

K-72

*На правах рукописи*

**Костакова Ирина Владимировна**



**РАЗВИТИЕ ОБЩИТЕЛЬНОСТИ КАК ФАКТОР САМОРЕАЛИЗАЦИИ  
СТУДЕНТОВ – БУДУЩИХ ПСИХОЛОГОВ**

Специальность 19.00.07 – педагогическая психология

**АВТОРЕФЕРАТ**

диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Самара  
2008

Работа выполнена на кафедре психологии личности государственного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Тольяттинский государственный университет»

**Научный руководитель:**

доктор психологических наук, профессор,  
зав. кафедрой психологии личности ГОУ  
ВПО «Тольяттинский государственный  
университет» Кудинов Сергей Иванович

**Официальные оппоненты:**

доктор педагогических наук, профессор  
Минияров Валерий Максимович

доктор психологических наук, профессор  
Крупнов Александр Иванович

**Ведущая организация:**

Екатеринбургский государственный  
педагогический университет

...я 2008 года в 12.00 часов на  
16.01 по защите диссертаций на  
психологических наук при  
университете (443099, г.Самара,

...я в библиотеке Самарского  
та.

*Л.В.* Л.В. Вершинина

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность исследования.** Важнейшая задача современного образования России состоит в подготовке личности к жизни в изменяющемся мире. Такие изменения в современной социокультурной ситуации, как ускорение темпов социально-экономического развития, расширение масштабов межкультурного, межличностного взаимодействия определяют высокие требования, предъявляемые к личностному и профессиональному развитию будущего психолога. Главной целью профессиональной подготовки становится раскрытие возможностей и способностей будущего специалиста, при котором он способен творчески проявить себя, самовыразиться, самоутвердиться и реализовать себя.

Активизация механизмов саморазвития в профессионально-педагогической подготовке будущего психолога обеспечивает не только успешность учебной деятельности студентов, но и повышает их стремление к самореализации, формирует познавательные потребности и жизненные цели. Благодаря такой активизации для каждого студента происходит расширение горизонта знаний и профессиональных умений, осознание того, что наиболее полное раскрытие всей глубины продуктивного профессионального и личностного самоосуществления возможно на основе владения внутренними механизмами самореализации, актуализируемыми различными факторами.

Одним из возможных факторов, детерминирующих успешность самореализации студентов – будущих психологов, выступает их общительность. Являясь базовым свойством личности, общительность обеспечивает продуктивность межличностного взаимодействия, способствуя наиболее полному самовыражению личности в коммуникации. Однако, как свидетельствует педагогическая практика, большинство студентов-психологов испытывают трудности в общении, выступающие барьером их полноценной самореализации, как в учебной деятельности, так и социальной сфере. Это свидетельствует о необходимости развития общительности у студентов – будущих психологов как предпосылке их успешной самореализации в период профессиональной подготовки.

Анализ научной литературы показал, что к настоящему времени в психологии накоплен большой объем знаний по проблеме общительности. В центре внимания ученых находились мотивационные характеристики общительности, такие как стремления и внутренние побуждения (Л.И. Божович, М.И. Лисина, А.В. Мудрик); динамические и процессуальные признаки общительности - приемы и способы общения (А.И. Ильина, Л.В. Жемчугова, В.Б. Щebetенко); результативная, действенная сторона общительности и ее роль в успешности других видов деятельности (А.А. Журавлев, Е.Д. Кокарева); общительность как целостно-функциональное образование (А.И. Крупнов). Проблема развития общительности разрабатывалась в трудах Б.Г. Ананьева, А.А. Бодалева, А.И. Крупнова, А.В. Мудрика, С.Л. Рубинштейна и других авторов. Вместе с тем, обращает на себя

внимание тот факт, что общительность не рассматривалась в контексте самореализации личности.

Проблема самореализации – это далеко не новая проблема. Берущая свое начало в работах К.Гольдштейна, А. Маслоу, К. Роджерса, Д. Бьюдженталя, исследовавших вопросы, связанные с внутренним движением личности к собственной идентичности, со стремлением к реализации личностного потенциала, с выбором возможностей личностного роста, она получила свое развитие в работах отечественных авторов. Б.Г. Ананьев рассматривал самореализацию как свойство зрелой личности; К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова подчеркивали процессуальный характер данного феномена; Д.А. Леонтьев, И.Д. Егорычева анализировали самореализацию как деятельностное образование; Н.Б. Крылова, Е.В. Селезнева рассматривали самореализацию как самовыражение. Такие авторы, как Э.В. Галажинский, Л.А. Коростылева, С.И.Кудинов, Е.А. Никитина, понимая многомерность и сложность данного феномена, предлагают рассматривать самореализацию как системное образование личности.

Несмотря на множество подходов исследователей к этому вопросу, проблема самореализации личности требует дальнейшего изучения, так как в отечественных и зарубежных теориях и концепциях нет однозначного ответа на вопросы о природе, содержании, механизмах и факторах развития этого важного для понимания сущностной природы личности феномена. Как показывает анализ педагогической практики, процесс профессиональной подготовки будущего психолога не всегда направлен на самореализацию личностного потенциала студентов. Этим обусловлена необходимость обобщения теоретико-методологических подходов к раскрытию сущности и природы самореализации и обоснование общительности как фактора, способствующего успешности самореализации студентов – будущих психологов.

Очевидным становятся **противоречие** между необходимостью инициирования всесторонней, полноценной самореализации у студентов, обеспечивающей успешность освоения профессии, и отсутствием научно-обоснованных факторов, способствующих оптимальной самореализации в процессе профессиональной подготовки.

Стремление найти пути разрешения указанного противоречия определило **проблему** данного исследования.

**В теоретическом плане** – это разработка и реализация программы развития общительности у студентов – будущих психологов на основе системно-функциональной модели общительности как фактора оптимизации их самореализации в процессе профессиональной подготовки.

**В практическом плане** – определение содержания и методов развития общительности как фактора самореализации студентов – будущих психологов.

**Объект исследования:** самореализация студентов – будущих психологов.

**Предмет исследования:** развитие общительности как фактор самореализации студентов – будущих психологов.

**Цель исследования:** теоретическое обоснование содержания развития общительности как фактора самореализации студентов – будущих психологов.

**Гипотеза исследования.** Общительность студентов – будущих психологов есть системно-функциональное свойство личности, содержащее эмоциональные, регуляторные, мотивационные и когнитивные характеристики. Развитие общительности обеспечивает успешную самореализацию студентов – будущих психологов тогда, когда:

- реализуется программа развития общительности, содержание модулей которой адекватно характеристикам общительности;

- оптимальными методами развития эмоциональных, регуляторных, мотивационных и когнитивных характеристик общительности становятся такие, которые, обеспечивая повышение у студентов реалистичности восприятия окружающей действительности, развитие у них стремления к приобретению новой информации и опыта, обогащение рациональности, развитие самопринятия и ответственности, способствуют самореализации студентов в учебной, научно-исследовательской, социальной и досуговой сферах жизнедеятельности.

**Задачи исследования:**

1. Раскрыть генезис научных представлений о самореализации личности.
2. Конкретизировать содержание понятия «общительность» и уточнить понятие «самореализация студентов – будущих психологов».
3. Разработать системно-функциональную модель общительности психолога.
4. Разработать и апробировать содержание программы развития общительности студентов – будущих психологов.
5. Определить результативность экспериментальной работы по развитию общительности как фактора успешности самореализации у студентов – будущих психологов.

