

УДК 159.923.2

ДИЛЕММА САМОРАЗВИТИЯ: САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ ПРОТИВ САМОПРИНЯТИЯ

Е.Ф.Новгородова, С.В.Яремчук

Аннотация

В статье представлены результаты изучения саморазвития современной молодежи. Рассматриваются такие аспекты саморазвития, как самопринятие и самосовершенствование. Исследование показывает, что самопринятие негативно связано с перфекционными тенденциями молодежи. Результаты позволяют рассматривать перфекционизм и самопринятие как разнонаправленные тенденции саморазвития в юношеском возрасте.

Ключевые слова: саморазвитие, самосовершенствование, перфекционизм, самопринятие, учащаяся молодежь, юношеский возраст, образовательная система.

Abstract

The current research investigated self-development of modern youth. This article focuses on such aspects of self-development as self-acceptance and self-perfection. The study found that self-acceptance is associated negatively with youth perfectionism. The results suggest that perfectionism and self-acceptance are oppositely directed aspects of self-development in youth.

Keywords: self-development, self-perfection, perfectionism, self-acceptance, young students, youth age, education system.

Работа выполнена при финансовой поддержке Министерства образования и науки Российской Федерации в рамках базовой части государственного задания в сфере научной деятельности, проект № 2028.

Система образования в России переживает коренные изменения на современном этапе своего функционирования, что приводит к изменению ее установок и ориентиров. В частности, внедрение компетентного подхода задает новую плоскость анализа, связанную с вычленением ключевых компетенций, определяющих эффективность выполнения социальных и профессиональных ролей на уровне, обеспечивающем максимальные самореализацию и саморазвитие (Г.И.Ибрагимов). В этой связи, целесообразен анализ системы саморазвития учащейся молодежи и его составляющих, довольно скудно представленной в психологической литературе.

Саморазвитие является ортодоксально гуманистической научной категорией и квинт-эссенцией ряда концепций о человеке. В широком смысле, это явление предполагает субъектную жизненную позицию личности, показатель и условие социальной зрелости, стремление к самостоятельному изменению себя и своей жизни.

В отечественной психологии изучение данного феномена связано как с именами классиков (Б.Г.Ананьев, А.А.Бодалев, В.Н.Дружинин, Л.А.Коростылева, Д.А.Леонтьев, В.Г.Маралов, С.Л.Рубинштейн, В.И.Слободчиков, Г.А.Цукерман и др.), так и с именами совре-

менных учёных (К.Я.Вазина, А.А.Деркач, Л.Н.Куликова, Е.Н.Ларина, Ю.В.Мокерова, А.В.Прохоров, Н.А.Романова, Г.К.Селевко, Е.В.Селезнева, И.А.Шаршов, М.А.Щукина, С.В.Яремчук и др.). Иначе говоря, проблема саморазвития личности продолжает оставаться в фокусе внимания современного научного сообщества.

На сегодняшний день роль саморазвития в жизни человека подвергнута критическому анализу. Ряд исследователей (В.Г.Маралов, Б.Н.Мастеров, Ю.В.Мокерова, Е.Б.Фанталова и С.В.Яремчук) обнаружили конфликтогенный потенциал саморазвития. Дело в том, что социальные нормы и требования весьма противоречивы – одновременно пропагандируют ценность саморазвития и диктуют ракурс личностных преобразований. Ситуация эта априори парадоксальная: саморазвитие в российских реалиях вынужденно протекает в условиях регламентации желательных изменений, а задавая цель развития извне субъектная позиция человека утрачивается. К тому же, выбор без выбора способствует формированию внутриличностных конфликтов. Таким образом, реализация путей саморазвития приобретает амбивалентные характеристики.

Несмотря на очевидную актуальность широкомасштабного изучения психологических

предпосылок развития личности, до сих пор научным обществом не выработан единый феноменологический концепт саморазвития и его структурных компонентов. Кроме того, категория саморазвития характеризуется теоретической аморфностью, зачастую отождествляясь с различными смыслами работы над образом Я – самоизменение, самопреобразование, самовоспитание, самообразование, самодетерминация и даже самопознание. При этом *самосовершенствование* принято считать наиболее близким конкретизирующим понятием [18].

