**ПРАВИТЕЛЬСТВО РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ**

**фЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТвЕННОЕ Бюджетное ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ**

**ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ**

**«Санкт-Петербургский государственный университет» (СПбГУ)**

**Факультет психологии**

|  |  |
| --- | --- |
|  |  |

Выпускная квалификационная работа на тему

ФАКТОРЫ САМОРАЗВИТИЯ И САМООБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ

По специальности

030300 – Психология

основная образовательная программа

«Психология развития и образования»

Выполнила

студентка 2 курса

магистратуры

Живакова М.А.

|  |  |
| --- | --- |
| Рецензент  Доктор психологических наук,  профессор кафедры психологии профессиональной деятельности ФГБОУ ВО  «Российский государственный  педагогический университет  им. А.И. Герцена» | Научный руководитель  зав. кафедрой психологии личности, доктор психологических наук, профессор  Костромина С.Н. |

Санкт-Петербург

2018

ОГЛАВЛЕНИЕ

[АННОТАЦИЯ 4](#_Toc516178255)

[ВВЕДЕНИЕ 6](#_Toc516178256)

[ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРАЗВИТИЯ И САМООБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ 11](#_Toc516178257)

[1.1. Феномен саморазвития и его изучение в отечественной и зарубежной литературе 11](#_Toc516178258)

[1.2. Понятие самообразования врослых 14](#_Toc516178259)

[1.3. Проявления самообразовательной активности и саморазвития 19](#_Toc516178260)

[1.4. Выводы по 1 главе 21](#_Toc516178261)

[ГЛАВА 2. ЦЕЛЬ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООБРАЗОВАНИЯ И САМОРАЗВИТИЯ У ВЗРОСЛЫХ 22](#_Toc516178262)

[2.1. Цели, задачи, гипотеза исследования 22](#_Toc516178263)

[2.2. Выборка исследования 24](#_Toc516178264)

[2.3. Процедура исследования 25](#_Toc516178265)

[4.4. Методический аппарат исследования 26](#_Toc516178266)

[2.4.1. Анкета исследования самообразовательной деятельности. 27](#_Toc516178267)

[2.4.2. Методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева). 29](#_Toc516178268)

[2.4.3. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) (Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд, Е. А. Голынкина, 1984). 32](#_Toc516178269)

[2.4.4. Опросник дифференциации направленной субъектной активности(ОДНСА) В.И. Гинецинского. 35](#_Toc516178270)

[2.4.5. Методика Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности (индивидуальных различий). 36](#_Toc516178271)

[2.4.6. Диагностика самоактуализации личности. Методика А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина (САМОАЛ) 41](#_Toc516178272)

[2.5. Математические методы исследования 45](#_Toc516178273)

[ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ САМООБРАЗОВАНИЯ И САМОРАЗВИТИЯ ВЗРОСЛЫХ 46](#_Toc516178274)

[3.1. Качественный анализ результатов самообразовательной активности испытуемых 46](#_Toc516178275)

[3.2.Факторизация данных по самообразованию и саморазвитию 61](#_Toc516178276)

[3.3. Кластерный анализ участников исследования с учетом данных факторного анализа 64](#_Toc516178277)

[3.4. Сравнительный анализ двух групп участников с разным уровнем самообразовательной деятельности 68](#_Toc516178278)

[3.5. Структура взаимосвязей личностных особенностей с разным уровнем включенности в самообразовательную деятельность. 76](#_Toc516178279)

[3.6. Анализ предикторов степени самообразовательной активности 81](#_Toc516178280)

[ВЫВОДЫ 85](#_Toc516178281)

[ЗАКЛЮЧЕНИЕ 87](#_Toc516178282)

[СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ 88](#_Toc516178283)

[ПРИЛОЖЕНИЕ 92](#_Toc516178284)

[1. Бланк анкеты самообразовательной деятельности 92](#_Toc516178285)

[2. Бланк опросника определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева). 94](#_Toc516178286)

[3. Бланк опросника уровня субъективного контроля (Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд, Е. А. Голынкина) 96](#_Toc516178287)

[4. Бланк опросника дифференциации направленной субъектной активности В.И. Гинецинского. 100](#_Toc516178288)

[5. Бланк ценностного опросника Ш. Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности (индивидуальных различий). 102](#_Toc516178289)

[6. Бланк опросника диагностики самоактуализации личности А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина. 110](#_Toc516178290)

# АННОТАЦИЯ

Исследование посвящено выявлению особенностей самообразовательной и саморазвивающей активности у взрослых людей.