**Научная новизна исследования** заключается в следующем:

- конкретизировано понятие «общительность» (системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее продуктивность межличностного взаимодействия в коммуникации, включающее эмоциональные, регуляторные, когнитивные и мотивационные характеристики; эмоциональные характеристики обуславливают эмоциональность и интенсивность общения, регуляторные характеристики обеспечивают устойчивость и саморегуляцию общительного поведения, мотивационные характеристики содержат социоцентрические и эгоцентрические мотивы, когнитивные характеристики включают осведомленность и осознанность межличностного взаимодействия);

- уточнено научное представление о содержании понятия «самореализация студентов – будущих психологов» (оптимальное проявление актуальных и потенциальных возможностей личности в различных сферах жизнедеятельности студентов, выражающееся в реалистичном восприятии студентами окружающей действительности, их стремлении к приобретению

новой информации и опыта, в рациональности, самопринятии и ответственности);

- разработана системно-функциональная модель общительности психолога, включающая эмоциональные, регуляторные, мотивационные и когнитивные характеристики, которая выступает основой для разработки программы развития общительности студентов – будущих психологов;

- разработана и апробирована программа развития общительности студентов – будущих психологов, модули которой адекватны характеристикам системно-функциональной модели общительности; первый модуль, обеспечивающий развитие эмоциональной характеристики общительности, направлен на оптимизацию стенических эмоций студентов, создание у них интереса к межличностному взаимодействию; второй модуль, связанный с развитием регуляторной характеристики общительности, способствует развитию саморегуляции и самоконтроля общительного поведения студентов; третий модуль, обеспечивающий развитие мотивационной характеристики общительности, заключается в активизации побуждений студентов к межличностному взаимодействию; четвертый модуль, способствующий развитию когнитивной характеристики общительности, направлен на формирование представлений у студентов – будущих психологов о сущности, функциях и этапах развития общительности;

- установлено, что реализованная программа развития общительности, способствует успешности самореализации студентов – будущих психологов, выражающейся в реалистичном восприятии студентами окружающей действительности, их стремлении к приобретению новой информации и опыта, в рациональности, самопринятии, ответственности и результативности в различных сферах жизнедеятельности студентов.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в том, что его результаты дополняют теоретические положения о феномене самореализации и позволяют расширить научные представления о специфике проявления самореализации у студентов – будущих психологов. Разработка и обоснование программы развития общительности на основе системно-функциональной модели общительности как фактора успешности самореализации студентов – будущих психологов составит основу для более широких научных представлений о методах и формах оптимизации процесса подготовки будущего психолога к профессиональной деятельности.

**Практическая значимость исследования** состоит в том, что оно направлено на оптимизацию процесса самореализации личности будущего психолога посредством развития общительности. Определение содержания программы и методов развития общительности у студентов – будущих психологов позволит целенаправленно использовать экспериментальные данные в коррекционно-развивающей работе специалистов высшей школы в процессе профессиональной подготовки. Прошедшие экспериментальную проверку методики психологической диагностики самореализации студентов могут быть использованы в процессе профессиональной подготовки при

определении уровня и динамики самореализации студентов – будущих психологов.

**Методологическими и теоретическими основами исследования** являются современные подходы к изучению саморазвития и самореализации личности (К.А. Абульханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.И. Анцыферова, Э.В. Галажинский, Б.С. Гершунский, И.Д. Егорычева, Л.А. Коростылева, Н.Б. Крылова, С.И.Кудинов, Д.А. Леонтьев, А.В. Мудрик, Е.А. Никитина, Е.В. Селезнева, Д.И. Фельдштейн);

- положения о сущности и развитии общительности (Б.Г. Ананьев, А.А. Бодалев, Л.И. Божович, А.А. Журавлев, А.И. Ильина, Е.Д. Кокарева, А.И. Крупнов, М.И. Лисина, А.В. Мудрик, С.Л. Рубинштейн, В.Б. Щebetenko);

- теоретические положения и основные принципы, сформулированные ведущими отечественными и зарубежными психологами:

- деятельностный подход, разработанный в трудах А.Н. Леонтьева, Л.С. Выготского, С.Л. Рубинштейна, позволяющий утверждать, что самореализация не только влияет на успешность выполняемой деятельности, но и сама формируется и развивается в деятельности;

- принцип детерминизма, сформулированный С.Л. Рубинштейном, согласно которому особенности феноменов человеческой психики закономерно зависят от порождающих их внешних и внутренних факторов;

- принцип системности, реализуемый в трудах Б.Ф. Ломова, В.С. Мерлина, А.И. Крупнова и других авторов, с позиций которых, самореализация и общительность представлены в качестве психологических явлений, имеющих сложную психологическую структуру;

- гуманистические принципы о детерминированности развития личности социальными условиями и содержанием ее жизнедеятельности А. Маслоу, К. Роджерса, Дж. Бьюдженталя, Р. Мэя;

- концепция многомерно-функциональной организации свойств личности и индивидуальности, разработанная А.И. Крупновым.

**Организация и этапы исследования.** Диссертационное исследование проводилось с 2004 по 2008 годы и включало три этапа.

Первый этап (2004-2005 гг.) – на основе изучения философской, психологической и педагогической литературы и опыта работы психологов и педагогов в аспекте оптимизации самореализации, определены методологические и теоретические основы исследования, его цель и задачи, выбраны методы исследования. Выдвинуты теоретические положения, рассматривающие психологические условия и факторы самореализации личности у студентов – будущих психологов в процессе профессиональной подготовки. На этом этапе проводились пилотажные исследования, связанные с пониманием сущности самореализации студентами и выбором диагностических методик.

Второй этап (2005-2006 гг.) – проведен констатирующий этап эксперимента, который позволил выполнить проверку намеченных теоретических положений, рассматривающих развитие общительности как

фактор успешной самореализации студентов-психологов. Разработана системно-функциональная модель общительности и программа развития общительности как фактор оптимизации самореализации студентов – будущих психологов.

Третий этап (2006-2008 гг.) – осуществлена опытно-экспериментальная работа по апробации и внедрению программы развития общительности как фактора оптимизации самореализации студентов – будущих психологов. Осуществлены систематизация и обобщение результатов исследования.

**База исследования.** В исследовании приняли участие 168 человек, студенты психологических специальностей дневного отделения 1-5 курсов ГОУ ВПО «Тольяттинский государственный университет» города Тольятти, возрастной диапазон студентов составил 17 - 23 года.

**Методы исследования.** Для решения поставленных задач и проверки гипотезы нами был использован комплекс взаимодополняющих методов, адекватных предмету исследования: 1) анализ психолого-педагогической литературы по исследуемой проблеме, включающий концептуальный анализ ранее проведенных исследований; 2) эмпирические методы, формирующий эксперимент, тестирование, анкетирование, метод экспертных оценок, метод самооценки; 3) методы обработки данных: количественный анализ с использованием методов математической статистики (показатель  $\chi^2$ , t-критерий Стьюдента, коэффициент линейной корреляции Пирсона) и качественный анализ результатов исследования.

**Достоверность и обоснованность** результатов исследования обеспечена методологической обоснованностью и содержательным анализом исходных позиций, теоретических положений; сочетанием теоретического анализа и обобщением эмпирических данных; использованием апробированных методов исследования, адекватных поставленным в диссертации задачам и логике исследования; содержательным и статистическим анализом полученных результатов и личным участием автора в организации и проведении эксперимента.

**Апробация и внедрение результатов исследования.** Основные положения и выводы, изложенные в диссертации, обсуждались и получили одобрение на заседаниях кафедры психологии личности ТГУ, методических семинарах по психологии ТГУ, международных и российских научных и научно-практических конференциях. Материалы исследования внедрялись автором в процессе психолого-педагогической деятельности в практику в Тольяттинском государственном университете г. Тольятти, филиале Восточного института экономики, гуманитарных наук, управления и права г. Тольятти, НП Психологический центр «Ресурсы» г. Тольятти.

#### **Положения, выносимые на защиту:**

1. Профессиональная подготовка будущего психолога содержит потенциал для развития студента как субъекта учебно-профессиональной деятельности. Однако существует противоречие между имеющейся практикой профессиональной подготовки будущего психолога и недостаточным использованием механизмов и факторов успешной самореализации студентов.