Особое внимание учёные уделяют раскрытию психологических закономерностей стремления к совершенству учащейся молодёжи (К.А.Абульханова-Славская, Е.Е.Вахромов, И.А.Зимняя, Н.Ф.Калина, Е.П.Киселёва, Е.П.Кузьмина, В.Я.Ляудис, А.Б.Орлов, А.А.Ренан, В.М.Розин, С.М.Рогожникова, А.В.Серый, Г.А.Цукерман и др.). Во многом данный интерес обусловлен возрастными закономерностями юности. Психологическими особенностями этой стадии человеческой жизни являются: развитие устойчивого самосознания, переход к самостоятельности, поиск своего места в социальной общности, начало практической реализации, формирование мировоззрения и становления человека как субъекта собственного развития. Таким образом, юноши способны и заинтересованы осознавать вектор своего развития, что может выступать основой чувствительного периода по отношению к самосовершенствованию.

И хотя совершенствование себя является естественным стимулом человеческого развития, актуализируя внутри личностный потенциал, в крайних ипостасях этот процесс приобретает рискованные тенденции. Ученые сформулировали чрезвычайно сильное стремление к совершенству в концепцию **перфекционизма**, находящуюся на пике популярности современных гуманитарных исследований. Несмотря на активные дебаты по поводу статуса перфекционизма в жизни носителя, по сей день не существует единого мнения на этот счет [15].

Первые исследовательские программы служили подтверждением гипотезы о патогенности перфекционных тенденций (Е.Ю.Антохин, М.Н.Васильева, Н.Г.Гаранян, А.А.Дадеко, Я.Г.Евдокимова, А.М.Зурабова, А.В.Мишанова, М.В.Москова, В.В.Парамонова, Е.Т.Соколова, П.В.Цыганкова, А.Б.Холмогорова, Т.Ю.Юдеева

и др.). Однако, включая перфекционизм в ряд предикторов психических отклонений, авторы систематически сообщали и о массовой, буквально тотальной, распространенности данного феномена в сознании наших современников.

Обнаруженное противоречие спровоцировало изучение перфекционизма как абсолютно нормального явления (Т.А.Барышева, Т.В.Бескова, И.Р.Боязитов, Е.А.Гаврилова, Г.Б.Горская, Т.Л.Валуйская, И.И.Грачева, Л.И.Дементий, О.В.Егорова, П.Н.Ермаков, Я.О.Жебрун, Д.И.Жукова, А.А.Золотарёва, М.С.Косороткина, В.Е.Купченко, Н.С.Ладыжец, М.В.Ларских, И.Г.Малкина-Пых, Т.Л.Миорова, А.С.Распопова, О.В.Ромах, А.С.Седунова, И.С.Скрипченко, Л.В.Сорокина, Е.Ф.Талаш, Т.С.Тимофеева, О.В.Хухлаева, Г.Ф.Шакирова и др.). Благодаря реализованному комплексу научно-исследовательских программ выявлены многочисленные любопытные связи перфекционизма с талантом [14] и одаренностью [2, 6], креативностью [1] и самоактуализацией [10], высокой академической успеваемостью [3] и управленческими компетенциями [8, 9], успешной профессиональной реализацией [4, 5] и т.д. Проведенные теоретические и эмпирические анализы можно сформулировать в идею о том, что перфекционизм обладает мощнейшим потенциалом к самосовершенствованию личности.

Подытожим, что *саморазвитие* – многомерный процесс, сопряженный с конфронтацией субъекта и внешнего мира, включающий две противоположные тенденции - возможность, как гармоничного самосовершенствования, так и фатального нервно-психического перенапряжения. Успешное преодоление альтернативы возможно в благоприятной обстановке, позволяющей адекватно и рационально перестроить систему потребностей личности, а именно – при условии осознания человеком внутреннего опыта и принятия его. Так, в качестве основы саморазвития В.Г.Маралов выделяет **самопринятие** [11].

В отечественной психологической школе самопринятие, в целом, понимается как позитивный смысл «Я» и традиционно рассматривается через призму самоотношения (Д.А.Лепонтёв, С.Р.Пантилеев, Н.К.Радица, Е.В.Селезнева, В.В.Столин и др.). Анализы самопринятия в контексте саморазвития осуществлялись Е.П.Киселевой, В.Г.Мараловым, Н.Л.Прохоровой, С.М.Рогожниковой, С.В.Яремчук и др. учеными.