В исследовании приняли участие взрослые люди, в возрасте от 22 до 58 лет, получающие дополнительное образование: слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета философии и политологии, отделения конфликтологии (3 человека); студенты отделения ДО «Университета технологии и дизайна» (13 человек); слушатели учебного центра «Базис» (36 человек); слушатели вечерних курсов «Института иностранных языков» (14 человек); слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета психологии (15 человек). Самообразовательная активность участников исследования и их психологические характеристики изучались при помощи специально разработанной анкеты самообразовательной/саморазвивающей деятельности и стандартизированных психологических методик (методика определения индивидуальной меры рефлексивности А. В. Карпова, В. В. Пономаревой; опросник уровня субъективного контроля Е. Ф. Бажина, А. М. Эткинда, Е. А. Голынкина; опросник дифференциации направленной субъектной активности В.И. Гинецинского; методика Ш.Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности; диагностика самоактуализации личности А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина).

В результате исследования были выявлены факторы, индуцирующие саморазвитие у взрослых, а также изучена различная степень включенности испытуемых в самообразовательную активность.

Ключевые понятия: саморазвитие, самообразовательная активность, предикторы самообразовательной деятельности, степень вовлеченности в самообразовательную деятельность.

**ABSTRACT**

The study examined the features of self-development and self-education of adults. There were explored psychological features of the participants of the study and their relationship with self-development and self-educational activities are studied.

The study involved adults aged 22 to 58 years, receiving additional education: students of the Department of additional education of St. Petersburg state University, faculty of philosophy and political science, Department of conflict management (3 people); students of the Department of Additional Education the "University of technology and design" (13 people); students of the training center "Basis" (36 people); students of evening courses "Institute of Foreign Languages" (14 people); students of the Department of additional education of St. Petersburg state University, faculty of psychology (15 people). Self-educational activity of study participants and their psychological characteristics were studied using a specially developed questionnaire of self-educational activities, and standartized psychological methods (method of determining individual measures reflexivity Century A. Karpov, V. V. Ponomareva; questionnaire level of subjective control E. F. Bazhina, A. M. Etkind, E. A. Gulinkina; a questionnaire directed differentiation of the subject of activity of V. I. Genetische; method of sh at the study of individual values and their analysis at the individual level; diagnostics self-actualization Lazukina A. V. adaptation N.F. Kalina).

As a result of the study, the factors that induce self-development in adults were identified, and the different degree of involvement of the examinees in self-educational activity was studied.

Key concepts: self-development, self-educational activity, predictors of self-educational activity, the degree of involvement in self-educational activity.

# ВВЕДЕНИЕ

Феномен саморазвития стал активно изучаться с начала 2000гг. Можно сказать , что теоретическая проблематика довольно хорошо разработана. Сложность состоит лишь в том, что у различных авторов нет единого терминологического инструментария для эмпирического исследования данного феномена.

В.И.Слободчиков, В.Г.Маралов, М.А.Щукина, М.И. Фризен, А.А.Деркач, Д.А.Леонтьев в своих работах с разных сторон рассматривают процесс самостоятельного развития человека. Анализ многочисленной отечественной и зарубежной литературы по этой проблематики показывает, что исследование предикторов саморазвития изучен недостаточно хорошо, что порождает проблему запуска процесса саморазвития.

Несмотря на наличие большого количества работ на эту тему в последнее время , саморазвитие как явление выступает в них как некая самоочевидная ценность, для раскрытия которой используются многочисленные психолигические методики.

Само по себе саморазвития и сопутствующие ему понятия остаются аюстракциями, требующими перевода в практическую плоскость.На наш взгляд, теоретические наработки советской психологии ( С.Л.Рубинштейн, Б.Г.Ананьев) и практика деятельностного подхода в психологии позволяют наиболее полно изучить данную проблематику.

Саморазвитие - целенаправленное изменение личности, осуществляемое управлением самой личности как субъекта развития. Субъектность личности играет здесь ключевую роль, т.к. способность быть субъектом свой жизни, быть автором изменений в собственной жизни актуализирует целый пласт личностных характеристик, которые традиционно понимаются как важнейшие критерии глубины и целостности личности.

Как правило, в актуализации саморазвития у отдельного человека заинтересованы педагоги, но здесь мы сталкиваемся как правило с изучением детской и пдростковой психики. Ряд статей посвящен саморазвитию студентов, что также говорит скорее о педагогической заинтересованности в успехах учащихся ( саморазвитие студентов ВУЗа). Психолого-педагогическое сопровождение – сфера наибольшей заинтересованности в саморазвитии. Здесь сходятся интересы педагога-психолога в развитии подопечного, заинтересованность образовательной системы в развитии сотрудника для повышения качества услуг и заинтересованность самого педагога-психолога в профессиональном и личностном развитии. В меньшей степени заинтересованность в саморазвитии проявляют общественные институты связанные с необходимостью развития и поддержки общественно значимых профессий – педагогов и врачей творческое саморазвитие учителя, саморазвитие медицинского работника).

