

ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ОСОБЕННОСТИ ГАРМОНИЧНОСТИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ ВУЗА

© 2018

И.В. Костакова, кандидат психологических наук,
доцент кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология»
Л.И. Яфясова, магистрант кафедры «Дошкольная педагогика, прикладная психология»
Тольяттинский государственный университет, Тольятти (Россия)

Ключевые слова: гармоничность личности; гармоничность личности студентов; особенности гармоничности; психологическое благополучие.

Аннотация: В статье рассматривается проблема гармоничности личности студентов. Теоретически обосновано содержание понятия гармоничности личности в русле интегрального подхода, эмпирически определены психологические особенности гармоничности личности студентов. Гармоничная личность представляет собой личность с оптимально интегрированной внутренней динамической структурой, оптимальной согласованностью с окружающим миром и оптимально протекающей жизнедеятельностью. Путем эмпирического исследования определено, что гармоничность личности студентов вуза находится на низком и среднем уровнях выраженности, что обусловлено возрастными особенностями и становлением процессов самоактуализации и самореализации личности. Среди преобладающих показателей гармоничности у студентов выявлены компоненты «самостоятельность», «самогармонизация личности» и «конструктивность общения», тогда как низкий уровень выраженности зафиксирован по шкалам «жизненное самоопределение», «жизненная самореализация» и «позитивность самооценки».

В исследовании гармоничности личности студентов учитывались как объективные показатели интегральной гармоничности, так и субъективное самоощущение гармоничности, психологическое благополучие личности студентов. Определены взаимосвязи между этими разносторонними показателями общей гармоничности студентов и сделаны следующие выводы. Гармоничность студентов обуславливается высоким уровнем самостоятельности и наличием жизненных целей, выстраиванием процессов целеполагания. С одной стороны, снижение локуса направленности на межличностные отношения с людьми, а с другой стороны, уменьшение эгоцентризма и обособленности повышают уровень выраженности гармоничности студентов. Высокие показатели самоудовлетворения препятствуют развитию гармоничности студентов выборки.

При недостаточно сформированном уровне развития гармоничности личности у студентов отмечается положительная динамика в изменениях ее показателей от первого к четвертому курсу по следующим компонентам: «позитивность самооценки», «самогармонизация личности», «жизненное самоопределение», «самостоятельность», тогда как по показателю «жизненная самореализация» зафиксированы отсутствие изменений в развитии и самая многочисленная группа студентов с низким уровнем проявления этой характеристики. Полученные результаты определяют проблему, заключающуюся в определении причин такой стагнации, а также условий и подходов психологического сопровождения развития интегративной гармоничности и ее отдельных компонентов у студентов в период обучения в высшем учебном заведении.

ВВЕДЕНИЕ

Актуальной задачей современного образования в России является подготовка личности к жизни в изменяющемся мире. Такие изменения, как ускорение темпов социального и экономического развития, расширение сферы межкультурного и межличностного взаимодействия, определяют высокие требования, предъявляемые к личностному и профессиональному развитию молодежи. Главной целью профессиональной подготовки становится активизация потенциала и способностей студентов, при которых они способны творчески проявить себя, самоутвердиться и реализоваться.

В вузе активизация механизмов саморазвития направлена в первую очередь на допрофессиональное становление будущего специалиста, тогда как формированию гармоничности личности студентов, способных как к личностной, так и к профессиональной самореализации, уделяется недостаточное внимание. Считаем, что наиболее полное раскрытие всей глубины продуктивного личностного самоосуществления возможно благодаря владению внутренними механизмами развития гармоничности личности.

Исследование проблемы гармоничности имеет давнюю историю, которая уходит корнями в древность.

Это объясняется тем, что сама идея гармоничности отвечает извечной потребности людей в благополучном сосуществовании с окружающей средой. Проблемы, которые связаны с гармоничным развитием человека как личности, являются междисциплинарными и описываются в психологии, философии, этике и других науках.

