

Освоение ценностей культуры позволит развить у студентов универсальные творческие способности, продуктивное мышление, сформировать нравственные ориентиры.

Взаимоактивизация и дополнение ресурсного потенциала субъектов, входящих в микро- и макроуровень, составляют мощный воспитательный потенциал в процессе становления будущего специалиста. Субъекты макроуровня играют важную роль в организуемом образовательном процессе. Субъект-субъектные взаимоотношения преподавателей и студентов, всех участников профессионального становления специально строятся на основе сотрудничества и сотворчества.

Заключение

Исходя из полученных результатов исследования, можно сделать вывод, что перед преподавателем высшей школы стоит задача эффективного профессионального воспитания студентов посредством средовых влияний. Для эффективного решения поставленной задачи необходима оптимальная педагогическая позиция преподавателя, которая способствует развитию профессиональной культуры будущего специалиста, создает условия для трансляции новых ценностей, творческой самореализации, дает возможность студенту предъявить свои ценности, статус, предпочтения и действия. В дальнейшем такой специалист стремится творчески изменить среду обитания в соответствии с теми ценностями и ориентирами, которые были усвоены в среде профессионального воспитания учреждения высшего образования.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. **Слободчиков, В.И.** Антропологический принцип в психологии развития / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев // Вопросы психологии. – 1998. – № 6. – С. 3–17.
2. **Мясищев, В.Н.** Психология отношений / В.Н. Мясищев. – М. : Институт практической психологии ; Воронеж : МОДЭК, 1998. – 368 с.
3. Кодекс Республики Беларусь об образовании – Минск : Нац. центр правовой информации Республики Беларусь, 2011. – 400 с.
4. **Шумская, Л.И.** Диагностика воспитательного процесса в вузе / Л.И. Шумская. – Минск : Изд. Центр БГУ, 2010. – 343 с.

Поступила в редакцию 01.10.2013 г.

УДК 316.612:378.1-057.87

С.Л. БОГОМАЗ, З.В. КОСТЮКОВИЧ

САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ КАК СОДЕРЖАТЕЛЬНЫЙ КОНСТРУКТ ПРОСОЦИАЛЬНОГО ПОВЕДЕНИЯ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ В ВУЗЕ

Статья посвящена анализу изменений в ценностных ориентациях студентов последнего десятилетия. Установлена тенденция к некоторому возрастанию значимости гуманистических ценностей. Отсюда возникает проблема актуализации и развития просоциальной направленности личности студентов в соответствии с динамикой социальных изменений. Авторы анализируют механизмы, содержание и динамику развития просоци-

ального поведения студентов в процессе обучения в вузе. Акцент сделан на таком содержательном конструкте просоциального поведения, как самоактуализация. Предложена система интерактивных тренинговых занятий, которая позволяет эффективно формировать и удерживать гуманистические ценности современных студентов.

Введение

Вопрос об общечеловеческих ценностях и социально значимой мотивации является актуальным в любое историческое время, так как общество всегда нуждается в людях творческих, способных на духовное, научное и культурное возрождение. С возникновением суверенного государства в нашей стране, с развитием рыночных отношений, эгоцентрической и прагматической ориентации, в связи с угрозой исчезновения позитивной творческой индивидуальности и утраты общечеловеческих ценностей возникает острая потребность в личностях, способных творить себя и содействовать развитию и творчеству других людей.

В результате исследований последних лет обнаружилась определенная динамика изменений в ценностных ориентирах. Если к концу XX в. в белорусском обществе наблюдалось смещение акцентов в сторону прагматических ориентаций, то в последние несколько лет обнаружена тенденция к определенному возрастанию значимости гуманистических ценностей. Другими словами, в современном белорусском обществе направленность деятельности личности приобретает не столько эгоцентрический, сколько альтруистический аспект, а гуманистическая и индивидуалистическая ориентация личности при гармоничном сочетании отражаются в стремлении к самореализации

В данном контексте возникает вопрос о том, каким образом можно способствовать актуализации и развитию просоциальной направленности личности в соответствии с динамикой социальных изменений и выраженной ориентацией общества на социальный престиж и успешность.