проявляющейся в реалистичном восприятии студентами окружающей действительности, их стремлении к приобретению новой информации и опыта, в рациональности, самопринятии и ответственности, результативности в различных сферах жизнедеятельности в процессе их профессионального становления. Одним из возможных способов разрешения указанного противоречия является развитие общительности как фактора успешной самореализации студентов – будущих психологов.

Общительность является системно-функциональным свойством личности, обеспечивающим продуктивность межличностного взаимодействия в коммуникации, включающим эмоциональные, регуляторные, когнитивные и мотивационные характеристики.

2. Деятельность преподавателя по развитию общительности студента – будущего психолога становится эффективной тогда, когда она базируется на реализации содержания программы развития общительности, обеспечивающей развитие способности студентов – будущих психологов к самореализации в учебной, научно-исследовательской, социальной и досуговой сферах жизнедеятельности. Разработка содержания программы должна базироваться на системно-функциональной модели общительности психолога. Системно-функциональная модель общительности включает эмоциональные характеристики, обуславливающие эмоциональность и интенсивность общения; регуляторные характеристики, обеспечивающие устойчивость и саморегуляцию общительного поведения; мотивационные характеристики, содержащие социоцентрические и эгоцентрические мотивы; когнитивные характеристики, включающие осведомленность и осознанность межличностного взаимодействия. Модули программы развития общительности адекватны характеристикам системно-функциональной модели общительности. Первый модуль, обеспечивающий развитие эмоциональной характеристики общительности, направлен на оптимизацию стенических эмоций студентов, создание у них интереса к межличностному взаимодействию; второй модуль, связанный с развитием регуляторной характеристики общительности, способствует развитию саморегуляции и самоконтроля общительного поведения студентов – будущих психологов; третий модуль, обеспечивающий развитие мотивационной характеристики общительности, заключается в активизации побуждений студентов к межличностному взаимодействию; четвертый модуль, способствующий развитию когнитивной характеристики общительности, направлен на формирование представлений у студентов о сущности, функциях и этапах развития общительности.

3. В реализации представленной программы развития общительности, базирующейся на системно-функциональной модели общительности, наиболее адекватными методами являются: 1) тренинг социальной активности, направленный на развитие мотивационной характеристики общительности; 2) трансактный тренинг и тренинг сенситивности, направленные на развитие регуляторной характеристики общительности; 3) социально-психологический тренинг, направленный на развитие когнитивной характеристики

общительности; 4) метод арттерапии, направленный на развитие эмоциональной характеристики общительности.

**Структура диссертации** соответствует логике исследования и включает в себя введение, три главы, заключение, список литературы, приложения.

**Во введении** обоснована актуальность исследования, выявляются противоречия, и формулируется проблема; определяются объект, предмет, цель; выдвигается гипотеза, определяются задачи, методологические основы исследования, база, этапы и методы исследования; раскрываются научная новизна, теоретическая и практическая значимость; формулируются положения, выносимые на защиту; содержатся сведения о достоверности результатов исследования, их апробации и внедрении.

**В первой главе** «Постановка проблемы самореализации личности в психологической литературе» рассмотрены отечественные и зарубежные подходы к проблеме самореализации личности, теоретические положения о сущности, этапах и факторах самореализации личности в онтогенезе; уточнено содержание понятия «самореализация студентов – будущих психологов»; выявлены особенности самореализации студентов.

**Во второй главе** «Освещение проблемы общительности личности в психолого-педагогической литературе» рассмотрены основные теоретические аспекты понятия «общительность» в отечественных и зарубежных психолого-педагогических исследованиях; сформулировано понятие «общительность»; разработана и обоснована системно-функциональная модель общительности.

**В третьей главе** «Экспериментальное исследование общительности как фактора самореализации личности студентов – будущих психологов» описываются логика и содержание экспериментальной работы, представлены результаты эксперимента, качественный и количественный анализ результатов исследования по итогам реализации программы развития общительности как фактора, обеспечивающего успешность самореализации студентов-психологов.

**В заключении** обобщаются результаты исследования, излагаются его основные выводы, подтверждающие гипотезу и состоятельность положений, выносимых на защиту.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

Анализ литературных источников показал, что в современной науке до сих пор отсутствует четкая дефиниция понятия «самореализация». Особенно недостаточное внимание в психологических исследованиях уделяется вопросам становления и развития самореализации личности.

Впервые понятие «самореализация» (self – realisation) появилось в зарубежной научной литературе, проведенный анализ теоретических данных свидетельствует, что большинство работ зарубежных авторов по проблеме самореализации посвящено психологии личностного роста взрослого человека. В основном это работы, написанные в русле гуманистической школы, где проблема самореализации представлена в работах К. Юнга, А. Адлера, К. Роджерса, К. Гольдштейна, А. Маслоу, Ф. Перлза, В. Франкла и других через родственные ей понятия: самоактуализация, психологический рост, индивидуация, стремление к самосовершенствованию.

Можно обнаружить существенное различие в подходах к пониманию самореализации в рамках одного, гуманистического направления. А. Маслоу, К. Роджерс и Ф. Перлз рассматривали особенности самоактуализации и связанного с ним личностного роста как врожденную естественную силу, для актуализации которой следует устранить ограничения, взращенные у человека социумом, целью самоактуализации является становление человека самим собой» и следование своей природе, уникальности своего «Я». Представители экзистенциального подхода В. Франкл, Р. Мэй, Д. Бьюдженталь считали, что самореализация личности связана, прежде всего, с осознанными и ответственными выборами самого человека в процессе жизненного пути и изначально «заданной» природой, которую нужно беречь от влияния социума и которой нужно следовать.

Теоретический анализ отечественной литературы по обозначенной проблеме позволил отметить неоднозначность авторских подходов рассмотрению самореализации: самореализация как саморазвитие (Фельдштейн Д.И.); самореализация как самовыражение (Н.Б. Крылова, Е.В. Селезнева); самореализация как свойство (Б.Г. Ананьев); самореализация как процесс (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова); самореализация как деятельность (Д.А. Леонтьев, И.Д. Егорычева). Ряд авторов, понимая сложность феномена самореализации, рассматривают это понятие как системный феномен, целостно объединяющий несколько вышеобозначенных направлений (Э.В. Галажинский, Л.А. Коростылева, С.И.Кудинов, Е.А. Никитина).

Большинство авторов считают, что самореализация – это процесс активного самовыражения личности во вне: «процесс опредмечивания сущностных сил личности в многообразной социальной деятельности» (Д.А. Леонтьев); «осуществление самого себя в жизни, повседневной деятельности, поиск и утверждение своего особого пути в этом мире» (Л.А. Коростылева); «форма проявления самоорганизации человека» (Э.В. Галажинский); последовательность сменяющих друг друга этапов деятельности в процессе онтогенеза – самоидентификация, саморазвитие, самоактуализация и собственно самореализация (И.Д. Егорычева).

Исследуя самореализацию личности в русле системного подхода, С.И. Кудинов выделяет условия – психофизиологические, психологические, психозкологические, педагогические и социальные; формы – внешнюю и внутреннюю; виды – деятельностная, личностная и социальная. Более того, исследователем предложена структурная модель самореализации, включающая природные и социальные характеристики, позволяющие более точно и корректно проводить не только диагностику данного явления, но и коррекцию отдельных характеристик самореализации.

Большинство авторов считают самореализацию прерогативой взрослого человека, однако, выделяют «точку бифуркации», начальный момент генезиса самореализации и связывают его с подростковым возрастом (Е.Е. Вахромов, Э.В. Галажинский, И.Д. Егорычева). Считаем, что и применительно к

юношескому возрасту рано говорить о зрелой самореализации, но значение этого возрастного этапа для становления самореализации трудно переоценить.