Аристотель понимал гармонию как завершенность единого целого, как единство в многообразности и применял данное понятие ко всем областям действительности [1]. Работы Г.В. Гегеля были посвящены анализу социальной гармонии как «единства и борьбы противоположностей» [2]. И.Г. Песталоцци утверждал, что баланс социальных способностей и индивидуальных увлечений понимается как фундамент воспитания гармоничной личности, условие счастья и жизни в гармонии [3]. По мнению Э. Шефтсбери, здоровье душевное и телесное базируется исключительно на равном соотношении элементарных функций [4].

К. Юнг, изучая архетипы, подчеркивал важность развития самости, так как она представляет собой ядро личности, вокруг которого объединены и организованы остальные элементы, и в момент интеграции всех аспектов психики личность чувствует целостность, единство

и гармонию [5]. А. Маслоу считал, что самоактуализация личности ведет ее к гармонии [6]. В. Франкл к центральным качествам гармоничной личности относил духовность, свободу и ответственность [7]. Р. Ассаджиоли считал, что гармоничность личности может быть обретена путем обнаружения и соединения полярных черт характера [8].

Характеристики гармоничной личности Л.Н. Собчик описывала как уравновешенность разных тенденций (эмоционально-динамических, интеллектуальных, мотивационных и поведенческих) [9]. С. Гроф в контексте духовности освещал тему гармонии и придерживался мнения, что, занимаясь духовными практиками, следуя простому и нравственному образу жизни, личность приводит в свою жизнь счастье и гармонию [10]. Б.И. Додонов определял, что структура личности приобретает гармоничность в результате максимального развития тех способностей личности, из которых складывается доминирующая направленность, раскрывающая смысл жизни человека и его деятельности [11]. Л.И. Божович в своих трудах отмечает, что гармоническое взаимоотношение личности с самой собой и с окружающим ее миром получается только в случае, когда сознательные устремления личности полностью соответствуют ее непосредственным желаниям [12]. А.А. Милтс к основным ориентирам, ведущим к формированию гармонически развитой личности, относил глубокое уважение человека и высокую требовательность к нему, признание права других людей на индивидуальность, собственное развитие и развитие других [13].

О.И. Мотков во многих своих работах раскрывает определение гармонии как оптимального соотношения частей целого предмета и его оптимальное функционирование, а также как оптимальное соотношение предмета с окружающим миром и его воздействиями [14].

Л.С. Выготский определял ключевую роль самосознания в рассматриваемом нами возрастном периоде [15]. Он считал, что в юношеском возрасте главное – это овладение своим собственным внутренним миром, обеспечивающее целостность поведения, внешним коррелятом данного процесса является появление жизненного плана. По И.С. Кону, центральный психологический процесс юности – это развитие самосознания, побуждающего личность соизмерять свои стремления и поступки с определенными принципами и образом собственного «Я» [16].

З. Фрейд определял идентификацию как процесс и результат построения своего «Я» [17]. Идентификация предстает в качестве главного механизма формирования «Я» и может являться показателем психического развития личности. Э. Эриксон в своей эго-теории личности определял юность как центральный возраст в становлении эго-идентичности личности [18]. Он описывал этот возраст возникновением чувства идентичности.

За успешную адаптацию и совладание с жизненными трудностями в юношеском возрасте отвечает такая характеристика личности, как жизнестойкость. С. Мадди и Д. Кошаба определяли жизнестойкость как психологическую выносливость личности, а также как показатель психического здоровья [19].

О.И. Мотков на основе многолетних исследований построил интегральную модель гармоничности, которая включает в себя следующие компоненты: ценности

личностной гармонии, духовные ценности, образ жизни, саморегуляцию эмоций, конструктивность общения, самогармонизацию личности, умеренность силы желаний и достижений, самостоятельность, удовлетворенность жизнью и отношениями с людьми, жизненное самоопределение, жизненную самореализацию, позитивность самооценки [20].