Идея включения самопринятия в систему саморазвития личности обладает особенной актуальностью в юношеском возрасте, одной из центральных задач которого является формирование эго-идентичности. Исследование С.Р.Панталева показало, что аутосимпатия и принимающее отношение к себе выступает ядром самоотношения у старшеклассников и студентов [13]. Таким образом, самопринятие является крайне важным элементом психологического здоровья и благополучия юношей, а также осуществления их слаженного развития и саморазвития. Эти сведения придают изучению самопринятия в молодежной среде статус очень актуального исследовательского направления.

Становится очевидной целесообразность изучения одновременно двух параметров, участвующих в саморазвитии молодежи: *перфекционизма* как воплощения самосовершенствования и *самопринятия* как базового механизма и условия адекватного саморазвития.

С целью выявления взаимосвязей перфекционизма и самопринятия учащейся молодежи было проведено эмпирическое исследование на выборке из 360 респондентов, обучающихся в учреждениях различного образовательного уровня (школы, училища, техникумы). Среди них 174 юноши и 186 девушек в возрасте от 16 до 18 лет. Сведения об испытуемых представлены в таблице 1.

Таблица 1.

Описание выборки исследования

Возраст	СОШ		НПО		СПО		Итого		Всего
	М	Ж	М	Ж	М	Ж	М	Ж	
16	29	31	30	23	20	25	79	79	158
17	34	32	17	17	16	23	67	72	139
18	4	7	5	6	19	22	28	35	63
Итого	67	70	52	46	55	70	174	186	360
Всего	137		98		125		360		360

Для диагностики самопринятия использовался «Опросник самоотношения» В.В.Столина, в частности, – шкала «самопринятие» [7]. Изучение перфекционизма осуществлялось посредством методики «Опросник перфекционизма» Н.Г.Гаранян и А.Б.Холмогоровой [16].

По результатам исследования обнаружено нормальное распределение данных по параметру «Перфекционизм», где большая часть испытуемых демонстрирует средние показатели (таблица 2).

Таблица 2.

Количественное распределение выраженности диагностируемых признаков в самоотчетах учащихся (в %)

Измеряемый признак	Уровень выраженности		
	Низкий	Средний	Высокий
Перфекционизм	15,8	69,2	15
Самопринятие	6,9	51,3	41,8

В то же время, наблюдается явная асимметрия в сторону более высоких значений по шкале «Самопринятие». Это наводит на размышления о том, что образ Я в юношеском возрасте либо носит преимущественно положительные черты, либо характеризуется отрицанием некоторых особенностей своей личности, недостаточной рефлексивностью и осознанностью, а также демонстрацией социальной желательности.

По результатам математической обработки данных (по U-критерию Манна-Уитни) не выявлено сколь-нибудь значимых различий в измеряемых признаках юношей и девушек, образовательный уровень респондентов также не существенен. Это свидетельствует об однородности выборки и доминирующем влиянии субъективных переменных на саморазвитие в юношеские годы. Возрастной динамики также не зафиксировано.

Вместе с тем, статистический анализ полученных данных обнаружил достоверные отрицательные корреляции самопринятия с интегральным показателем перфекционизма (по критерию Спирмена коэффициент значим для $p \leq 0,0001$), свидетельствуя о взаимном отталкивании явлений. Проведенное исследование демонстрирует особенности соотношения изученных компонентов саморазвития: повышение

уровня принятия себя сопровождается уменьшением степени выраженности негативных перфекционных тенденций, и напротив, интенсификация перфекционизма сопровождается снижением степени доверия и симпатии к себе. Это сообщает о психологических трудностях в реализации стратегий саморазвития студенческой молодежи.

Таблица 3.

Результаты факторизации структурных компонентов саморазвития учащихся

Наименование фактора	Объяснительная способность	Наполняемость	Нагрузка
Саморазвитие	35,4	Перфекционизм	-0,758
		Самопринятие	0,768



Рис. 1. Концепция антагонистического функционирования самосовершенствования и самопринятия в системе саморазвития личности учащейся молодежи (гипотетическая модель)

Факторный анализ с использованием вращения varimax подтвердил разнонаправленность перфекционизма и самопринятия (табл. 3). Следовательно, принятие себя с построением позитивного образа Я и чрезмерное стремление к самосовершенствованию составляют разнонаправленные тенденции, свиде-

тельствующие о слабо совместимых путях саморазвития в ситуации, когда они принимают крайние формы. Данные в совокупности объясняют $\approx 35\%$ общей дисперсии.

