

## ЭКСПЕРИМЕНТАЛЬНОЕ ИССЛЕДОВАНИЕ САМОПОЗНАНИЯ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ В ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЙ СРЕДЕ ВУЗА

© 2015 Е.С.Сорокоумова, В.Г.Катанова

Московский государственный гуманитарный университет им. М.А.Шолохова

Статья поступила в редакцию 20.12.2014

В статье рассматриваются предварительные результаты экспериментального исследования самопознания личности студентов в образовательной среде высшей школы.

*Ключевые слова:* личностное самоопределение; образовательный процесс; саморазвитие; эксперимент.

Проблемная ситуация, возникающая в современной системе образования, связана с трудностями перехода от традиционного образования к личностно-ориентированному. Актуальность проблемы исследования в современной системе образования направлена не только на получение предметных знаний при становлении будущих специалистов, но и на получение знаний о самом себе, т.е. самопознание с целью совершенствования, как в личностной, так и профессиональной сферах. Самопознание – это начало процесса самосознания, которое является неотъемлемым критерием в становлении личности (Л.И.Божович, Л.С.Выготский, Д.И.Фельдштейн)<sup>1</sup>.

В нашем исследовании под самопознанием мы понимаем с одной стороны как процесс получения знаний о себе, о социуме, о своих смыслах жизни, с другой стороны самопознание – это результат становления профессионала как личности. Данный аспект является особенно важным в подготовке специалистов помогающих профессии (педагогов, психологов, социальных работников и т.д.), для которых личность является средством профессиональной деятельности.

При этом основой, процессом и результатом развития личности профессионала является профессиональное самопознание студента.

В современной отечественной и зарубежной психологии выполнено много исследований, посвященных различным психологическим аспектам личностного развития студентов, профессиональной деятельности и профессионализации личности. Б.Г.Ананьев, В.В.Белоус, Э.Ф.Зеер, И.А.Зимняя, Е.А.Климов посвятили фундаментальные, экспериментальные и прикладные исследования проблеме развития личности специалиста в период обучения в вузе. Личностный подход в профобразовании студентов предполагает представление об абсолютной ценности личности, создании условий для целостного развития и самореализации субъектов образовательного процесса. К.А.Абульханова-Славская, М.Р.Гинзбург, Е.И.Головах в своих исследованиях рассматривают и связывают процессы профессионального самоопределения с выбором образа жизни, личностным самоопределением. Выбирая профессию, человек планирует способ существования, соотнося свой будущий профессиональный статус со смысловыми ценностями. Наиболее последовательно и разносторонне вопросы профессионального самоопределения субъекта рассматриваются в работах Э.Ф.Зеера, Е.А.Климова, Н.С.Пряжникова.

Несмотря на достаточную изученность данной проблемы, все еще существует противоречие между требованиями общества к обучению студента не только как профессионала, но и как личности, а с другой стороны все еще процесс обучения остается односторонним – подготовка профессионала. Согласно Е.А.Сорокоумовой понятие самопознания студентов в процессе обучения в Вузе, под которым мы понимаем процесс получения знаний о самом себе путем выделения себя среди других, идентификация и обособления себя от других людей на основе

<sup>1</sup> Сорокоумова Елена Александровна, доктор психологических наук, профессор кафедры менеджмента и социальной психологии. E-mail: [cea51@mail.ru](mailto:cea51@mail.ru)

Катанова Виктория Григорьевна, аспирант кафедры менеджмента и социальной психологии.

E-mail: [VikaNG11@gmail.com](mailto:VikaNG11@gmail.com)

<sup>1</sup> Божович, Л.С. Проблемы формирования личности: Избранные психологические труды / Божович, Л.С.; под ред. Д.И.Фельдштейна; вступ. ст. Д.И.Фельдштейна. 3-е изд. – М.: Московский псих-соц. ин-т, Воронеж: НПО «МОДЭК», 2001. – 352 с.; Выготский, Л.С. Педагогическая психология / Л.С.Выготский; под ред. В.В.Давыдова. – М.: Педагогика-Пресс, 1999. – 536 с.; Фельдштейн, Д.И. Психология становления личности / Д.И.Фельдштейн. – М.: Межд. пед. академия, 1994. – 190 с.

сравнивания себя с ними и с самим собой в прошлом, настоящем и отдаленном будущем<sup>2</sup>.