Считаем, что субъективной оценкой гармоничности личности является психологическое благополучие. Под «психологическим благополучием» понимается субъективное самоощущение человеком целостности и осмысленности своего бытия. Авторы гуманистической теории в своих подходах касались области психологического благополучия личности. Эти подходы обобщила в своих трудах К. Рифф, которая выделила главные компоненты психологического благополучия на основе концепции позитивного психологического функционирования личности. К этим компонентам относятся: самопринятие, автономия, личностный рост, наличие цели в жизни, позитивные отношения с другими, управление окружением [21].

В современных исследованиях рассматриваются факторы саморазвития и гармонизации личности в юношеском возрасте: взаимосвязь духовно-нравственной направленности и гармоничности характера [22], механизмы перехода от развития к саморазвитию, изменение жизненной ситуации через самоизменение [23; 24].

Цель работы – выявление психологических особенностей, которые определяют содержание гармоничности личности студентов вуза.

МЕТОДИКА ПРОВЕДЕНИЯ ИССЛЕДОВАНИЯ

Эмпирическое исследование особенностей гармоничности личности студентов вуза проводилось на базе Тольяттинского государственного университета.

Выборка исследования представлена студентами 1-го и 4-го курсов разных специальностей в возрасте от 18 до 22 лет. Общая величина выборки – 80 человек, из которых 40 являются юношами и 40 – девушками.

В эмпирическом исследовании использованы следующие методики: тест «Интегральная гармоничность личности» О.И. Моткова [20], опросник «Шкалы психологического благополучия» К. Рифф (адаптация Н.Н. Лепешинского, 2007) [25].

РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Эмпирическое исследование особенностей гармоничности личности студентов показало, что среди общего числа студентов выборки респондентов с высоким уровнем гармоничности личности выявлено не было. Респонденты со средним уровнем выраженности составили 42,5 % от общего числа выборки, из которых 13,75 % являются студентами 1-го курса и 28,75 % – студентами 4-го курса. Студентов с низким уровнем проявления гармоничности личности – 57,5 %, из которых 36,25 % являются студентами 1-го курса и 21,25 % – студентами 4-го курса. Отметим положительную тенденцию увеличения численности студентов со средним уровнем гармоничности ближе к окончанию обучения и снижению численности студентов с показателями низкой гармоничности.

Рис. 1 иллюстрирует распределение в порядке возрастания средних значений шкал методики «Интегральная