Опираясь на исследования И.Д. Егорычевой, полагаем, что в период вузовского обучения студент проходит через ряд подготовительных и последовательных этапов становления самореализации, которые могут накладываться и пересекаться, это важный фундаментальный период развития самореализации. Для оптимизации самореализации студентов – будущих психологов профессиональная подготовка должна быть ориентирована на этапы саморазвития и самоактуализации генезиса самореализации, что предполагает усиление определенных свойств студента, способов его поведения и деятельности; создание определенных условий для самореализации.

Обобщая вышеизложенные подходы в исследовании самореализации, можно сделать следующие **выводы** проведенного теоретического исследования:

Во-первых, большинство работ зарубежных авторов по самореализации посвящено психологии личностного роста взрослого человека. В основном это работы, написанные в русле гуманистической школы (К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл, Р. Мэй, Д. Бьюдженталь и другие). Согласно этим концепциям, развитие субъекта характеризуется внутренним движением к собственной идентичности, идентификацией с настоящим «Я», выбором возможностей личностного роста. Представители экзистенциально-гуманистического направления вывели проблему самореализации личности в широкое психологическое пространство на высокий научный уровень, сделав ее предметом психологии.

Во-вторых, самореализация понимается большинством отечественных авторов как целостный процесс самосовершенствования, диалектически сочетающий в себе самоизменение и самостановление на протяжении всего жизненного пути человека как практическое осуществление задатков, способностей, дарований и черт характера через ту или иную сферу социальной деятельности с пользой для себя самого, коллектива и общества в целом.

В-третьих, проведенное теоретическое исследование позволило уточнить понятие «самореализация студентов – будущих психологов» как оптимальное проявление актуальных и потенциальных возможностей личности в различных сферах жизнедеятельности студентов, выражающееся в реалистичном восприятии окружающей действительности, стремлении к приобретению новой информации и опыта, рациональности, самопринятии и ответственности, результативности в различных сферах жизнедеятельности. Самореализация у студентов в процессе профессиональной подготовки осуществляется в различных сферах жизнедеятельности: учебной (освоение теоретических и практически-ориентированных дисциплин); научно-исследовательской (проведение исследований и выступление с докладами, сообщениями на конференциях, семинарах, участие в работе проблемных групп); социальной деятельности (участие в коллективных мероприятиях – конкурсы, олимпиады, КВН,

волонтерство, шефская помощь); а также в досуговой деятельности (спорт, творчество, искусство).

Исходя из вышеизложенного считаем, что фактором самореализации студентов – будущих психологов может выступать развитие их общительности.

В настоящее время можно выделить три основных подхода в психологических исследованиях общительности: аналитический, поликомпонентный и системный.

В аналитическом подходе рассматривается генезис этого личностного свойства и отдельные стороны или грани общительности, а не их связи и соотношения между собой. Представителей этого подхода можно найти и в зарубежной и в отечественной психологии.

Так при исследовании общительности одни исследователи – Л.И. Божович, М.И. Лисина анализировали мотивационные характеристики общительности, такие как стремления и внутренние побуждения. Научные исследования других авторов были сосредоточены на изучении динамических и процессуальных признаках общительности: приемах и способах общения; широте и устойчивости общительности (А.И. Ильина, Л.В. Жемчугова, В.Б. Щетбенко).

Третья группа авторов исследовала результативную, действенную сторону общительности и ее роль в успешности других видов деятельности (Л.В. Жемчугова, А.А. Журавлев, Е.Д. Кокарева).

Для поликомпонентного подхода в исследованиях общительности характерно изучение этого психологического феномена путем сопоставления нескольких граней общительности. Так, в исследованиях А.Е. Ольшаниковой, В.А. Домодедова, О.П. Санниковой сопоставлялись эмоциональные и динамические признаки общительности. В них выявилась тесная связь динамических признаков общительности с различными характеристиками эмоциональности. Было обнаружено, что более тесные связи с динамическими признаками общительности обнаруживают эмоции радости, в то время как эмоции страха коррелируют с данными признаками отрицательно. Все это свидетельствовало о том, что характеристики эмоциональности и эргодинамические признаки являются важными составляющими общительности и образуют ее структуру. В работе Л.В. Жемчуговой найдены положительные соотношения между динамическими и продуктивными характеристиками общительности. В зарубежных исследованиях динамические признаки общительности авторы связывали с природными предпосылками человека и использовали для характеристики различных психотипов (Э. Кречмер, Г. Айзенк).

При исследовании общительности, мы исходили из положений целостно-функционального подхода, разработанного А.И. Крупновым, рассматривая данное свойство личности как системное образование. В рамках данного подхода общительность рассматривается как совокупность инструментально-смысловых характеристик, обеспечивающих постоянство стремлений и готовность индивида к межличностному коммуникативному взаимодействию. Обозначенные концепции исследования позволили нам определить

«общительность» как системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее продуктивность межличностного взаимодействия в коммуникации, включающее эмоциональные, регуляторные, когнитивные и мотивационные характеристики. Эмоциональные характеристики обуславливают эмоциональность и интенсивность общения, регуляторные характеристики обеспечивают устойчивость и саморегуляцию общительного поведения, мотивационные характеристики содержат социоцентрические и эгоцентрические мотивы, когнитивные характеристики включают осведомленность и осознанность межличностного взаимодействия. Исходя из выше изложенного, мы предположили, что развитие общительности как системно-функционального свойства личности может выступать фактором успешной самореализации студентов – будущих психологов.

Далее была проведена опытно-экспериментальная работа по разработке и апробации программы развития общительности как фактора оптимизации самореализации студентов-психологов. Экспериментальное исследование проводилось на базе Тольяттинского государственного университета. В эксперименте приняли участие студенты психологических специальностей дневного отделения 1-5 курсов, общая выборка составила 168 студентов. Возраст респондентов составлял 17-23 года, из них юношей – 38 человек, девушек – 130 человек.

Этапы исследования:

На пилотажном этапе с помощью разработанной анкеты изучалось понимание феномена «самореализация» студентами. Анкета содержала вопросы, направленные на выявление понимания студентами содержания самореализации, критериев успешной личностной и профессиональной самореализации; благоприятных и неблагоприятных факторов самореализации, а также результаты определения успешности собственной самореализации студентов на данный момент времени и причины, препятствующие самореализации. Анализ полученных данных проходил в двух возрастных группах: первая - 17-19 лет в количестве 36 студентов; вторая – 20-22 года в том же количестве. А также использовались методика «Самооценка самореализации» (для апробации) и экспертная оценка успешности самореализации студентов, где в качестве экспертов выступали преподаватели и сокурсники респондентов. Экспертам предлагалось оценить актуальную самореализацию студентов по таким параметрам как активность и результативность самовыражения в учебной, научно-исследовательской деятельности, участие в социальной жизни и досуговой деятельности; анализировалась успешность обучения студентов за ближайший семестр. В ходе дальнейшей обработки результаты экспертной оценки и методики «Самооценка самореализации» были идентичными, что позволило для дальнейшего исследования использовать методику «Самооценка самореализации».

На констатирующем этапе экспериментального исследования выявили уровни развития общительности и особенности самореализации личности студентов – будущих психологов в группах с разным уровнем общительности.

На формирующем этапе экспериментального исследования была разработана и апробирована программа развития общительности.

На контрольном этапе эксперимента была установлена эффективность реализованной программы развития общительности у студентов-психологов.

Для изучения самореализации студентов – будущих психологов использовались следующие диагностические методики.

1. Самоактуализационный тест (САТ) адаптированный вариант теста Personal Orientation Inventory (POI) Эверетта Шострома авторами Ю. Е. Алешинной, Л.Я. Гозман, М.В. Загика и М.В. Кроз, который предназначен для изучения степени самоактуализации. Это не подменяет и не противоречит исследованию заявленного психологического образования – самореализации личности, так как в своем исследовании мы опираемся на положение И.Д. Егорычевой о том, что самоактуализация – это третий этап генезиса самореализации, который соответствует возрасту респондентов нашей выборки.

2. Методика «Самооценка самореализации», разработанная нами и направленная на оценку студентами уровня собственной самореализации.