Одним из средств развития просоциального поведения, по нашему мнению, является социально-психологический тренинг. Психологические формы работы, представляя собой средство развития просоциального поведения, делают возможным сохранение в нашем обществе людей, способных удерживать гуманистические ценности, необходимые для сохранения культуры в целом.

Основная часть

Развитие просоциального поведения в рамках социально-психологического тренинга.

В результате анализа исследований в области просоциального поведения, можно заключить, что, во-первых, просоциальное поведение включает в себя эмпатию, альтруизм и помогающее поведение; во-вторых, просоциальная направленность характерна для зрелой личности, ориентированной на самореализацию [1–5].

Просоциальное поведение трактуется нами как ресурсная модель поведения и предполагает положительное отношение к людям, признание личности другого, что отражается в способностях к эмпатии, в сотрудничестве и взаимопомощи, умении разрешать конфликтные ситуации. В свою очередь отношение к другим определяется отношением личности к себе. Кроме того, позитивные и согласованные представления о себе связаны со способностями к солидарности, сочувствию и в целом с гуманистическим отношением к миру (К.А. Абульханова-Славская, М.И. Воловикова, К. Муздыбаев и др.). Просоциальное поведение

обусловлено ценностями личности. То есть, жизненные ценности, представляя собой систему внутренних стандартов, отношений к действительности, направляют и побуждают личность к реализации соответствующих стратегий взаимодействия с миром, а также определяют цели и смыслы жизни (Ф.Е. Василюк, Б.С. Братусь, Б.Ф. Поршнев, В.А. Ядов и др.). Рассматриваемый феномен также связан с уровнем самоактуализации, поскольку мотивы и стратегии самореализующейся личности отличаются социальной значимостью и проявляются в служении общечеловеческим ценностям (Ю.Б. Гиппенрейтер, А.Л. Журавлев, А. Маслоу, В.М. Русалов, Э. Фромм и др.). Таким образом, позитивная оценка себя и своих возможностей, способность выстраивать отношения взаимопомощи и соучастия с другими людьми, гуманистическая направленность интересов, ценностей и идеалов, а также способность личности реализовывать себя на пользу обществу представляют собой целостную модель просоциального поведения.

Когда личность приходит к выводу, что ни ее собственных ресурсов, ни поддержки друзей и членов ее семьи недостаточно для разрешения сложной жизненной ситуации, она начинает искать возможность получить психологическую помощь.

В специально организованном психологическом пространстве у личности появляется возможность стать зрелой, автономной, способной выбирать и формировать свой жизненный путь. В рамках социально-психологического тренинга становится реальным не только разрешение жизненных проблем, но и раскрытие личностного потенциала, а также перенаправление внутренней энергии за пределы эгоистического Я, актуализация стратегий самореализующейся личности, которые отличаются социальной значимостью.

Предметные содержательные компоненты социально-психологического тренинга, которые могут способствовать развитию просоциального поведения у студентов в процессе обучения.

Во-первых, социально-психологический тренинг, предполагает более глубокое познание себя и активизацию работы самосознания. Осознание себя становится возможным в тренинговой группе, где моделируется система взаимоотношений, характерная для реальной жизни студентов. Это дает им возможность увидеть особенности взаимодействия между людьми и свои собственные модели поведения. Кроме того, у участников группы появляется возможность поставить себя на место партнера, идентифицировать себя ним, “сыграть” роль другого человека как для лучшего понимания его или себя, так и для знакомства новыми моделями поведения.

Таким образом, обращенность студентов к людям, стремление понять мир другого способствуют развитию оставляющих просоциальной направленности личности, а именно рефлексивных и эмпатических способностей, которые, по мнению А.Л. Журавлева, являются признаками самоактуализирующейся личности [3].

Во-вторых, в рамках тренинга создаются условия для движения человека к “себе-лучшему”, для того, чтобы личность студента становилась субъектом собственной жизни. В свою очередь, личностная автономия, согласованность представлений о себе, позитивная самооценка определяют отношение к другим людям и влияют на формирование просоциальной мотивации.

В-третьих, социально-психологический тренинг предполагает актуализацию социально-полезной мотивации и формирование жизненных стратегий, в которых находят свое отражение общечеловеческие ценности.