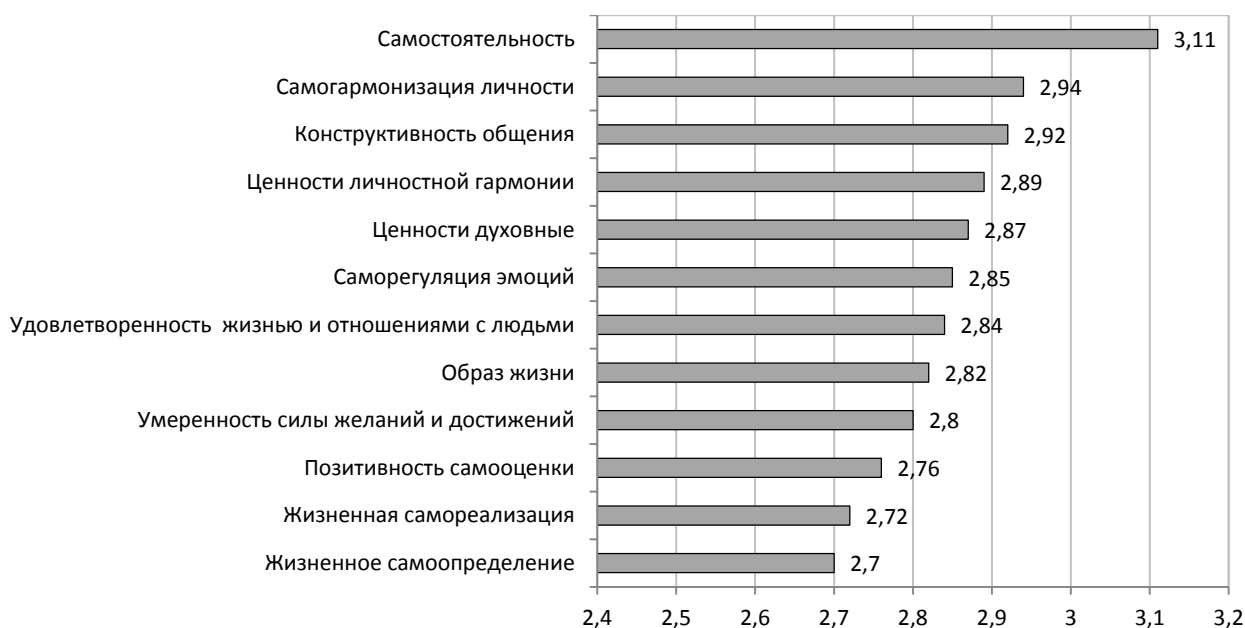


Рис. 1. Средние значения шкал теста «Интегральная гармоничность личности» по общему числу выборки

гармоничность личности» по общей выборке. Самое большое значение имеет шкала «самостоятельность», чуть меньше – шкалы «самогармонизация личности» и «конструктивность общения». Эти три шкалы заключены в границы средних уровней, тогда как остальные средние значения по шкалам относятся к низким уровням проявления гармоничности. В тройку шкал с самыми низкими средними значениями вошли следующие шкалы: «жизненное самоопределение», «жизненная самореализация» и «позитивность самооценки».

Исследование по методике К. Рифф показало, что студентов с высоким уровнем психологического благополучия выявлено не было. Большинство студентов со средним уровнем психологического благополучия – 88,75 %, из которых 40 % первокурсников и 48,75 % четверокурсников. Низкий уровень психологического благополучия характерен для 10 % студентов 1-го курса и 1,25 % от числа студентов 4-го курса.

Корреляционный анализ, который был проведен между шкалами теста «Интегральная гармоничность личности» и показателями опросника «Шкалы психологического благополучия» (рис. 2), отражают две взаимосвязанные стороны гармоничности личности – объек-

тивную и субъективную, зафиксировал следующие эмпирические факты. Прямая корреляционная связь была выявлена между шкалами «самостоятельность» и «цель в жизни» ($p \leq 0,05$), а значит, гармоничность студентов обуславливается высоким уровнем самостоятельности студентов и наличием жизненных целей, выстраиванием процессов целеполагания в их жизни. Определилась значимая обратная корреляционная связь между шкалами «самогармонизация личности» и «позитивные отношения» ($p \leq 0,05$) что означает, что чем выше направленность студентов на самогармонизацию и становление собственной личности, тем ниже уровень значения и влияния позитивных отношений с окружающими людьми. Этот факт можно объяснить смещением локуса с процесса поддержания и сохранения положительных межличностных отношений на избирательность и общность на основе более глубоких ценностей и смыслов. Шкалы «самостоятельность» и «личностный рост» отрицательно коррелируют между собой ($p \leq 0,01$), и это значит, что ярко выраженная самостоятельность, переходящая в излишний эгоцентризм, социальную и межличностную обособленность, снижает процессы и уровень личностного роста. «Жизненная самореализация»