3. Метод экспертной оценки успешности самореализации личности студентов, где в качестве экспертов выступали преподаватели и сокурсники респондентов. Экспертам предлагалось оценить актуальную самореализацию личности студентов по таким параметрам как активность и результативность самовыражения в учебной, научно-исследовательской деятельности, участие в общественно-социальной жизни и досуговой деятельности; анализировалась успешность обучения студентов за ближайший семестр.

4. В качестве дополнительной методики исследования на выявление ценностно-смысловой характеристики самореализации личности использовался Тест смысловых ориентаций, адаптированная Д.А. Леонтьевым методика Purpose-in-Life Test (PIL) «Цель в жизни» Д. Крамбо и Л. Махوليки.

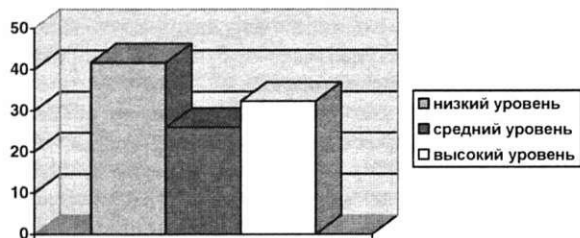
Для исследования общительности личности использовалась методика А.И. Крупнова «Тест суждений для изучения общительности личности».

По результатам констатирующего этапа экспериментального исследования были выделены уровни развития общительности и особенности самореализации у респондентов с низким, средним и высоким уровнем развития общительности, выборка исследования была представлена студентами психологических специальностей 4-5 курсов в количестве 96 респондентов.

Результаты исследования в зависимости от выраженности различных характеристик общительности испытуемых распределились таким образом, что позволило выделить три группы (Рис.1).

Анализируя респондентов с низким уровнем развития общительности (n=40), можно отметить, что у этих студентов ярко выражены такие характеристики общительности как личностно-значимые цели и стеничность, в то время как социоцентричность и эгоцентричность, эргичность, осмысленность и осведомленность находятся на низком уровне развития. С качественной стороны это означает, что студенты понимают проявления общительности как необходимые. Общительное поведение становится возможным в том случае, когда они очень хорошо осознают значимость для

продвижения своей перспективы, решения личных проблем, получение необходимой и важной информации и т.д.



**Рисунок 1. Гистограмма распределения респондентов по группам с учетом уровня общительности в процентном соотношении.**

В то же время, низкие показатели по мотивационным и когнитивным характеристикам общительности свидетельствуют о том, что проявление общительности респондентов этой группы носит неустойчивый, эпизодический характер, слабо контролируется и редко реализуется, только в случае необходимости, отсутствует стремление к общению. Для данных студентов не свойственны широкие контакты с другими, как правило, у них узкий круг знакомых, с кем они общаются. Вместе с тем, студенты не достаточно осведомлены о различных функциях общительности, не способны к выделению основного содержания информации, связанной с процессом общения и не могут разграничить общительность с другими личностными свойствами. Выраженные показатели по рефлексивно-оценочной характеристике общительности (операциональные трудности и эмоционально-личностные трудности) в сравнении со студентами групп со средним и высоким уровнями развития общительности свидетельствует о том, что респонденты с низким уровнем общительности имеют недостаточно развитые коммуникативные умения и навыки, проявляют стереотипные схемы общительности, где просматривается узость и косность приемов. Для испытуемых также характерно наличие личностных проблем, таких как внутриличностные конфликты, низкая самооценка, высокая тревожность и т.п.

Характеризуя респондентов со средним уровнем развития общительности (n=25), можно отметить, что преобладающими признаками выступают установочно-целевые и продуктивные характеристики общительности студентов (предметно-коммуникативная и личностно-значимая деятельность). А также положительная динамика прослеживается в сравнении с показателями студентов первой группы по большинству характеристик общительности - динамической, эмоциональной, мотивационной и когнитивной (эргичность, стеничность, социентричность, эгоцентричность, осведомленность и осмысленность). Все перечисленное характеризует респондентов данной группы как людей, обладающих положительными эмоциями в процессе общения. Они имеют и продуктивно реализуют для решения практических вопросов осознанное стремление к общественно желательным целям,

коммуникативное поведение при этом предполагает успешность различных видов деятельности, в том числе учебной; с помощью общения студенты, как правило, реализуют потребность общественного признания в группе. Вместе с этим, достаточно выраженными являются не только общественно-значимые, но и лично-значимые цели, направленные на реализацию с помощью коммуникации потребности в самостоятельности и независимости: реализацию своих планов; поддержание хорошего самочувствия и здоровья; стремление к материальному благополучию. Общительность студентов данной группы способствует приобретению новой информации, которая используется в самореализации студентов.

Не смотря на положительную динамику, недостаточные показатели по динамической характеристике «эргичность» респондентов говорит о возможных проблемах в реализации долгосрочных целей, их устойчивости, когда не всегда проявляется желание продолжить начатое дело при появлении препятствий или трудностей, встречающихся на пути.

09-12-2002

Характеризуя респондентов третьей группы с высоким уровнем развития общительности (n=31), необходимо отметить, что наблюдается преобладание гармоничных показателей данного свойства. Это характеризует студентов как людей с активным типом общительности, опирающихся на свои знания, силы и возможности в процессе межличностного общения и считающих, что только от них зависит, как сложатся взаимоотношения с партнерами по общению. Респонденты данной группы осознают основные функции общительности как качества личности, ее существенные признаки и понимают место и роль общительности в жизнедеятельности человека. Студенты проявляют инициативность в установлении контактов в общении с другими людьми, обладают положительными стеническими эмоциями в процессе общения, переживают чувство радости при преодолении трудностей и достижении целей. Начинание нового дела респондентов данной группы сопровождается, как правило, предвосхищением его удачного результата, а в случае неудачи - сохраняется спокойствие. Общительность помогает им быть успешными в общественно-значимой деятельности.

Сбор данных уровня самореализации студентов-психологов проводился одновременно с диагностической процедурой общительности личности. На констатирующем этапе экспериментального исследования анализировались показатели самореализации у студентов с высоким, средним и низким уровнями развития общительности.

Интерпретируя особенности проявления самореализации у студентов с низким уровнем развития общительности, можно отметить, что у них отсутствует целостное видение своей жизни через взаимосвязь прошлого, настоящего и будущего. Настоящее представляется ими как фатальное следствие прошлого или подготовку к будущей жизни, что означает ориентацию лишь на один из отрезков временной шкалы и дискретное восприятие своего жизненного пути. Полученные результаты свидетельствуют о высокой степени выраженности таких качеств респондентов как зависимость, конформность, несамостоятельность, преобладание экстерналистского локуса

контроля у студентов данной группы. Экстернальная направленность локуса контроля «Я» характеризует их как людей, имеющих трудности в представлении себя сильной личностью, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями. Испытуемые не разделяют ценности, присущие самореализующейся личности, причем, часто не отдают себе отчет в своих потребностях и чувствах, затруднена их рефлексия. Респонденты проявляют ригидность в поведении и взаимодействии с окружающими людьми, им часто не достает способности быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию. При этом сильной стороной студентов данной группы является познавательная активность, проявляющаяся в выраженном стремлении к приобретению знаний об окружающем мире.

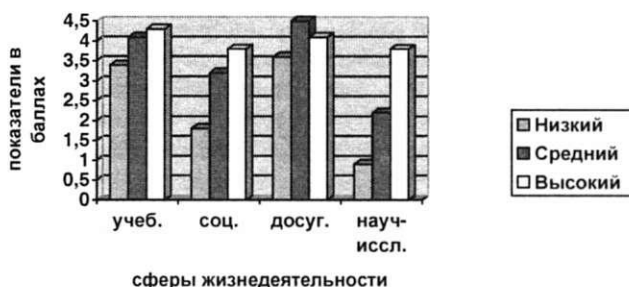
Респонденты с низким уровнем общительности отличаются от представителей других групп недостаточным интересом и эмоциональной насыщенностью жизни, испытывают неудовлетворенность своей настоящей жизнью, ее продуктивностью и осмысленностью по отношению к прожитой ее части. Самооценка собственной самореализации у данных студентов является нереалистичной и составляет 56,2% от возможной абсолютной самореализации, что не совпадает с независимыми показателями проведенных методик.