Исследование саморазвития взрослых людей, находящихся вне структуры образовательный системы и не находящихся в профессиональной обусловленности саморазвития ( как педагоги, психологи, врачи) является сферой мало исследованной.

На наш взгляд исследование этого феномена заслуживает отдельного внимания так как концепция образования на протяжении всей жизни (Lifelong education) требует понимания какие механизмы позволяют взрослому человеку развиваться несмотря на повседневные противоречия. Практические наработки, большое количество разнообразных методик, помогающих человеку развиваться и становиться личностью, должны беть обоснованы эмпирическими исследованиями. Знание предикторов саморазвития позволяет на качественно ином уровне подбирать методы для актуализации самообразования взрослого человека.

Сморазвитие взрослого человека имеет свои проявления в реальной жизни. Потребности человека в развитии зачастую удовлетворяются самообразованием – приобретением систематических знаний в какой-либо области науки, техники, культуры, политической жизни и т.п., предполагающее непосредственный личный интерес занимающегося в сочетании с самостоятельным изучением материала. Таким образом, самообразование является особым типом деятельности сопутствующим саморазвитию, детерминированным самом человеком и на всем его протяжении корректирующим его результат в соответствии с целями. В связи с этим, была выработана гипотеза о наличии личностных характеристик, которые обуславливают самообразовательную активность взрослого человека.

**Целью** исследования выступило изучение особенностей самообразования и саморазвития взрослых в контексте их активной повседневной жизни.

**Объектом исследования** стал процесс саморазвития и самообразования взрослых людей.

**Предметом исследования** стало изучение взаимосвязи личностных особенностей и степени включенности в самообразовательную деятельность.

В соответствии с целью исследования было необходимо решить следующие задачи:

1. Провести теоретический анализ отечественной и зарубежной литературы посвященной проблематике саморазвития и самообразования.
2. Найти методы изучения личностных характеристик взрослых.
3. Разработать анкету изучения самообразовательной деятельности взрослых людей.
4. На основе теоретического анализа организовать изучение испытуемых.
5. Провести анализ данных анкетирования.
6. Подобрать валидные методы эмпирического исследования.
7. Сопоставить данные анкетирования и данные писходиагостических методик для выявления значимых предикторов самообразовательной активности.

В качестве **основной гипотезы** выступило предположение о том, что **с**уществует такое сочетание личностных характеристик, которое обуславливает степень включенности взрослого человека в самообразование и саморазвитие.

**Частные гипотезы:**

1. Динамика включенности одного и того же человека в процесс саморазвития и самообразования различается в зависимости от уровня его самостоятельности/автономности и жизенстойкости.
2. Ключевыми личностными предикторами, обуславливающими уровень самообразования (степень включенности в процесс самообразования) и саморазвития (степень включенности в процесс саморазвития) является направленность субъектной активности и особенности самоактуализации личности.

Для решения поставленных задач и проверки гипотезы были использованы: метод анкетирования и стандартные психодиагностические методики.

В исследовании принял участие 81 человек: слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета философии и политологии, отделения конфликтологии (3 человека); студенты отделения ДО «Университета технологии и дизайна» (13 человек); слушатели учебного центра «Базис» (36 человек); слушатели вечерних курсов «Института иностранных языков» (14 человек); слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета психологии (15 человек). Возраст участников – от 22 до 58 лет.

Структура диссертационной работы обусловлена логикой проведения исследования. В первой главе приведен теоретический обзор изучаемых феноменов, приведены данные исследований ученых в смежных областях. Рассмотрены различные подходы к изучению саморазвития и особенностей самообразования взрослых.

Во второй главе приведен обзор используемых методик и охарактеризована выборка испытуемых, выделены независимые переменные исследования.

В третьей главе приведены результаты и анализ эмпирического исследования.

В заключении диссертации сделаны общие выводы по проведенному исследованию.

# ГЛАВА 1. ТЕОРЕТИЧЕСКИЕ ПРЕДПОСЫЛКИ ИССЛЕДОВАНИЯ САМОРАЗВИТИЯ И САМООБРАЗОВАНИЯ ВЗРОСЛЫХ

# Феномен саморазвития и его изучение в отечественной и зарубежной литературе

Понятие саморазвития перешло в психологию из философии, где оно было известно несколько тысяч лет. Внимание к саморазвитию в восточной философии связано с понятием самопознания, как основы буддизма и конфуцианства.