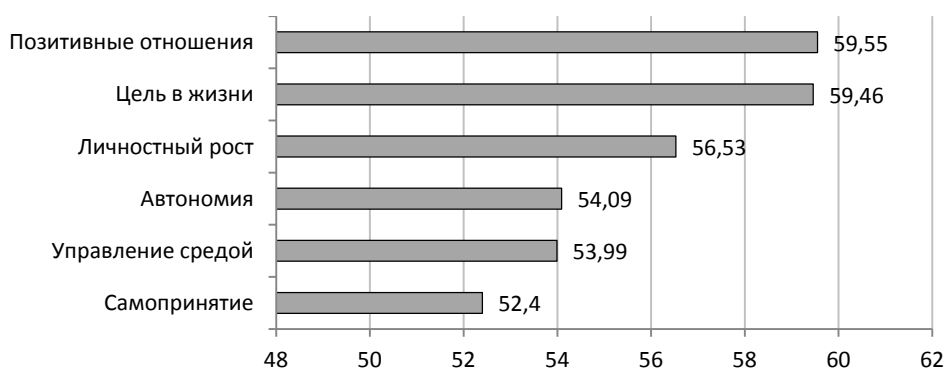


Рис. 2. Средние значения шкал опросника «Шкалы психологического благополучия» по общему числу выборки

и «самопринятие» ($p \leq 0,01$) также имеют обратную корреляционную связь, что указывает на то, что чем выше уровень жизненной самореализации человека, тем ниже его уровень самоудовлетворения.

ОСНОВНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ И ВЫВОДЫ

Таким образом, было выявлено, что показатели гармоничности личности и психологического благополучия студентов вуза имеют низкий и средний уровень выраженности, что, на наш взгляд, обусловлено незавершенностью становления личности в юношеском возрасте.

Особенности проявления гармоничности как интегральной характеристики студентов связаны с ведущими компонентами «самостоятельность», «самогармонизация личности» и «конструктивность общения», тогда как низкий уровень выраженности был зафиксирован по шкалам «жизненное самоопределение», «жизненная самореализация» и «позитивность самооценки».

Корреляционный анализ между интегральной гармоничностью личности и ее психологическим благополучием у студентов, объективной и субъективной сторонами общей гармоничности определил прямую корреляционную связь между шкалами «самостоятельность» и «цель в жизни» ($p \leq 0,05$), обратные корреляционные связи между шкалами «самогармонизация личности» и «позитивные отношения» ($p \leq 0,05$), «самостоятельность» и «личностный рост» ($p \leq 0,01$), «жизненная самореализация» и «самопринятие» ($p \leq 0,01$).

Статья подготовлена при поддержке РФФИ, проект № 18-413-630006.

СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

- Аристотель. О душе // Сочинения. Т. 1. М.: Мысль, 1976. С. 371–448.
- Гегель Г. Эстетика. Т. 1. М.: Искусство, 1968. 330 с.
- Песталоцци И.Г. Избранные педагогические сочинения. М.: Педагогика, 1981. 416 с.
- Шефтсбери Э. Эстетические опыты. М.: Искусство, 1974. 536 с.
- Самуэлс Э. Юнг и постъюнгианцы. Курс юнгианского психоанализа. М.: ЧеРо, 1997. 416 с.
- Maslow A.H. *Toward a Psychology of Being*. New York: Litton Education Publishing, 1968. 240 p.
- Frankl V. *The Doctor and the Soul*. New York: Knopf, 1955. 280 p.
- Ассаджиоли Р. Психосинтез: теория и практика. М.: REFL-book, 1994. 314 с.
- Собчик Л.Н. Введение в психологию индивидуальности. М.: Институт практической психологии, 1998. 480 с.
- Гроф С. Духовный кризис. М.: МТМ, 1995. 256 с.
- Додонов Б.И. Эмоциональные типы, типичность и гармоническое развитие личности // Вопросы психологии. 1978. № 3. С. 169–181.
- Божович Л.И. Избранные психологические труды. 2-е изд. М.: Институт практической психологии, 1997. 352 с.
- Милтс А.А. Гармония и дисгармония личности. М.: Политическая литература, 1990. 224 с.
- Мотков О.И. Основные понятия теории природной и гармоничной личности. М.: Педагогика, 2003. 248 с.
- Выготский Л.С. Психология развития человека. М.: Эксмо, 2005. 136 с.
- Кон И.С. Психология юношеского возраста: проблемы формирования личности. М.: Просвещение, 1979. 175 с.
- Freud S. *Psychopathology of Everyday Life*. Munich: List-Ferlag, 1901. 100 p.
- Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. М.: Прогресс, 1996. 344 с.
- Maddi S.R., Khoshaba D.M. *Hardiness and Mental Health // Journal of Personality Assessment*. 1994. Vol. 63. P. 265–274.
- Мотков О.И. Тест интегральной гармоничности личности. М.: Маска, 2015. 100 с.
- Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited // *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000. Vol. 4. P. 12–27.
- Палык Н.В. Духовная личностная направленность как фактор гармонизации характера в юношеском возрасте // *Национальный психологический журнал*. 2015. № 1. С. 88–95.
- Щукина М.А. Проблема саморазвития личности в парадигме культурно-исторической психологии // *Психологическая наука и образование psyedu.ru*. 2014. Т. 6. № 4. С. 81–92.
- Щукина М.А. Стадия лиминальности в саморазвитии личности // *Учёные записки Санкт-Петербургского государственного института психологии и социальной работы*. 2017. Т. 27. № 1. С. 45–51.
- Лепешинский Н.Н. Адаптация опросника «Шкала психологического благополучия» К. Рифф // *Психологический журнал*. 2007. № 3. С. 24–37.