Учебный процесс в системе высшего профессионального образования играет решающую роль в развитии и накоплении опыта познавательной самостоятельности студентов как основы овладения любыми, в том числе и профессиональными, знаниями. Но и в общеобразовательных школах, и в учреждениях среднего и высшего профессионального образования обучение сосредоточивается в основном на формировании знаний, умений и навыков, а развитию способности студентов к познавательной самостоятельности внимания уделяется мало. Возникновение принципиально новых «измерений» действительности, себя и другого человека, раскрывающих смысл его существования, есть проблема, которая может быть решена при условии обучения учащегося пониманию, т.е. находить, порождать и интерпретировать личностные смыслы<sup>3</sup>.

Профессионализм всегда предполагает определенную ограниченность развития личности кругом задач, решаемых в процессе данного вида деятельности. В то же время в жизни каждого человека возможны обстоятельства, требующие перехода от ролевых отношений к личностно-смысловым. Чаще всего это происходит в тех случаях, когда перед личностью возникает проблемно-конфликтная ситуация, разрешить которую с помощью ранее усвоенных стереотипов социального поведения представляется затруднительным. И тогда от человека требуется повышенная способность к ориентировке в сложной системе ее смыслообразующих мотивов и личностных смыслов. Именно в подобных положениях свободного выбора личность особенно рельефно проявляется как субъект деятельности<sup>4</sup>.

Проблему постижения будущим специалистом смысла профессиональной деятельности многие исследователи связывают с личностным ростом студентов, который рассматривается как позитивные изменения человека в реальных формах активности, вызванные интересами и потребностями профессионально значимого совершенствования. Существующая система подготовки студентов не считает личностный рост самостоятельным направлением работы. Вместе

с тем расширение возможностей психологической практики делает актуальной задачу психологического сопровождения личностного роста студентов в ходе обучения.

Принципиальное отличие данной психологической технологии от теории и практики самовоспитания в том, что на всех этапах деятельность студента и практического психолога неотделима. В психологии уже сложилась практика разрешения проблем методом группового психологического тренинга. В этом случае наиболее эффективным оказывается тренинг личностного роста, представляющий собой совокупность психотехнических приемов, направленных на развитие навыков самопознания, саморегуляции и общения.

Таким образом, ключевой проблемой современного высшего образования является создание условий для готовности и способности выпускника к осуществлению субъектно-опосредованной профессиональной деятельности, частному. В итоге они вместе с учителем: а) открывают в рассматриваемом объекте определенные существенные особенности (теоретические обобщения); б) фиксируют в своей учебной деятельности ряд содержательных мыслительных действий (способы теоретического мышления).

Центральной проблемой инновационного обучения является проблема обогащения сознания субъектов образовательного процесса, т.е. совершенствование сознания путем активного приобретения и включения новых знаний о мире через актуализацию знаний о себе самом, своем месте в окружающем мире на основе как межличностного, так и опосредованного взаимодействия участников учебного процесса. Таким образом, выделенные и рассмотренные нами составляющие обогащения сознания, при достаточной их сформированности и функционировании, позволяют подниматься человеку на более высокую ступень своего развития, осознавать свою уникальность, неповторимость, необходимую для понимания себя как субъекта обучения, общения и взаимодействия.

*Целью нашего исследования* является процесс становления самопознания в процессе понимания себя как профессионала и как личности под влиянием взаимодействия и общения со студентами, сверстниками, педагогами в получении профессиональных знаний.

Эксперимент ставил своей целью изучить сформированность у студентов: 1) понимание психологических текстов; 2) понимание смысла жизни; 3) понимание и оценивание себя; 4) понимание жизненных ситуаций. В эксперименте

<sup>2</sup> Сорокоумова, Е.А. Этапы экспериментального исследования развития самопознания в процессе обучения / Е.А.Сорокоумова // Известия Самарского научного центра РАН. – 2014. – Т. 16. №2. – С. 124 – 132.

<sup>3</sup> Сорокоумова, Е.А. Этапы экспериментального исследования .... – С. 124 – 132.

<sup>4</sup> Сорокоумова, Е.А. Этапы экспериментального исследования .... – С. 124 – 132.

приняло участие 60 студентов МГТУ им. М.А.Шолохова. Для определения глубины понимания содержания текста была использована методика, разработанная Е.А.Сорокоумовой и использована методика, которая предполагала чтение текста и выбор одного из трех ответов по каждому из пяти вопросов. Один ответ соответствует низкому уровню глубины понимания содержания текста (0 баллов); второй ответ отражает средний уровень глубины понимания (1 балл); третий ответ – высокий уровень глубины понимания (2 балла). Кроме того, замерялось время, и фиксировались особенности чтения текста студентом.