Характеризуя студентов со средним уровнем развития общительности, можно отметить их творческую направленность, выраженную способность спонтанно и непосредственно выражать свои чувства и демонстрировать окружающим свои эмоции. Студенты этой группы воспринимают природу человека как положительную, реалистично воспринимают окружающий мир и людей. Они отдают предпочтение субъект-субъектному общению, быстро устанавливают глубокие и тесные эмоционально-насыщенные контакты. При этом у них невысока степень независимости ценностей и поведения от воздействия извне, что может проявляться в относительной несвободе в поступках, убеждениях, установках и принципах. У этих студентов присутствует осмысленность жизни, направленность на саморазвитие и временная перспектива. Можно обозначить присущий им интерес и эмоциональную насыщенность жизни, наполненность смыслом своей настоящей жизни. Оценивая собственную самореализацию, студенты отметили ее показатель как 64,4%, что свидетельствует о реалистичности и адекватной оценке самореализации.

Студенты с высоким уровнем развития общительности проявляют высокую степень независимости ценностей и поведения от воздействия извне, обладают твердой внутренней поддержкой, свободны в выборе, уважают и ценят свои достоинства, положительные свойства характера. Эти респонденты отличаются высокой контактностью, что свидетельствует об их способности к быстрому установлению глубоких и тесных эмоционально-насыщенных контактов с людьми, к преобладанию субъект-субъектного вида общения, творческой и познавательной направленностью личности. Студенты данной группы проявляют способность жить «настоящим», то есть переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, ощущать неразрывность

прошлого, настоящего и будущего, видеть свою жизнь целостной. Именно такое мироощущение, психологическое восприятие времени субъектом свидетельствует о высоком уровне самореализации личности. Для них характерна управляемость собственной жизнью, отражающая твердую убежденность в том, что они сами контролируют свою жизнь, свободно принимают решения и воплощают их в жизнь. Процесс жизни респондентов воспринимается ими как интересный, эмоционально насыщенный, наполненный смыслом и удовлетворенностью самореализацией, отражает ощущение продуктивности прожитой ее части. Эти студенты оценивают собственную самореализацию в 64,8%, и этот показатель практически совпадает с аналогичным показателем студентов второй группы. Данный факт можно рассматривать как положительный, свидетельствующий о наличии перспективы дальнейшего личностного роста.

Сравнивая показатели экспертной оценки самореализации студентов в различных сферах жизнедеятельности (учебная, научно-исследовательская, социальная, досуговая) в группах с разным уровнем общительности, можно отметить ярко выраженные различия в показателях оценки экспертов научно-исследовательской, учебной и социальной сферах жизнедеятельности. Тогда как самореализация в досуговой сфере ярче всего проявилась у студентов группы со средним уровнем общительности (Рис. 2).



**Рисунок 2.** Гистограмма средних значений показателей экспертной оценки результативности самореализации в сферах жизнедеятельности по группам, согласно уровню общительности.  
**Примечание:** учеб.- учебная сфера жизнедеятельности, соц.- социальная сфера жизнедеятельности, науч.-иссл.- научно-исследовательская сфера жизнедеятельности, досуг.- досуговая сфера жизнедеятельности; низкий- группа с низким уровнем развития общительности, средний- группа со средним уровнем развития общительности; высокий- группа с высоким уровнем развития общительности.

Тесноту взаимосвязи между общими показателями общительности и значениями самореализации личности студентов выявляли с помощью коэффициента линейной корреляции Пирсона  $r_{xy}$ . Полученные результаты позволяют констатировать, что существует статистическая прямая связь между показателями самореализации и показателями общительности. Подчеркнем, что большинство корреляционных связей обнаружено между этими показателями у

студентов в группе с низким уровнем общительности, что свидетельствует о том, что у студентов с недостаточной самореализацией особое значение приобретает взаимосвязь самореализации с показателем развития их общительности. Так в группе с низким уровнем развития общительности на 0,1% уровне значимости установлены прямые взаимосвязи между показателями общительности и шкалами методики САТ: поддержки ( $r=0,61$  при  $p < 0,01$ ); сензитивности к себе ( $r=0,45$  при  $p < 0,01$ ); самопринятия ( $r=0,6$  при  $p < 0,01$ ); представлений о природе человека ( $r=0,66$  при  $p < 0,01$ ); принятия агрессии ( $r=0,7$  при  $p < 0,01$ ). На 0,05% уровне значимости установлена прямая взаимосвязь между шкалой контактности ( $r=0,47$  при  $p < 0,05$ ) и гибкости поведения ( $r=0,48$  при  $p < 0,05$ ).

Таким образом, проанализировав полученные данные показателей самореализации респондентов и сопоставив их по группам с разными уровнями общительности, можно утверждать, что прослеживается зависимость показателей самореализации студентов-психологов от их уровня развития общительности.

Следующим этапом экспериментальной части исследования явились разработка и апробация содержания программы развития общительности у студентов-психологов экспериментальной группы на основе системно-функциональной модели общительности. Для формирующего этапа экспериментального исследования нами было проведено разделение группы студентов с низким уровнем общительности на контрольную и экспериментальную группы с равным числом респондентов. Разработка и проведение программы развития общительности осуществлялась по четырем модулям в направлении развития характеристик общительности.

Построение и проведение программы развития общительности проходило через ряд последовательных этапов. Диагностический этап программы проводился на констатирующем этапе экспериментального исследования посредством методики А.И. Крупнова «Тест суждений для оценки общительности». Теоретико-методологический этап содержал модуль, способствующий развитию когнитивной характеристики общительности, и был направлен на формирование представлений у студентов-психологов о сущности, функциях и этапах развития общительности. Он осуществлялся в виде информирования участников программы о содержании понятия и составляющих общительности в различных авторских подходах, об аспектах развития общительности в онтогенезе, о факторах и условиях развития общительности, а также причинах и трудностях коммуникативного взаимодействия. Содержанием установочного этапа стал модуль, обеспечивающий развитие мотивационной характеристики общительности, заключающейся в активизации побуждений студентов к межличностному взаимодействию. Содержание этапа было направлено на создание у студентов мотивации на изменения, обеспечение безопасного пространства для личностного самораскрытия, самовыражения и самоизменения, активизацию социоцентрических и эгоцентрических мотивов общения, на снижение эмоционального напряжения участников.

Коррекционно-оптимизирующий этап (включающий межличностный и личностно-реориентационный направления) включал три модуля. Первый из них, обеспечивающий развитие эмоциональной характеристики общительности, направлен на оптимизацию стенических эмоций студентов, создание у них интереса к межличностному взаимодействию; модуль, направленный на развитие когнитивной характеристики общительности был направлен на формирование знаний и умений устанавливать и поддерживать общение; модуль, связанный с развитием регуляторной характеристики общительности, способствовал развитию саморегуляции и самоконтроля общительного поведения студентов – будущих психологов.

Рефлексивно-оценочный этап заключался в оценке эффективности проведенной программы и помощи в переносе студентами позитивного опыта, личностных изменений в привычные жизненные условия. Психопрофилактический этап осуществлялся в виде психологического сопровождения, направленного на сохранение и усиление достигнутых результатов, и предупреждение возможных трудностей в общении у студентов.

Наиболее адекватными методами содержания программы развития общительности у студентов-психологов явились: 1) тренинг социальной активности, направленный на развитие мотивационной характеристики общительности; 2) трансактный тренинг и тренинг сенситивности, направленные на развитие регуляторной характеристики общительности; 3) социально-психологический тренинг, направленный на развитие когнитивной характеристики общительности; 4) метод арттерапии, направленный на развитие эмоциональной характеристики общительности.