REFERENCES

- Aristotel. *About the soul*. *Sochineniya*. Moscow, Mysl Publ., 1976. Vol. 1, pp. 371–448.
- Gegel G. *Estetika* [Aesthetics]. Moscow, Iskusstvo Publ., 1968. Vol. 1, 330 p.
- Pestalotsti I.G. *Izbrannye pedagogicheskie sochineniya* [Selected works on pedagogy]. Moscow, Pedagogika Publ., 1981. 416 p.
- Sheftsberi E. *Esteticheskie opyty* [Aesthetic experiences]. Moscow, Iskusstvo Publ., 1974. 536 p.
- Samuels E. *Yung i postyungianty. Kurs yungianskogo psikhoanaliza* [Jung and post-Jungians. Course of Jungian psychoanalysis]. Moscow, CheRo Publ., 1997. 416 p.
- Maslow A.H. *Toward a Psychology of Being*. New York, Litton Education Publ., 1968. 240 p.
- Frankl V. *The Doctor and the Soul*. New York, Knopf Publ., 1955. 280 p.
- Assadzhioli R. *Psikhosintez: teoriya i praktika* [Psychosynthesis: theory and practice]. Moscow, REFL-book Publ., 1994. 314 p.
- Sobchik L.N. *Vvedenie v psikhologiyu individualnosti* [Introduction to the individuality psychology]. Moscow, Institut prakticheskoy psikhologii Publ., 1998. 480 p.
- Grof S. *Dukhovnyy krizis* [Spiritual crisis]. Moscow, MТM Publ., 1995. 256 p.
- Dodonov B.I. Emotional types, typicality and harmonious development of a personality. *Voprosy psikhologii*, 1978, no. 3, pp. 169–181.
- Bozhovich L.I. *Izbrannye psikhologicheskie trudy* [Selected psychological works]. 2nd ed. Moscow, Institut prakticheskoy psikhologii Publ., 1997. 352 p.
- Milts A.A. *Garmoniya i disgarmoniya lichnosti* [Harmony and disharmony of a personality]. Moscow, Politicheskaya literatura Publ., 1990. 224 p.

