В	3.66	3	С	3.33	2.33	Н	3.66	3	С	4	3	С	3.72	3.00	С
3	5	4	В	5	2.66	В	4.66	3.33	С	4.66	3.66	Н	4.66	3.66	В	5	4.33	В	4.83	3.61	В
4	4.66	5	ПВ	4.33	4.66	ПВ	4.66	3.33	С	4.33	3.33	С	4.33	4	В	4.66	5	ПВ	4.50	4.22	В
5	4.66	3.33	С	4.66	3.33	С	4.66	3.33	С	4.66	3.66	В	4.66	3.66	В	4.66	4	В	4.66	3.55	С
6	3.33	3.33	С	2.33	2.33	В	4.33	4	В	4.33	4.33	Н	5	3.66	ПВ	4	5	В	3.89	3.78	В
7	2.33	4.33	С	1.33	2	С	3.33	3	С	4	3.33	Н	3.66	2	Н	4	2.66	Н	3.11	2.89	Н
8	4.66	3	С	4.66	2.66	С	3.66	3.33	С	5	3.33	Н	5	2.66	Н	4	3.33	С	4.50	3.05	С
9	4.66	3.33	С	4.33	4	В	4.33	3	С	4.33	3.66	В	4.66	3.66	В	4.66	3.66	В	4.50	3.55	С
10	5	3	С	5	3	В	5	3.33	С	4.33	3.66	С	5	3.33	ПВ	5	3.33	С	4.88	3.28	С
11	4.66	4.66	ПВ	3.33	3	С	3.66	4.33	В	4.33	4.66	ПВ	4.66	3.66	ПВ	3.66	5	В	4.05	4.22	В
12	4.66	3	С	4.33	3	С	4	3.66	В	4.66	3.33	С	4.66	3.66	В	4.33	4.33	В	4.44	3.50	С
13	5	2	Н	5	1	В	5	2	Н	4.33	3.66	Н	5	2.33	В	5	3.66	Н	4.88	2.44	Н
14	3.66	3.33	С	4.33	4	В	4	3.33	С	5	3.66	В	4.66	3.66	В	4.33	3.66	В	4.33	3.61	В
15	4.66	3.33	С	4.33	3.66	В	4.33	3.33	С	4.66	4	В	4	3	С	4.33	3.33	С	4.39	3.44	С
16	3.33	3	С	4.66	4	В	4	4	В	4.33	4.33	В	4.33	4	В	4	4.33	В	4.11	3.94	В
17	4.66	3.66	В	5	3.33	В	4.66	4.33	В	4.33	4.33	С	4.33	4.33	ПВ	4.33	5	В	4.55	4.16	В
18	4.66	3	С	5	3.66	В	5	3.66	В	4.66	3.66	В	5	4	ПВ	5	4.66	В	4.88	3.77	В
19	4.33	2	Н	4.66	3	С	4.66	3	С	3.33	3.33	С	4.66	3.66	В	5	4.66	ПВ	4.44	3.28	С
20	4.66	3.33	С	4.33	4	В	4.33	3	С	4.33	3.66	В	4.66	3.66	В	4.66	3.66	В	4.50	3.55	С
21	5	3	С	4.33	3	В	5	3.33	С	5	3.66	С	5	3.33	С	5	3.33	С	4.88	3.28	С

Таблица 2

Результаты диагностики уровня развития психологической культуры испытуемых Группы 2

№	I			II			III			IV			V			VI			Общий уровень		
	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК	А	Б	ПК
1	4.33	4	В	4	4	В	3.66	3.66	В	3.33	3.33	С	4.33	4.66	ПВ	4.33	4.33	В	4.00	4.00	С
2	5	2.66	Н	5	3.33	С	5	3	С	5	2.66	Н	5	4.66	С	5	2	В	5.00	3.05	С
3	4.66	3.33	С	4.66	3.33	С	4.66	3.33	С	4.66	3.66	В	4.66	4	В	4.66	3.66	В	4.66	3.55	С
4	3.66	3.33	С	4.33	4	В	4	3.33	С	5	3.66	В	4.66	4.66	В	4.33	2.66	В	4.33	3.61	В
5	3.66	3.66	В	4.66	3.33	С	4	3.33	С	3.66	3	С	4.66	4	С	4	3.33	В	4.11	2.94	С
6	4	3	С	3.66	3.66	В	3.66	3	С	3.33	2.33	Н	3.66	3	С	4	3	С	3.72	3.00	С
7	4	3	С	4.66	3.66	В	4.33	2.66	Н	4.33	2.66	Н	5	4.33	С	5	2	С	4.55	3.05	С
8	4.66	5	ПВ	4.33	4.66	ПВ	4.66	3.33	С	4.33	3.33	С	4.33	5	В	4.66	4	ПВ	4.50	4.22	В
9	3.33	3	С	4.33	4	С	3.66	3.33	С	3.66	3.33	В	4.33	3.66	В	3.66	3	С	3.83	3.39	С
10	3.66	3.66	В	4.66	3.33	С	4	3.33	С	3.66	3	С	4.66	4.33	С	4	3	В	4.11	2.94	С
11	4.33	2.33	Н	4.66	2.66	Н	4.33	2.66	Н	4	2.33	Н	5	2.66	Н	3.66	2.33	Н	4.33	2.50	Н
12	4.66	3.33	С	4.66	3.66	С	4.66	3.33	С	4.66	3.33	В	4.66	4.66	В	4.66	3	В	4.66	3.55	С
13	4.33	4	В	4.66	4.66	ПВ	4.66	4.33	В	3.33	3	С	4	3.33	Н	4	2.66	С	4.16	3.66	В
14	5	3	С	5	3.66	В	5	3.33	С	4.33	3	С	5	3.33	С	5	3.33	С	4.88	3.28	С
15	4.66	3.33	С	4.66	3.66	С	4.66	3.33	С	4.66	3.33	В	4.66	4	В	4.66	3.66	В	4.66	3.55	С