Определение уровня глубины понимания и оценивания студентом себя самого проводилось с помощью модифицированной Е.А.Сорокоумовой нами методики Дембо-Рубинштейн. Методика состоит из трех групп шкал. Размер каждой шкалы – 100 мм. Каждый сантиметр на шкале соответствует 10 баллам. Первая группа включала пять шкал, соответствующих пониманий и оцениванию студентами своих физических качеств (Я-физическое): красота, рост, сила, здоровье, полнота. Вторая группа шкал предлагала оценку социальных качеств ребенка (Я-социальное): честности, воспитанности, вежливости, общительности, доброжелательности. Третья группа, также состоит из пяти шкал и соответствует пониманию и оцениванию детьми своих личностных качеств (Я-духовное): доброта, ум, чуткости, отзывчивости, внимательности. Испытуемым предлагалось отметить черточкой или крестиком свое место на каждой шкале. При обработке результатов измерялось расстояние от нижней точки шкалы до отметки испытуемого. Затем подсчитывалась средняя величина по каждой группе шкал и вычислялась средняя величина по результатам исследования самооценки. Расстояние от 0 до 33 мм соответствует низкому диапазону показателей уровня самооценки. Расстояние от 33 мм до 66мм – диапазон среднего уровня самооценки. Расстояние от 66 мм до 100 мм – высокие показатели уровня самооценки.

Для выявления уровня понимания ситуаций взаимодействий и общения, связанных с учебным процессом, была использована модификация шкалы тревожности, разработанной по принципу шкалы ситуативной тревоги Кондаша (1973). Испытуемым предлагалось 30 ситуаций, с которыми они часто встречаются в школе. В соответствии с инструкцией требовалось зачеркнуть одну из трех цифр: цифру 0 – если ситуация не вызывает беспокойства; цифру 1 – если ситуация немного волнует и цифру 2 – если ситуация волнует или вызывает страх. При обработке

подсчитывалась общая сумма баллов: от 0 до 20 баллов – низкий уровень тревожности; от 21 до 40 баллов – умеренный уровень тревожности; от 41 до 60 баллов – высокий уровень тревожности.

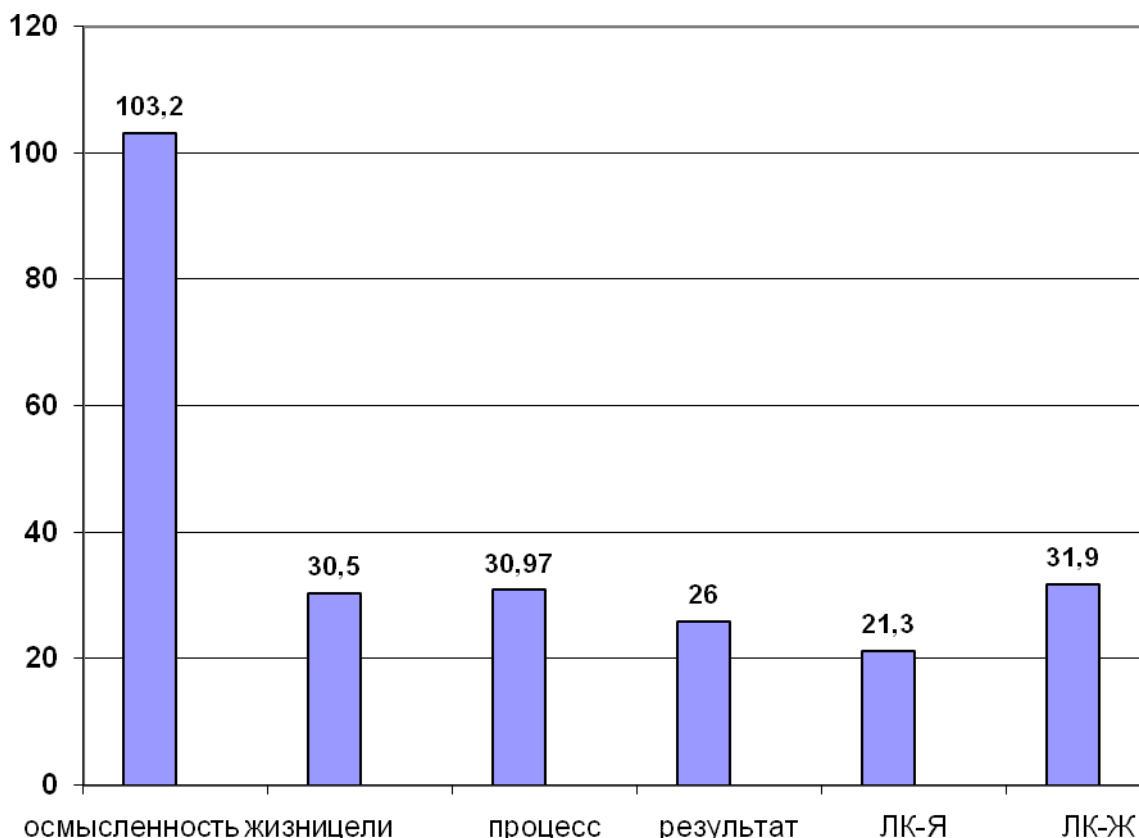
Для выявления уровня осмысленности жизни был использован тест смысложизненных ориентаций Д.А. Леонтьева. Составляющие смысла жизни, согласно теоретическим предпосылкам опросника СЖО, разбиваются на две группы. В первую входят собственно смысложизненные ориентации: цели в жизни (будущее), насыщенность жизни (настоящее) и удовлетворенность самореализацией (прошлое). Человек же может черпать смысл жизни либо в одном, либо в другом, либо в третьем (или во всех трех этих составляющих). Во вторую группу входят два фактора, характеризующие внутренний локус контроля, с которым осмысленность жизни также тесно связана. Опросник состоит из 20-ти пар противоположных утверждений, испытуемому предлагается выразить степень своего согласия с одним из утверждений в каждой паре.