Программа осуществлялась в течение двух лет. После ее осуществления был проведен повторный срез показателей общительности.

В контрольной группе показатели общительности не претерпели существенных изменений, в то время как в экспериментальной группе зафиксированы существенные отличия на промежутке от констатирующего до контрольного этапа эксперимента (табл. 1).

Нельзя не отметить значительное увеличение в положительную сторону эмоциональной характеристики общительности и качественный переход этого компонента в гармоничный аспект «стеничность», что проявляется в переживании субъектами положительных стенических эмоций и чувств при преодолении трудностей и достижении цели в процессе межличностного взаимодействия. Можно говорить, что у студентов после проведенной программы общение сопровождается предвосхищением его удачного результата, а в случае неудачи сохраняется спокойствие; студенты переживают интерес и радость в процессе общения. Улучшение показателей наблюдается в регуляторной характеристике общительности, которая характеризуется позитивным ростом интернальности, когда студенты в большей степени надеются и опираются на свои знания, силы и возможности в межличностном общении, считая, что только от их инициативы зависит, как сложатся взаимоотношения с партнерами.

Таблица 1

Статистические оценки различий в средних значениях показателей общительности в экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапах исследования  
n=20

Характеристики Этапы исследования	1Ц	2Д	3Э	4Р	5М	6К	7П	8Т	Общий показатель
Констатирующий этап	-4,6	-7	-12,5	8,3	0,2	22,5	3,4	-1,4	<b>8,9</b>
Контрольный этап	-3,6	-7,55	11,85	16,25	3,8	26,2	4,8	-3,35	<b>21,85</b>
Различия	1	-0,55	<b>24,35</b>	<b>7,95</b>	<b>3,6</b>	<b>3,7</b>	1,4	-1,95	<b>12,85</b>
t- критерий			<b>14,54</b>	<b>3,47</b>	<b>2,04</b>	<b>2,05</b>			<b>4,011</b>
P-уровень значимости			<b>0,001</b>	<b>0,01</b>	<b>0,05</b>	<b>0,05</b>			<b>0,001</b>

**Условные обозначения:** 1Ц – установочно-целевая характеристика; 2Д – динамическая характеристика; 3Э – эмоциональная характеристика; 4Р – регуляторная характеристика; 5М – мотивационная характеристика; 6К – когнитивная характеристика; 7П – продуктивная характеристика; 8Т – рефлексивно-оценочная характеристика.

Также положительная динамика результатов прослеживается по мотивационной и когнитивной характеристикам общительности и свидетельствует об осознанном стремлении субъекта следовать общественно желательным целям, в общении выражать направленность на дело. При этом коммуникативное поведение субъекта имеет целью успешность различных видов деятельности, а с помощью общения реализуется желание общественного признания в группе. Вместе с тем, можно говорить о росте социоцентрических побуждений, а также осмысленности основных функций общительности как качества личности и существенных признаков, понимании ее места и роли в жизнедеятельности человека. Причем рассматриваемые две характеристики относятся к личностному аспекту общительности и, количественный баланс двух аспектов любого личностного компонента свидетельствует о гармоничном сочетании соответствующих составляющих общительности. Так направленность в поведении на удовлетворение потребностей других людей; стремление реализовать намерения близких людей, желание им помочь и наладить дружеские отношения, с одной стороны, дополняется стремлением разобраться в самом себе, намерением использовать общение для раскрытия своих возможностей и способностей, отстаиванием себя и свои ценности, с другой.

Динамическая характеристика общительности относится к индивидуальным признакам личности, показатель по данной переменной остался практически на прежнем уровне, и это связано в первую очередь с большей статичностью этой характеристики. Показатель рефлексивно-оценочной характеристики «трудности в общении» не претерпел значительных изменений, хотя при этом прослеживается уменьшение выраженности операциональных трудностей в общении. Это свидетельствует о преодолении студентами трудностей, связанных с недостаточно развитыми навыками общения. Эмоционально-

личностные трудности характеризуются сугубо личностными проблемами и имеют более стойкий характер, для преодоления их необходима долгосрочная психотерапевтическая работа. Таким образом, можно утверждать, что реализация программы развития общительности, базирующейся на системно-функциональной модели общительности приводит к росту показателей общительности студентов – будущих психологов.

Полученные данные позволяют сделать вывод об оптимизации самореализации у студентов экспериментальной группы. Наиболее выраженные показатели зафиксированы по шкалам САТ компетентности во времени; представлении о природе человека; принятии агрессии; а также синергии и самопринятии. Все перечисленное свидетельствует об улучшении способности студентов жить «настоящим», переживать настоящий момент своей жизни во всей его полноте, ощущать неразрывность прошлого, настоящего и будущего. Именно такое мироощущение, психологическое восприятие времени субъектом свидетельствует о высоком уровне самореализации личности. Также можно говорить о росте самопринятия и способности респондентов экспериментальной группы к целостному восприятию мира и людей, более высокой позитивной оценке в восприятии природы человека. Студенты показали большую степень в принятии и рефлексии собственного раздражения, гнева и агрессивности, как естественного проявления человеческой природы (табл. 2).

**Таблица 2**  
**Статистические оценки различий в средних значениях показателей самореализации в экспериментальной группе на констатирующем и контрольном этапах**

n = 20

	1 Ts	2 I	3 SAV	4 Ex	5 Fr	6 S	7 Sr	8 Sa	9 Ne	10 Sy	11 A	12 C	13 Cog	14 Cr
САТ конст.	47,9	49,2	46,4	48,7	48,4	51,8	51,6	50,7	49,8	50	49,7	51,6	52,4	52,6
САТ контр.	52,1	50,8	48,1	49,1	51,1	53,4	53,2	55,8	55,3	54,1	53,6	53,9	54,0	54,2
Различия	4,2	1,6	1,7	0,4	2,7	1,6	1,6	5,1	5,5	4,1	3,9	2,3	1,6	1,6
t-критерий	<b>2,95</b>	1,12	,877	1,71	,256	,791	,759	<b>3,403</b>	<b>4,887</b>	<b>2,934</b>	<b>2,126</b>	,825	1,585	1,273

**Условные обозначения:** шкалы САТ - 1 Ts - компетентности во времени; 2 I - поддержки; 3 SAV - ценностных ориентаций; 4 Ex - гибкости поведения; 5 Fr - сензитивности к себе; 6 S - спонтанности; 7 - Sr самоуважения; 8 Sa - самопринятия; 9 Ne - представлений о природе человека; 10 Sy - синергии; 11 A- принятия агрессии; 12 C- контактности; 13 Cog - познавательных потребностей; 14 Cr - креативности. САТ конст. - средние показатели группы на констатирующем этапе исследования; САТ контр.- средние показатели группы на контрольном этапе исследования.

Можно утверждать, что у студентов улучшились показатели осмысленности жизни, результативности жизни (удовлетворенности самореализацией), локуса контроля-Я, что свидетельствует об оптимизации

оценки респондентами пройденного отрезка своей жизни, росте ощущения продуктивности и осмысленности прожитой ее части, удовлетворенности своей настоящей жизнью, а также об усилении представления студентов о себе как о сильной личности, обладающей достаточной свободой выбора, чтобы построить свою жизнь в соответствии со своими целями.

Сравнивая полученные результаты в способности оценить собственную самореализацию на разных этапах экспериментального исследования, можно отметить, что студенты экспериментальной группы стали более адекватны и реалистичны в оценке собственной самореализации, тогда как в целом можно говорить о росте общего среднего показателя самореализации (58%).