14. Motkov O.I. *Osnovnye ponyatiya teorii prirodnoy i garmonichnoy lichnosti* [Basic concepts of the theory of natural and harmonious personality]. Moscow, Pedagogika Publ., 2003. 248 p.
15. Vygotskiy L.S. *Psikhologiya razvitiya cheloveka* [Psychology of human development]. Moscow, Eksmo Publ., 2005. 136 p.
16. Kon I.S. *Psikhologiya yunosheskogo vozrasta: problemy formirovaniya lichnosti* [The Psychology of adolescence: Problems of personality formation]. Moscow, Prosveshchenie Publ., 1979. 175 p.
17. Freud S. *Psychopathology of Everyday Life*. Munich, List-Ferlag Publ., 1901. 100 p.
18. Erikson E. *Identichnost: yunost i krizis* [Identity: Youth and crisis]. Moscow, Progress Publ., 1996. 344 p.
19. Maddi S.R., Khoshaba D.M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 1994, vol. 63, pp. 265–274.
20. Motkov O.I. *Test integralnoy garmonichnosti lichnosti* [Test of integral harmony of a personality]. Moscow, Maska Publ., 2015. 100 p.
21. Ryff C.D., Keyes C.L.M. The structure of psychological well-being revisited. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2000, vol. 4, pp. 12–27.
22. Palyk N.V. The spiritual personal orientation as the factor of character harmonization in adolescence. *Natsionalnyy psikhologicheskii zhurnal*, 2015, no. 1, pp. 88–95.
23. Shchukina M.A. The Problem of Self-identity in Terms of Cultural-Historical Psychology. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie psyedu.ru*, 2014, vol. 6, no. 4, pp. 81–92.
24. Shchukina M.A. The stage of liminality in the personal self-development. *Uchenye zapiski Sankt-Peterburgskogo gosudarstvennogo instituta psikhologii i sotsialnoy raboty*, 2017, vol. 27, no. 1, pp. 45–51.
25. Lepeshinskiy N.N. Adaptation of a questionnaire “Psychological well-being scale” of K. Riff. *Psikhologicheskii zhurnal*, 2007, no. 3, pp. 24–37.

PSYCHOLOGICAL CHARACTERISTICS OF HARMONIOUS PERSONALITY OF THE UNIVERSITY STUDENTS

© 2018

I.V. Kostakova, PhD (Psychology), assistant professor of Chair “Preschool Pedagogy and Applied Psychology”

L.I. Yafyasova, graduate student of Chair “Preschool Pedagogy and Applied Psychology”

Togliatti State University, Togliatti (Russia)

Keywords: harmonious personality; harmonious personality of the students; special characteristics of harmony; psychological well-being.

Abstract: The paper considers the problem of a harmonious personality of the students. The authors substantiate theoretically the content of the concept of the harmonious personality within the integral approach and determine empirically the psychological characteristics of a harmonious personality of the students. A harmonious personality is a personality with the optimally integrated inner dynamic structure, optimal conformity with the surrounding environment and with the current life activity. It has been empirically determined that the harmonious personality of the university students is represented at a low and medium levels, which is caused by the age peculiarities, the formation of the processes of the personality self-actualization and self-fulfillment. Among the predominant harmony indicators of the students, the authors identify such components as “independence”, “personality self-harmonization” and “communication constructiveness”, while the low level of manifestation has been recorded on such scales as “life self-determination”, “life self-fulfillment” and “positive self-esteem”.

The research considered both the objective indicators of integral harmony and the subjective self-awareness of harmony, as well as psychological well-being of the students’ personality. The interrelations between these versatile indicators of general harmony of the students are determined and the following conclusions are made. The students’ harmony is determined by the high level of their independence, set life goals, and by the development of the goal-setting process. Both the decrease in the locus of focus on the interpersonal relations between people and the reduction of egocentrism and isolation increase the level of the harmonious personality of the students. High indices of self-satisfaction hamper the development of students’ harmonious personality within the selected group.

When the level of the students’ harmonious personality development is not sufficiently formed, positive dynamics is observed in the changes of its indicators throughout the university years for such components as: “positive self-esteem”, “personality self-harmonization”, “personal self-determination”, and “independence”. In terms of “personal self-fulfillment” indicator, no changes are recorded in its development, and the most numerous group of students with the low development of this characteristic is registered. The results of the study identify the problem of determination of the reasons for such stagnation, as well as the conditions and approaches of psychological support of the students for the development of integrative harmony and its certain components throughout the university life.