Показатели теста включают в себя общий показатель осмысленности жизни (ОЖ), а также пять субшкал, отражающих три конкретные смысложизненные ориентации и два аспекта локуса контроля: 1) «Цели в жизни». Характеризует целеустремленность, наличие или отсутствие в жизни испытуемого целей (намерений, призвания) в будущем, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу. 2) «Процесс жизни или интерес и эмоциональная насыщенность жизни». Определяет удовлетворенность своей жизнью в настоящем, восприятие процесса своей жизни как интересного, эмоционально насыщенного и наполненного смыслом. Содержание этой шкалы совпадает с представлением о том, что единственный смысл жизни состоит в том, чтобы жить. 3) «Результативность жизни или удовлетворенность самореализацией». Измеряет удовлетворенность прожитой частью жизни, оценку пройденного отрезка жизни, ощущение того, насколько продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. 4) «Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни)». Характеризует представление о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями и представлениями о ее смысле, контролировать события собственной жизни. 5) «Локус контроля – жизнь или управляемость жизни». Отражает убежденность в том, что человеку дано контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь, убежденность в том, что жизнь человека подвластна сознатель-

ному контролю. Таким образом, предполагалось, что четыре указанных показателя, замеренных в условиях традиционного обучения, позволят выявить исходный уровень становления двух аспектов понимания (когнитивного и личностного) в развитии самопознания студентов.

Изучение понимания учебных текстов студентами, проведенное с 60 студентами 1 – 2 курсов, подтвердило, что традиционные методики работы с текстом направлены на развитие когнитивной сферы и не обеспечивают формирования

у студентов взаимосвязи основных аспектов понимания. На рис. 1 указаны средние тенденции смысложизненных ориентаций у студентов, принявших участие в исследовании. Согласно данным, представленным на рис. 1, среднее значение общей осмысленности жизни в выборке составило 103,2 балла. Полученный показатель соответствует нормативным значениям, как для мужской, так и для женской выборки взрослых людей.



**Рис. 1.** Средние значения смысложизненных ориентаций у студентов – будущих психологов (баллы)

Средний показатель жизненных целей составил 30,5 балла. Данное значение также соответствует средним показателям у взрослых. Среднее значение субшкалы «процесс жизни» у студентов составляет 30,97 балла. Полученное значение соответствует нормативному показателю. Средние тенденции субшкалы «результативность жизни или удовлетворенность самореализацией» соответствуют 26 баллов. По данным по данным Е.А.Петровой и А.А.Шестакова, средний показатель по данной шкале составляет 29,83 балла. Среднее значение Локус контроля – Я (Я – хозяин жизни) в исследуемой выборке студентов составило 21,3 балла, что также является нормой средние нормативных показателей. Средний уро-