Таким образом, реализованный научно-исследовательский проект демонстрирует дихотомию «перфекционизм – самопринятие» в

системе саморазвития личности учащихся различных образовательных систем (СОШ, НПО и СПО). Предпримем попытку визуализировать концепцию антагонистичности тенденций самосовершенствования и самопринятия (рис. 1).

В ситуации максимально возможного самопринятия, сопряженного с низким стремлением к самосовершенствованию (квадрант 1) можно судить о *безусловном принятии*. Данная трактовка отражает негативную сторону самопринятия – снобизм и самодовольство (Маралов В.Г.), переоценка своих личностных особенностей (Киселева Е.П.), психологическая защита, не допускающая в сознание травмирующих знаний о себе (Рогожников С.М.).

Комбинация гиперболизированных самосовершенствования с самопринятием (квадрант 2) свидетельствует об *иллюзорности образа Я*, поскольку высокие самооценки об изучаемых явлениях, вероятно, содержат установки социальной желательности респондентов, вскрывают их защитные реакции и оборонительные позиции, в целом - отражают противоречия в смысловой сфере юношей [17].

Непринятие себя сопряженное с компульсивным стремлением к совершенству (квадрант 3) ассоциируется с *перфекционизмом*, как он есть – чрезмерное стремление достичь идеала, заданного общественными ожиданиями, диссонирующего с личными интересами перфекциониста. В таких условиях увеличивается рассогласование Я-переживаемого и Я-подлинного, а личностные преобразования происходят за счет отрицания внутреннего опыта. Это снижает удовлетворенность собой, приводит к самоистязанию и, в попытке компенсации, усиливает самосовершенствование.

Наиболее опасное для личности сочетание отображается в квадранте 4 - не терпимое отношение к себе и при этом не желание изменяться содержит высокий *риск развития психопатологий*. Подтверждением сей версии служат результаты исследования Н.И. Медведева – лица с повышенной невротизацией характеризуются низким самопринятием, а также пассивным отношением к жизненной ситуации и сниженным уровнем общей субъектности [12].

Мы считаем наиболее *оптимальным для саморазвития* личности учащейся молодежи незначительные колебания в степени изучаемых явлений, т.е. периодическое критическое отношение к себе и своей жизни сопряженное с

трансформацией сложившихся условий. Именно так, поступательно и уравновешенно, принятие человеком себя и своего опыта ведет к созданию идеального образа Я с учетом *своих истинных* целей и ценностей, помогает в процессе совершенствования приблизиться к *своему подлинному Я* и помочь ему раскрыться в наиболее конструктивном и комфортном варианте.

Итак, нами предположена разработка оригинального представления о психологической структуре саморазвития, включающая самопринятие и самосовершенствование и обнаруживающая вероятные альтернативы развития.

Практическая значимость выявления закономерностей саморазвития во многом обусловлена противоречием между стремлением молодежи к развитию собственной личности и недостаточной научной разработкой детерминант этого процесса, дефицитом научно обоснованных программ, способствующих благополучному раскрытию внутренних ресурсов. В результате проведенной нами работы получены данные, которые целесообразно внедрить в основу методических рекомендаций, способствующих созданию благоприятных психолого-педагогических условий для саморазвития учащихся различных образовательных учреждений.

Литература

1. Барышева, Т.А. Психологическая структура креативности (опыт эмпирического исследования) / Т.А.Барышева // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И.Герцена. - 2012. - № 145. - С. 54-64.
2. Богоявленская, Д.Б. Особенности развития личности с гармоничным и дисгармоничным типом одаренности / Д.Б.Богоявленская, М.Е.Богоявленская // Российский психологический журнал. - 2008. - Т. 5. - № 4. - С. 11-21.
3. Валуйская, Т.Л. Психологические особенности студентов-отличников / Т.Л. Валуйская // Аняевские чтения – 2009: Материалы научной конференции. – СПб., 2009. – Вып. 2. – С. 91-93.
4. Гаврилова, Е.А. Индивидуально-психологические особенности руководителей с высокой успешностью профессиональной самореализации / Е.А.Гаврилова // Вестник Костромского государственного университета им. Н.А.Некрасова. Серия: Педагогика. Психология. Социальная работа. Ювенология. Социокинетика. - 2010. - Т. 16. - № 1. - С. 158-162.
5. Дементий, Л.И. Личностные особенности и типология успешных и неуспешных личностей /