Именно жизненные цели и ценности представляют собой личностное основание, в большей степени определяющее просоциальные модели поведения. Самоактуализация возможна тогда, когда личность становится способной выйти за пределы собственного Я и реализовывать себя на путях альтруистической, значимой для других деятельности [6; 7; 8; 9; 10].

Организация и методы исследования

В экспериментальном исследовании, проводившемся на протяжении двух лет (с 2010 по 2012 гг.) приняли участие 150 человек в возрасте от 17 до 25 лет. Это студенты УО «Витебский государственный университет им. П.М. Машерова» и ВФ УО ФПБ «Международный университет МИТСО», посетившие учебные занятия по психологии, индивидуальные консультации и психологические группы. Из них 60 человек последовательно прошли три этапа социально-психологического тренинга. Данная выборка респондентов позволила исследовать динамику изменений составляющих просоциального поведения в рамках социально-психологического тренинга. Выборку составили студенты 2-5 курсов физического факультета, факультета социальной педагогики и психологии, факультета белорусской филологии и культуры УО «ВГУ им. П.М. Машерова» (95 человек) и студенты 2-4 курсов факультета экономики и права (55 человек).

Процедура исследования участников тренинговой программы состояла из трех этапов. Первый этап – психодиагностика студентов до и после тренинга «Психосинтез». Второй этап – психодиагностика студентов до и после тренинга «Коммуникация». Третий этап – психодиагностика студентов до и после тренинга «Целеполагание».

Перерывы между тренингами составляли примерно три месяца. Целесообразность данного условия объясняется тем, что студентам необходимо апробировать полученные знания и навыки в реальной жизни, укрепить их или, наоборот, отказаться от определенных стратегий и моделей поведения. Кроме того, теоретически отсутствуют четкие временные критерии, указывающие на завершение процесса личностных изменений в результате психологического воздействия.

В рамках нашего исследования на определение временных критериев психодиагностических процедур и интервалов между этапами программы влияют следующие закономерности. Во-первых, участники тренинга, завершая определенный этап программы, продолжали находиться в процессе внутренней психологической работы, поскольку пребывали в ожидании следующего этапа тренинговой программы.

Во-вторых, где-то между третьим и шестым месяцем групповой психологической работы, по мнению И. Ялома, цели участников часто претерпевают смещение с симптоматического облегчения на цели, связанные с внутренним развитием.

Подбор методик исследования осуществлялся в соответствии с предложенной моделью просоциального поведения, а также с целями и задачами каждого этапа тренинга. Таким образом, перед началом и после каждого этапа тренинга, была использована методика: «Самоактуализационный тест» (Э. Шостром). Кроме того, после каждого этапа тренинга использовалась методика И. Ялома, направленная на изучение значимости трансформационных факторов, отражающих специфику личностного развития и формирования гуманистической направленности.

Анализ результатов и их интерпретация

Для определения значимости различий, возникающих в уровне самоактуализации у участников социально-психологического тренинга на протяжении всего исследования (от начала тренинга до последнего его этапа), был использован критерий X^2 Фридмана. Значимые изменения прослеживаются в шкалах поддержки ($X^2 = 40,8$ при $p = 0,01$), гибкости поведения ($X^2 = 31,4$ при $p = 0,01$), сензитивности ($X^2 = 27,79$ при $p = 0,01$), креативности ($X^2 = 20,86$ при $p = 0,01$), принятия агрессии ($X^2 = 17,76$ при $p = 0$) и ценностных ориентаций ($X^2 = 8,74$ при $p = 0,01$). Значимых изменений в шкалах ориентации во времени, спонтанности, самоуважения, самопринятия, оценки природы человека, синергичности, контактности и познавательных потребностей не обнаружено.

Для более детального изучения изменений, возникающих в уровне самоактуализации отделимо на каждом этапе социально-психологического тренинга, мы использовали G-критерий знаков. То есть мы исследовали изменения, возникающие в рамках каждого этапа тренинга, сравнивая результаты в уровне самоактуализации до и после тренингов “Психосинтез”, “Коммуникация” и “Целеполагание”. Также G-критерий знаков использовали для определения значимости различий между первым замером – до тренинга “Психосинтез” и последним. Полученные данные представлены в таблице.