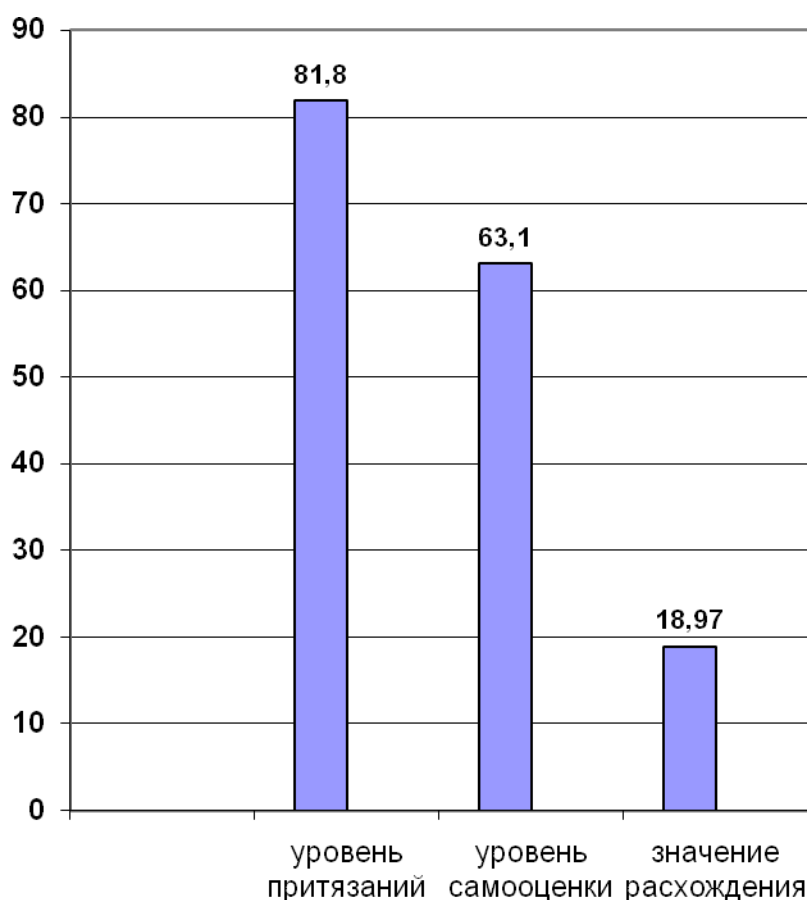
вень Локус контроля – жизнь или управляемости жизни у студентов соответствует 31,9 балла. Данное значение является немного выше нормативного.

Таким образом, исследование показало уровень, как общего показателя осмысленности жизни, так и смысложизненных ориентаций у студентов – будущих психологов соответствует средненормативными показателями. Студенты – будущие психологи отличаются достаточной сформированностью жизненных целей в своем будущем, придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, достаточной удовлетворенностью процессом своей жизни считая ее интересной, эмоционально на-

сыщенной и наполненной смыслом. Но при этом проявляется недостаточная удовлетворенность пройденного отрезка жизни, ощущение того, что не в полной мере продуктивна и осмысленна была прожитая ее часть. Наряду с этим результаты показали, что студенты, на данном этапе, отличаются достаточной уверенностью в своих силах контролировать события собственной жизни, и в то, что они способны сами контролировать свою жизнь, свободно принимать решения и воплощать их в жизнь.

На рис. 2 указаны средние тенденции уровня понимания и оценивания студентом себя самого.

Согласно полученным данным, в целом студенты-психологи отличаются реалистическим уровнем притязаний и самооценки по всем шкалам опросника, что позволяет их характеризовать как людей с оптимальными представлениями о своих возможностях. Испытуемые считают, что способны правильно оценить результаты своей деятельности, склонны в неблагоприятных ситуациях обвинять себя, а не окружающих и обстоятельства, проявляют достаточную чувствительность к своим ошибкам, неудачам, замечаниям и оценкам окружающих, что является важным фактором личностного развития.



**Рис.2.** Средние значения самооценки студентов – будущих психологов (баллы)

**Таб. 1.** Взаимосвязь уровня субъективного контроля и смысложизненных ориентаций (rs)

Методика самооценки	Смысложизненные ориентации					
	Цели	Процесс	Результат	ЛК-Я	ЛК-Ж	Осм.ж.
УП	0.045	0.33	0.336	0.243	0.231	0.32
УС	0.064	0.435	0.278	0.312	0.383	0.353

Таким образом, полученные результаты характеризуют студентов – будущих психологов, как людей с реалистичным уровнем понимания и оценивания себя самого. В таб. 1 представлены уровни взаимосвязи уровня субъективного контроля и смысложизненных ориентаций в исследуемой выборке.

Согласно полученным данным, уровень притязаний, отражающий уровень стремления к достижению цели, имеет значимую прямую связь с общим показателем осмысленности жизни ( $rs=0,32$ ), процессом жизни ( $rs=0,33$ ), удовлетворенностью самореализацией

( $r_s=0,336$ ). Находится в отрицательной взаимосвязи с жизненными целями ( $r_s=0,045$ ), Локусом контроля – Я ( $r_s=0,243$ ), Локусом контроля – жизнь ( $r_s=0,231$ ).