- Л.И. Дементий, О.П. Нечепоренко // Вестник Омского университета. – 2011. - № 2. – С. 277-284.
6. *Ермаков, П.Н.* Психофизиологические и психологические особенности одаренных старшеклассников, испытывающих психологические трудности / П.Н.Ермаков, Л.А.Дикая, Е.Б.Кац // Российский психологический журнал. - 2009. - Т. 6. - № 3. - С. 10-21.
 7. *Кольшко, А.М.* Психология самоотношения / А.М.Кольшко. - Гродно: ГрГУ, 2004. – 102 с.
 8. *Косороткина, М.С.* Перфекционизм как личностная детерминанта эффективности управленческой деятельности / М.С.Косороткина // Акмеология. - 2013. - № 3. - С. 163-164.
 9. *Ларских, М.В.* Особенности формирования управленческих компетенций у студентов с высоким уровнем перфекционизма / М.В.Ларских, С.Р.Соловьева // Вестник Воронежского государственного технического университета. - 2013. - Т. 9. - № 5-2. - С. 172-176.
 10. *Малкина-Пых, И.Г.* Исследование самоактуализации и перфекционизма в структуре личности / И.Г.Малкина-Пых // Мир психологии. – 2010. - № 1. – С. 208-217.
 11. *Маралов, В.Г.* Основы самопознания и саморазвития / В.Г.Маралов. - М.: Издательский центр «Академия», 2004. – 256 с.
 12. *Медведев, Н.Н.* Самоотношение невротизированных личностей и личностей, больших невротом / Н.Н. Медведев // Материалы Международного молодежного научного форума «ЛОМОНОСОВ-2010» / Отв. ред. И.А.Алешковский, П.Н.Костылев, А.И.Андреев, А.В.Андрянов [Электронный ресурс]. - М.: МАКС Пресс, 2010. - Режим доступа: http://lomonosov-msu.ru/archive/Lomonosov_2010/19.htm, свободный.
 13. *Пантилеев, С.Р.* Самоотношение как эмоционально-оценочная система / С.Р.Пантилеев. - М.: Изд-во Московского университета, 1991. - 100 с.
 14. *Ромах, О.В.* Характеристика психических факторов талантливой личности / О.В.Ромах, А.О.Слепцова // Аналитика культурологии. - 2011. - № 20. - С. 68-75.
 15. *Талаш, Е.Ф.* Отражение феномена перфекционизма в российских научных публикациях / Е.Ф.Талаш // Вестник Балтийского федерального университета им. И.Канта. – 2012. - № 11. - С. 79-87.
 16. *Юдеева, Т.Ю.* Перфекционизм как личностный фактор депрессивных и тревожных расстройств: автореф. дис. ...канд. психол. наук: 19.00.04 / Юдеева Т.Ю. – М., 2007. – 25 с.
 17. *Яремчук, С.В.* Проблема принятия себя в юношеском возрасте / С.В.Яремчук // Известия Сочинского государственного университета. - 2012. - № 4. - С. 207-212.
 18. *Яремчук, С.В.* Место саморазвития среди смежных категорий в представлениях молодежи [Электронный ресурс] / С.В.Яремчук // Организация работы с молодежью. - 2012. - № 10; URL: www.es.rae.ru/ovw/207-915 (дата обращения 15.05.2014).

УДК 159.9.072.432

МНОГОМЕРНОСТЬ МЫШЛЕНИЯ И ПЕДАГОГИЧЕСКАЯ ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ

А.К.Белолуцкая

Аннотация

В статье формулируется ряд теоретических положений, касающихся актуальной проблематики изучения творческого мышления. Вводится различие таких понятий, как «гибкость» и «многомерность» мышления. На материале анализа результатов качественного эмпирического исследования описана трехуровневая модель возможных творческих преобразований, возможных в профессиональной деятельности взрослых специалистов на примере педагогической профессии.

Ключевые слова: гибкость, многомерность мышления, диалектическая структуры, профессиональное творчество, педагогическая деятельность.

Abstract

This article covers a number of thesis concerning actual problematics of creative thinking. The differentiation between «flexibility» and «multidimensionality» of thinking is made. Three-leveled model of possible creative transformations based on the results of the empirical research is introduced with the help of cases taken from school pedagogs' work.

Keywords: flexibility, multydimensionality of thinking, dialectical structure, professional creativity, pedagogical activity.