Показатели значимости изменений уровня самоактуализации на каждом этапе исследования по G-критерию знаков при $p = 0,01$

Шкалы	1 этап	2 этап	3 этап
Шкала поддержки	G = 9,03	G = 20,1	G = 3,06
Шкала ценностных ориентаций	G = 5,7	G = -0,3*	G = 6,2
Шкала гибкости поведения	G = 4,3	G = 14,5	G = 3,07
Шкала сензитивности	G = 8,05	G = -1*	G = 18,6
Шкала самоуважения	G = 1,3	G = 0,7*	G = 1,24
Шкала принятия агрессии	G = 5,6	G = 7,8	G = 3,5
Шкала креативности	G = 0,5*	G = 5,16	G = 1,4
Шкала спонтанности	G = 3,8	G = 0,3*	G = 0,1*

Примечание: * – значимых изменений не обнаружено.

В результате анализа данных, полученных на первом этапе исследования, были выявлены следующие тенденции. После тренинга “Психосинтез” у студентов в большей степени усиливается стремление руководствоваться собственными жизненными убеждениями и принципами, обладать “внутренней поддержкой” и быть независимой личностью (шкала поддержки). Кроме того, у участников тренинга появляется стремление реализовывать ценности самоактуализирующейся личности в своем поведении и взаимодействии с окружающими (шкала ценностной ориентации и гибкости поведения). Также у студентов развиваются следующие способности: способность принимать свои негативные проявления и открыто выражать чувства (шкалы принятия агрессии и спонтанности), способность глубже ощущать свои эмоциональные состояния и потребности (шкала сензитивности), способность уважать себя, ценить свои достоинства и положительные черты характера (шкала самоуважения).

В результате проведения второго этапа, после тренинга “Коммуникация”, у студентов продолжает усиливаться стремление к самостоятельности и реализации ценностей самоактуализирующейся личности, способность принимать свое раздра-

жение, гнев и агрессию как естественные проявления человеческой природы (шкалы поддержки, гибкости поведения и принятия агрессии), а также начинает проявляться творческая составляющая личности (шкала креативности). Таким образом, тренинг “Коммуникация” способствует дальнейшему развитию некоторых аспектов просоциального поведения и зарождению творческого начала в личности.

Анализ данных, полученных после третьего этапа исследования, выявил следующие тенденции. После тренинга “Целеполагание” у студентов усиливается способность к рефлексии, более глубоко к чувствованию и осознанию своих потребностей (шкала сензитивности). Также продолжается трансформация ценностных ориентаций, возрастает стремление к самодетерминации (шкалы ценностных ориентаций, гибкости поведения и поддержки), развивается способность принимать свои негативные проявления, ценить и уважать собственные достоинства (шкалы принятия агрессии и самоуважения), актуализируются творческая составляющая личности (шкала креативности).

После завершения социально-психологического тренинга у студентов сохраняются способности к самодетерминации, реализации творческого начала и ценностей самореализующейся личности, осознанию своих потребностей и принятию негативных проявлений. Тот факт, что не все изменения, возникшие в ходе программы, сохранялись после ее завершения, объясняется закономерным процессом адаптации студентов к реальной действительности, самостоятельным апробированием полученных знаний и дальнейшим развитием или ослаблением определенных личностных новообразований и форм поведения.

Подводя итог анализа данных исследования уровня самоактуализации, можно указать на следующие изменения: социально-психологический тренинг способствует появлению у студентов стремления быть независимой личностью, обладающей “внутренней поддержкой”; формированию способности руководствоваться и реализовать ценности самоактуализирующейся личности; осознавать свои потребности и чувства, принимать негативные проявления. Другими словами, у участников тренинга начинают проявляться личностный потенциал, качества самореализующейся личности и соответственно составляющие просоциальной направленности. При этом каждый этап тренинга вносит свой вклад в это развитие.

Тренинг “Целеполагание” способствует дальнейшему осознанию собственных потенций, обретению себя, трансформации личности на субъектном и ценностном уровне. Данная закономерность связана с содержанием и задачами третьего этапа, в рамках которого у студентов формируется способность сочетать внутренние мотивы и ценности в соответствии социально-значимыми идеалами.