Рис. 3 отражает степень тесноты взаимосвязи уровня притязаний со смысложизненными ориентациями. Согласно диаграмме, наибольшая взаимосвязь прослеживается между уровнем притязаний и процессом жизни, удовлетворенностью самореализацией, общим показателем осмысленности жизни. Отсутствует взаимосвязь между уровнем притязаний и жизненными целями, Локусом контроля – Я, Локусом контроля – жизнь. Представленные данные позволяют кон-

статировать, что уровень притязаний влияет на процесс жизни, удовлетворенность самореализацией и общий показатель осмысленности жизни. Уровень самооценки, отражающий уровень представлений студентов о важности своей личной деятельности среди других людей и оценивание себя и собственных качеств и чувств, имеет значимые прямые связи с процессом жизни ( $r_s=0,435$ ), удовлетворенностью самореализацией ( $r_s=0,278$ ), Локусом контроля – Я ( $r_s=0,312$ ), Локусом контроля – жизнь ( $r_s=0,383$ ) и общим показателем осмысленности жизни ( $r_s=0,353$ ). Находится в отрицательной взаимосвязи с жизненными целями ( $r_s=0,064$ ).

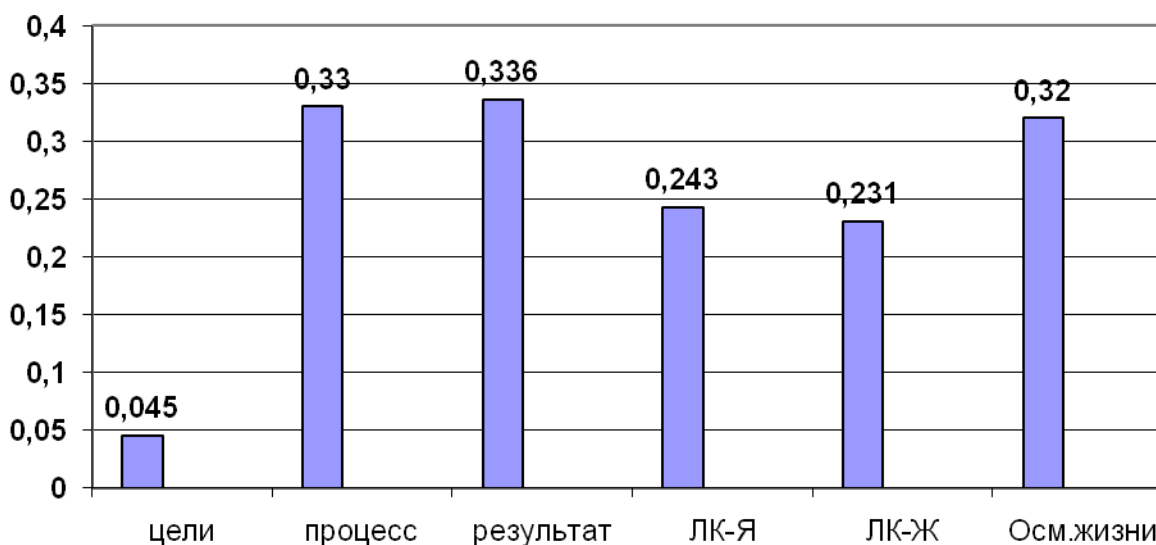


Рис.3. Теснота взаимосвязи уровня притязаний со смысложизненными ориентациями ( $r_s$ )

На рис. 4 представлены уровни взаимосвязи уровня самооценки со смысложизненными ориентациями, позволяющие оценить, какие жизненные смыслы наиболее зависят от адекватной самооценки человека. Согласно данным диаграммы, прослеживается наиболее тесная связь уровня самооценки с процессом жизни, удовлетворенностью самореализацией, локусом контроля-Я, локусом контроля-Ж, общим показателем осмысленности жизни. Полученные результаты показывают, что уровень уверенности наиболее сильно влияет на осмысленность жизни, направленность и временную перспективу, продуктивность жизни, веру в свои силы контролировать события собственной жизни. Таким образом, студенты, имеющие оптимальное представ-

ление о своих возможностях, отличаются достаточно высоким уровнем смысложизненных ориентаций: они более удовлетворены своей жизнью в настоящем и самореализацией, более уверены в своих силах контролировать события собственной жизни, и в то, что они способны сами контролировать свою жизнь, свободно принимать решения. Меньше всего уровень притязаний и уровень самооценки связаны с целями жизни, которые придают жизни осмысленность, направленность и временную перспективу, а так как, общий уровень ОЖ достаточно высок, это говорит нам о том, возможно студенты живут сегодняшним и вчерашним днем, они ставят цели, удовлетворены результатом, но не долгосрочную перспективу.