- I стремление к самопознанию, самоанализу
- II стремление к конструктивному общению
- III стремление к саморегуляции
- IV стремление к творчеству
- V стремление к конструктивному ведению дел
- VI стремление к саморазвитию

Таблица 3

Результаты диагностики показателей самоактуализации испытуемых Группы 1

№ п/п	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
С	9	10	8	8	9	8	7	8	10	7	8
С	8	7	8	7	8	9	8	6	8	6	9
В	12	11	9	11	10	9	11	7	10	8	9
В	11	11	10	12	11	10	11	9	12	9	9
С	9	9	7	9	8	9	8	7	9	7	11
В	14	12	11	12	13	12	11	9	12	9	9
Н	6	7	6	7	8	7	8	6	9	5	9
С	7	9	6	8	9	6	11	6	8	6	9
С	9	11	7	8	9	7	9	7	9	6	8
С	9	10	7	10	10	8	10	8	10	7	10
В	11	13	10	11	12	11	12	9	13	8	9
С	7	8	8	7	9	7	10	8	8	5	11
Н	5	8	6	7	8	9	5	4	7	4	10
В	12	12	11	13	12	10	11	9	11	10	9
С	10	9	9	11	10	9	9	8	10	7	9
В	11	12	11	12	13	11	10	8	10	9	8
В	12	13	12	12	11	11	9	10	13	10	7
В	10	11	9	10	11	9	10	8	9	9	11
С	8	11	8	8	9	8	9	7	9	7	10
С	9	10	7	9	9	8	10	9	10	7	10
С	8	7	8	9	8	7	8	7	7	6	9

Таблица 4

Результаты диагностики показателей самоактуализации испытуемых Группы 2

№ п/п	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI
С	7	7	8	8	7	6	5	9	7	9	9
С	6	7	6	7	6	6	6	8	7	8	7
С	9	8	7	9	7	9	6	9	10	11	8
В	12	9	8	11	10	13	9	11	10	12	8
С	7	8	7	8	7	7	6	9	8	9	9
С	6	7	6	7	7	9	7	9	6	8	9
С	8	9	9	9	8	8	6	7	7	8	7
В	10	12	9	12	9	12	8	13	9	11	7
С	5	6	5	7	6	8	9	8	6	7	8
С	7	7	7	8	6	6	7	7	6	7	6
Н	4	8	8	8	7	7	6	7	8	7	7
С	8	9	9	9	7	7	5	8	7	8	8
В	12	10	11	11	9	11	8	13	12	11	9
С	6	7	7	7	5	7	6	9	8	9	8
С	7	8	8	9	6	8	6	8	7	9	7

I - Ориентация во времени

II - Ценности

III - Взгляд на природу человека

IV - Потребность в познании

V - Креативность

VI - Автономность

VII - Спонтанность

VIII - Самопонимание

IX - Аутосимпатия

X - Контактность

XI - Гибкость в общении

Результаты диагностики типа рефлексии испытуемых Группы 1

№ п/п	Системная рефлексия		Интрореплексия		Квазирефлексия	
1	33	-	27	+	28	+
2	35	-	29	+	23	-
3	41	+	31	+	19	-
4	40	+	26	+	24	-
5	35	-	33	+	31	+
6	41	+	21	-	23	-
7	27	-	19	-	30	+
8	32	-	25	+	26	-
9	37	-	28	+	29	+
10	29	-	33	+	33	+
11	40	+	26	+	24	-
12	31	-	34	+	25	-
13	29	-	24	-	30	+
14	43	+	31	+	22	-
15	30	-	26	+	28	+
16	42	+	27	+	21	-
17	38	-	35	+	23	-
18	41	+	27	+	21	-
19	33	-	37	+	26	-
20	31	-	29	+	32	+
21	27	-	33	+	28	+

Таблица 6

Результаты диагностики типа рефлексии испытуемых Группы 2

№ п/п	Системная рефлексия		Интроспекция		Квазирефлексия	
1	33	-	31	+	14	-
2	41	+	34	+	13	-
3	35	-	28	+	30	+
4	43	+	24	-	12	-
5	34	-	35	+	22	-
6	40	+	22	-	17	-
7	41	+	24	-	18	-
8	44	+	21	+	12	-
9	37	-	34	+	23	-
10	41	+	23	-	14	-
11	26	-	33	+	32	+
12	32	-	29	+	31	+
13	45	+	21	-	17	-
14	39	+	29	+	24	-
15	41	+	31	+	22	-