При этом зафиксированы статистически значимые отличия в показателях самореализации студентов данной группы на констатирующем и контрольном этапах исследования по шкалам методики САТ компетентности во времени ( $t=2,95$  при  $p < 0,01$ ); представления о природе человека ( $t=4,887$  при  $p < 0,01$ ); принятия агрессии ( $t=2,126$  при  $p < 0,05$ ); синергии ( $t=2,934$  при  $p < 0,001$ ) и самопринятия ( $t=4,80$  при  $p < 0,001$ ).

Результаты экспертной оценки показали более успешную самореализацию студентов на контрольном этапе по таким параметрам как активность и результативность самовыражения студентов в учебной и научно-исследовательской деятельности; участие в общественно-социальной жизни и досуговой деятельности; улучшилась успешность обучения студентов за ближайший семестр (рис. 3).

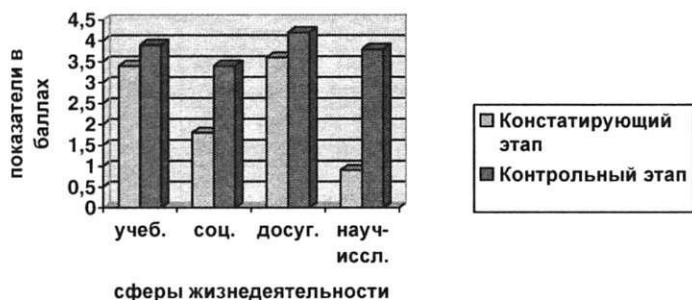


Рисунок 3. Гистограмма выраженности средних результатов экспертных оценок успешности самореализации в различных сферах жизнедеятельности студентов

Таким образом, разработанная и реализованная программа развития общительности как фактор самореализации студентов – будущих психологов, позволила на статистически значимом уровне зафиксировать свою состоятельность. Полученные экспериментальные результаты свидетельствуют о позитивном изменении самореализации студентов-психологов.

Результаты диссертационного исследования позволяют сделать следующие

**выводы:**

1. Исследование актуализировало проблему оптимизации самореализации будущего психолога в процессе профессиональной подготовки, что определяется потребностями современного образования, его направленностью на развитие личностного потенциала и самореализацию будущего психолога при недостаточной разработанности факторов, обеспечивающих успешность самореализации студентов – будущих психологов, в психолого-педагогической науке.

2. На основе анализа психолого-педагогической литературы было установлено, что до настоящего времени в отечественных и зарубежных исследованиях отсутствуют работы, однозначно определяющие содержание, механизмы и факторы развития самореализации – важного для понимания сущностной природы личности феномена. Этим была обусловлена необходимость обобщения теоретико-методологических подходов, рассматривающих данное понятие, что позволило уточнить научное представление о содержании понятия «самореализация студентов – будущих психологов», которое понимается нами как оптимальное проявление актуальных и потенциальных возможностей студентов в различных сферах жизнедеятельности, выражающееся в реалистичном восприятии окружающей действительности, в стремлении к приобретению новой информации и опыта, в рациональности, самопринятии, ответственности и результативности в различных сферах жизнедеятельности. Самореализация у студентов – будущих психологов наиболее отчетливо проявляется через такую форму самовыражения как межличностная коммуникация в различных сферах жизнедеятельности, таких как учебная, научно-исследовательская, социальная и досуговая.

3. Общительность неоднократно выступала предметом психолого-педагогических исследований, рассмотрение которых позволило нам сформулировать понятие «общительность как системно-функциональное свойство личности, обеспечивающее продуктивность межличностного взаимодействия в коммуникации, включающее эмоциональные, регуляторные, когнитивные и мотивационные характеристики».

4. Разработана системно-функциональная модель общительности, включающая эмоциональные характеристики, обуславливающие эмоциональность и интенсивность общения; регуляторные характеристики, обеспечивающие устойчивость и саморегуляцию общительного поведения; мотивационные характеристики, содержащие социоцентрические и эгоцентрические мотивы; когнитивные характеристики, включающие осведомленность и осознанность межличностного взаимодействия. На основе представленной модели предложена авторская программа развития общительности студентов – будущих психологов. Содержание модулей программы развития общительности соответствует характеристикам системно-функциональной модели общительности и направлены на их развитие.

5. Выявлено и экспериментально доказано, что развитие общительности выступает фактором самореализации студентов – будущих психологов. Положительная динамика полученных в ходе формирующего эксперимента

данных подтвердила целесообразность использования программы развития общительности как фактора успешной самореализации будущего психолога в процессе профессиональной подготовки. Анализ результатов экспериментальной работы показал, что высокий уровень развития эмоциональных, регуляторных, мотивационных и когнитивных характеристик общительности обеспечивает успешность самореализации студентов – будущих психологов, проявляющуюся в повышении у студентов реалистичности восприятия окружающей действительности, в развитии у них стремления к приобретению новой информации и опыта, в обогащении рациональности студентов, развитии их самопринятия и ответственности, что проявляется в результативности в различных сферах жизнедеятельности.

Проведенное нами исследование вносит определенный вклад в обоснование факторов оптимизации самореализации студентов – будущих психологов в процессе профессиональной подготовки, но является лишь одним из аспектов решения данной проблемы. Перспективными направлениями научных исследований могут стать дальнейший научный поиск и обоснование факторов и психолого-педагогических условий оптимизации самореализации студентов – будущих психологов, а также разработка новых методов и технологий развития общительности как фактора успешной самореализации студентов – будущих психологов.

**Основные положения диссертационного исследования отражены в следующих публикациях:**

**1. Научные статьи:**

**а) опубликованные в ведущих российских психолого-педагогических изданиях, рекомендованных ВАК РФ для публикации основных положений кандидатских диссертаций:**

1. Костакова, И.В. Самореализация личности студентов-психологов / И.В. Костакова // Известия СНЦ РАН. Специальный выпуск «Актуальные проблемы психологии». – № 4. – Самара, 2006. – С. 165-169.

2. Костакова, И.В. Общительность как условие самореализации личности студентов-психологов / И.В. Костакова // Сибирский педагогический журнал. – № 11.– Новосибирск: НГПУ, 2007. – С. 346-353.

**б) опубликованные в международных, российских и региональных периодических изданиях, межвузовских и вузовских журналах, сборниках:**

3. Костакова, И.В. Личностная и профессиональная самореализация студентов в процессе профессиональной подготовки как основа жизнетворчества / И.В. Костакова // Педагогические системы развития творчества: Материалы 4-й Всероссийской конференции: в 3 ч. – Екатеринбург: Урал.гос. пед. ун-т, 2005. – ч. 2. – С. 64-68.

**2. Материалы научно-практических конференций:**

4. Костакова, И.В. К вопросу о самореализации студентов в процессе вузовского обучения / И.В. Костакова // Личностное развитие специалиста в условиях вузовского обучения: Материалы Всероссийской научно-практической конференции. – Тольятти: ТГУ, 2005. – С. 89-91.

5. Костакова, И.В. Тренинг сенситивности как средство развития допрофессиональной самореализации студентов-психологов / И.В. Костакова // Психология и педагогика современного образования в России: Материалы Международная научно-практическая конференция.– Пенза, 2005. – С. 341-344.

6. Костакова, И.В. Развитие коммуникативной компетентности как основы самореализации личности студентов-психологов / И.В. Костакова // Феномен развития в науках о человеке: Материалы 3-ей Международной научно-практической конференции. – Пенза, 2006. – С.87-91.

7. Костакова, И.В. Аспекты общительности и самореализация личности студентов-психологов / И.В. Костакова // Самореализация личности в современных социокультурных условиях: Материалы Всероссийской научно-практической конференции: в 3 т. – Тольятти: ТГУ Гуми, 2007. – 2 т. С.123-127.

Подписано в печать 14.05.08 г.  
Формат 60x84  $\frac{1}{16}$  Объем 1,5 п.л.  
Бумага офсетная. Тираж 100 экз. Заказ 5166

Отпечатано в типографии ДИС ОАО «АВТОВАЗ»  
445024 г. Тольятти, Южное шоссе, 36