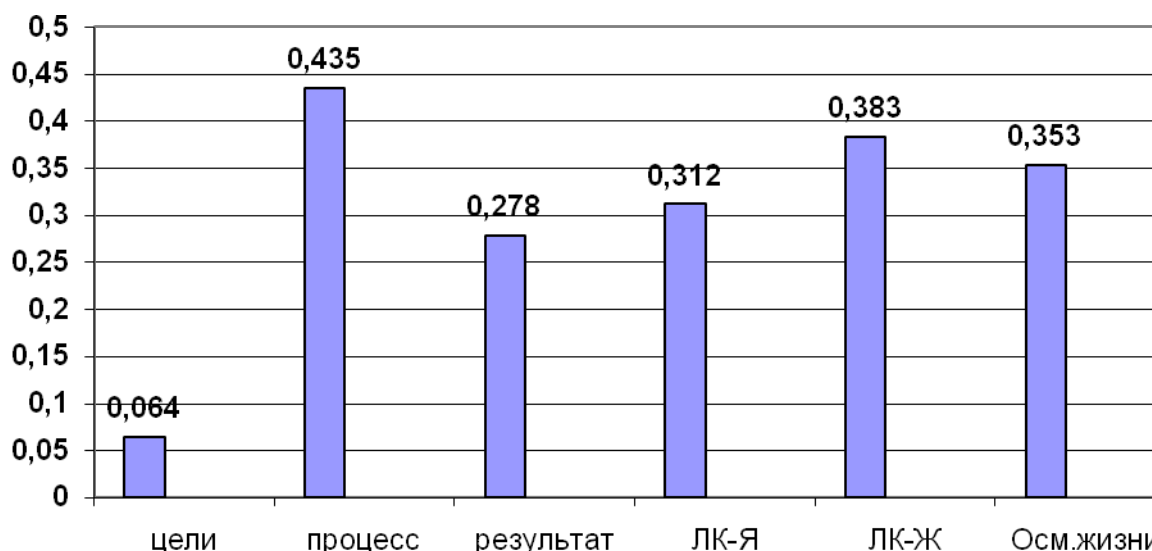


Рис.4. Теснота взаимосвязи уровня самооценки со смысложизненными ориентациями (rs)

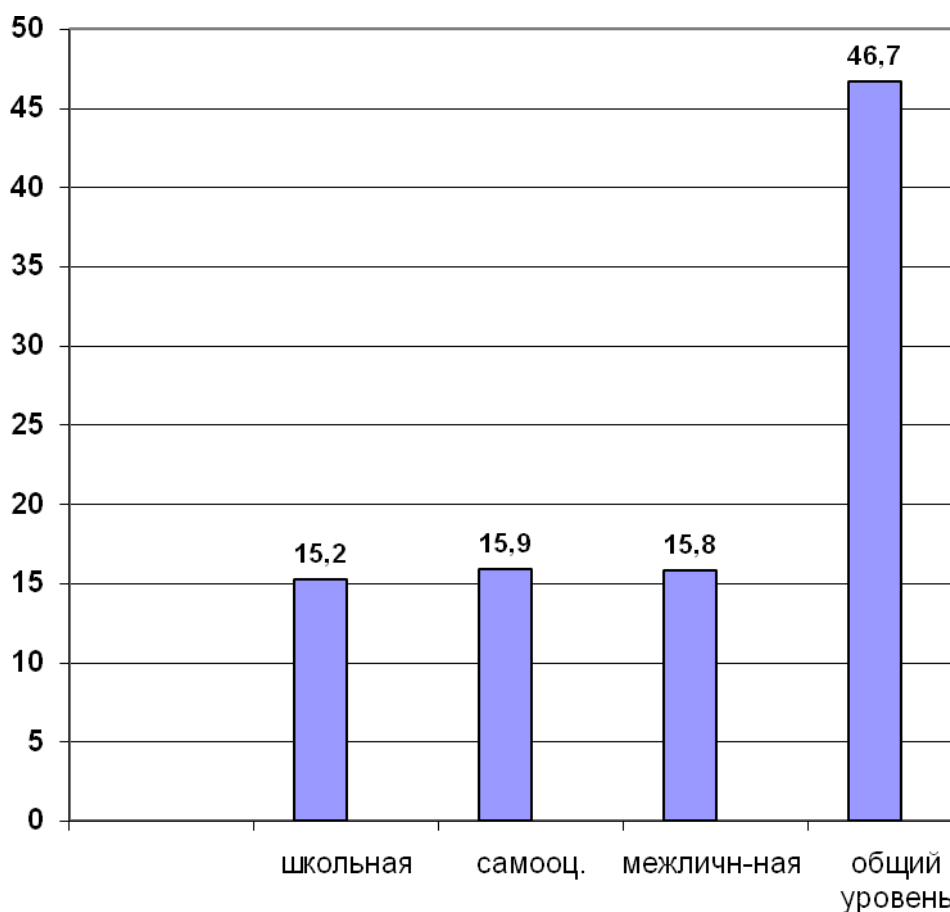


Рис.5. Средние значения тревожности студентов – будущих психологов (баллы)