В целом можно сделать вывод, что социально-психологический тренинг способствует актуализации и развитию составляющих самоактуализирующейся личности, что служит основой для формирования просоциальной направленности.

Заключение

Наиболее значимым результатом исследования является то, что просоциальное поведение студентов представляет собой ресурсную модель и что ее развитие осуществляется через прохождение социально-психологического тренинга. Такое понимание позволяет целостно и содержательно исследовать процесс достижения просоциального уровня развития личности студентов в процессе обучения.

Проведенное нами исследование не исчерпывает возможностей выбранного подхода к пониманию проблемы просоциального поведения и открывает

пути для дальнейшей исследовательской и практической деятельности в различных областях социально-психологического пространства. В связи с актуальностью рассматриваемого вопроса целесообразно исследовать, какие дополнительные психологические методы и средства могут способствовать развитию просоциальной направленности, какие из них являются наиболее подходящими в разные возрастные периоды, в том числе и в процессе обучения студентов в вузе.

Можно предположить о существовании различий в моделях и стратегиях просоциального поведения в зависимости от сферы социального пространства и масштабности решаемых задач. Интересным является изучение детерминант выбора человеком сферы и способа реализации гуманистической направленности, влияния различных форм просоциального поведения на саму личность студента, механизмов компенсации и гиперкомпенсации, связи просоциальной направленности с темой лидерства.

Социально-психологический тренинг способствует формированию и развитию составляющих просоциального поведения студентов, в том числе и самоактуализации. Было обнаружено, что у студентов выраженными становятся ориентация на достижения, потребность в развитии и творческой реализации, стремление использовать конструктивные стратегии преодоления трудностей. Параллельно с высокими жизненными запросами и социальными притязаниями у студентов актуализируются духовные и творческие устремления, ценности самореализующейся личности, которые отличаются социальной значимостью и отражаются в служении общечеловеческим ценностям.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННЫХ ИСТОЧНИКОВ

1. **Василюк, Е.Ф.** Типология переживания различных критических ситуаций [Текст] / Е.Ф. Василюк // Психологический журнал. – 1995. – № 5. – С. 104–114.
2. **Гиппенрейтер, Ю.Б.** О природе человеческой воли [Текст] / Ю.Б. Гиппенрейтер // Психологический журнал. – 2005. – Т. 26. – № 3. – С. 15–24.
3. **Журавлев, А.Л.** “Социально-психологическая зрелость”: обоснование понятия [Текст] / А.Л. Журавлев // Психологический журнал. – 2007. – Т. 28. – № 2. – С. 44–54.
4. **Кухтова, Н.В.** Феномен просоциального поведения в психологической науке (некоторые подходы в изучении просоциального поведения) [Текст] / Н.В. Кухтова // Белорусский психологический журнал. – 2004. – № 1. – С. 60–65.
5. **Русалов, В.М.** Психологическая зрелость: единая или множественная характеристика? [Текст] / В.М. Русалов // Психологический журнал. – 2006. – Т.27. – № 5. – С. 83–91.
6. **Альбуханова-Славская, К.А.** Развитие личности в процессе жизнедеятельности (Текст) / К.А. Абульханова-Славская // Психология формирования и развития личности. – М., 1981. – С. 19–45.
7. **Василюк, Е.Ф.** Психология переживания [Текст] / Е.Ф. Василюк. – М. : МГУ, 1984. – 113 с.
8. **Маслоу, А.** Дальние пределы человеческой психики [Текст] / А. Маслоу. – СПб. : Изд. группа “Евразия” 1997. – 430 с.
9. **Франкл, В.** Человек в поисках смысла [Текст] / В. Франкл // Сборник ; под ред. Л.Я. Гозмана и Д.А. Леонтьева. – М. : Прогресс, 1990. – 386 с. : ил.
10. **Ялом, И.** Экзистенциальная психотерапия [Текст] / И. Ялом ; пер. с англ. Т.С. Драбкиной. – М. : Независимая фирма “Класс”, 2005. – 576 с.

Поступила в редакцию 18.02.2013 г.