На рис. 5 указаны средние значения уровня тревожности студентов. Согласно полученным данным, в целом студенты отличаются умеренным уровнем частной тревожности, что нельзя сказать об общем уровне тревожности, так как он является несколько повышенным. Таким образом, их можно характеризовать как людей с

устойчивой самооценкой и самоуважением, они верят в себе и в свои силы, открыты общению, новому опыту. А это способствует полноценному развитию личности студента и отражается его статусном положении в группе. Таким образом, полученные результаты характеризуют студентов – будущих психологов, как людей с доста-

точно сформированным самоуважением и чувством уверенности в себе, они более самостоятельны и менее внушаемы. Юность является этапом формирования самосознания, этапом человеческой близости, когда ценности дружбы, любви, интимной близости могут быть первостепенными<sup>5</sup>.

В студенческом возрасте появляется осознание своей необратимости, понимание конечности своего существования. Именно понимание неизбежности смерти заставляет человека всерьез задуматься о смысле жизни, о своих перспективах, о своем будущем, о своих целях. Жизненный план начинает охватывать всю сферу личного самоопределения: моральный облик, стиль жизни, уровень притязаний; происходит осознание своих целей, жизненных устремлений, выработка жизненного плана<sup>6</sup>.

Так же формируется целостное представление о самом себе, отношении к себе, причем вначале осознаются и оцениваются студентом особенности его тела, внешности, привлекательности, а затем уже морально-психологические, интеллектуальные, волевые качества.

В результате нашего исследования было выявлено, что развитие самопознания студентов в учебной деятельности происходит в процессе понимания содержания учебного материала, выраженного в текстовой форме. Поэтому правильная организация работы с текстом, как и само его содержание, могут стать одним из путей к самопознанию.

Взаимодействие в условиях образовательной среды вуза обеспечивает адекватное понимание окружающей действительности, понимание себя и понимание других людей (студентов); личностное самоопределение студентов в условиях образовательной среды достигается: разработкой и внедрением специально разработанной психолого-педагогической программы, направленной на понимание и осознание Я-концепции, которая включает самооценку, уровень притязаний, жизненные цели и ценности и самопознание; понимание личностного самоопределения студентов выступает как психологический механизм через решение задач в процессе взаимодействия и общения<sup>7</sup>.

Не достаточная сформированность жизненных целей обуславливается неспособностью строить жизненные планы, в силу не достаточности жизненного опыта, и первостепенностью решаемых задач в становлении личности<sup>8</sup>.

<sup>5</sup>Сорокоумова, Е.А. Психология самопознания как научная основа развития субъектов обучения: коллективная монография / Е.А.Сорокоумова, И.В.Усольцева и др. – М.: МГГУ им. М.А.Шолохова, 2012. – 200 с.

<sup>6</sup>Сорокоумова, Е.А. Психологические механизмы личностного самоопределения / Е.А.Сорокоумова, З.Х.Бобоёров // Инициативы XXI века. – 2014. – № 1. – С. 49 – 51.

<sup>7</sup>Лэнгле, А. Введение в экспериментально-аналитическую теорию эмоций / А.Лэнгле // Вопросы психологии. – 2004 – № 4. Июнь – август. – С 13 – 21.

<sup>8</sup>Фельдштейн, Д.И. Психология становления ....

## EXPERIMENTAL STUDY OF SELF-IDENTITY OF STUDENTS IN THE UNIVERSITY EDUCATIONAL ENVIRONMENT

© 2015 E.A.Sorokoumova, V.G.Katanova<sup>o</sup>

Sholokhov Moscow State University for Humanities

This article discusses preliminary results of an experimental study of students' self-identity in the higher education educational environment.

*Keywords:* personal self-determination; educational process; self-development; experiment.

<sup>o</sup> Elena Alexandrovna Sorokoumova, Doctor of psychology, Professor of Department of management and social psychology. E-mail: [cea51@mail.ru](mailto:cea51@mail.ru)

Victoria Grigor'yevna Katanova, Graduate of Department of management and social psychology. E-mail: [VikaNG11@gmail.com](mailto:VikaNG11@gmail.com)