Саморазвитие стало важной частью античной философии (Сократ, Гераклит, Платон), где оно переходит от категории самопознание к самосовершенствованию. У греков начинается переход от идеальных понятий в сферу конкретного применения знания, можно сказать появляется разработка методологии саморазвития.

В западно-европейской философии для Р. Декарта тезис: «Cogito ergo sum» является самоценной идеей, то для И.Канта самопознание становится основой для улучшения себя. Г.Гегель идет еще дальше и, преодолевая дуализм внутреннего и внешнего пишет о развитии через пользу обществу. Он противопоставляет для-себя-бытие и бытию для другого.

В современной психологии, наследником это традиции можно считать Э.Фромма описавшего внутренний конфликт человека – моральную несостоятельность перед выбором жизни для общества и бегства от свободы и поиском своей индивидуальности. Быть в понимании Фромма – значит давать себе возможность развиваться, реализуя свои истинные потребности и задатки.

Глубоким занием основ философии обладал советский философ-психолог С.Л.Рубинштейн. Именно он заложил методологические основы саморазвития, хотя и не выделял его как отдельное понятие. Для него это имманентный процесс, присущий человеку в онтогенезе, и в то же время, это осознанно совершаемый процесс. По Рубинштейну особое значение имеет самоопределение в ситуациях, где необходимо соотнести условия среды и требования, через осознание ситуации, того, что дано и задано. Субъект самостоятельно находит приемлемое решение противоречия сложившейся ситуации, если занимает осознанную позицию: «фундаментальное значение имеет сознание... Без сознания, без способности сознательно занять определенную позицию, нет личности» [14,с. 122.]

Л.С. Выготский также стоявший у истоков советской психологии указывал на важность наличия собственной позиции в саморазвитии и самовоспитании: «Строго говоря, с научной точки зрения нельзя воспитывать другого. Оказывать непосредственное влияние и производить изменения в чужом организме невозможно, можно лишь воспитываться самому, то есть изменять свои прирожденные реакции через собственный опыт» [3, с. 82].

Выдающийся психолог А.Н. Леонтьев указывал на то что формирование всех человеческих способностей формируется «в ходе развития процессов деятельности, в том числе процессов изучения, дающих помимо образования связей, умений, навыков также определенный «формальный» результат, а именно изменение тех внутренних предпосылок или условий, от которых зависят дальнейшие возможности осуществления деятельности.» [5, c. 13-21.]

Советская психология, для решения противоречий между абстрактным и конкретным, взяла на вооружение философский диалектический подход. К. Маркс писал: «Но сущность человека не есть абстракт, присущий отдельному индивиду. В своей действительности она есть совокупность всех общественных отношений» [10, с.3.]

А.Н. Леонтьев развивает идею личности, как суммы общественных отношений и разрабатывает теорию деятельности. Процесс развития обусловлен общественно-историческими законами, влияющими как на общество в целом, так и на отдельных индивидов.

Б.Г Ананьев также считал, что именно в обществе находится комплекс потенций для человеческого развития. Обозначив доминирующее влияние социальной стороны личности Ананьев поясняет, что это её «мировоззрение и направленность, потребности и интересамы, идеалы и стремления, моральные и эстетические качества.» [1, с.276-317] Можно сказать, что именно в общественной жизни, человек черпает потенциал для своего развития, которое проявляется как саморазвитие.

Проблему саморазвития личности изучали К. А. Абульханова-Славская, Б.Г.Ананьев, А. Г. Асмолов, Д. А. Леонтьев, М.К. Мамардашвили, Р. С. Немов, В. А. Петровский, В. И. Слободчиков, Д. И. Фельдштейн, В,Г,Маралов, А.А.Деркач.

В этой традиции человек – это уникальное природное существо, единственное на планете способное к самоконструированию (М.К.Мамардашвили), самоактуализации (Д.А.Леонтьев), социокультурному конструированию (А.В.Петровский, А.Г.Асмолов, М.К.Мамардашвили), самосовершенствованию (В.Г.Маралов, В.И.Слободчиков), самореализации (А.А.Деркач).

С новыми временами приходят новые вызовы, ряд современных авторов авторов обращают внимание на проблемы «ухода от саморазвития» важность их изучения (В.Г.Маралов, Ю.В.Трофимова, Н.А.Низовских). Возникает проблема «подавления творчества» (Д.А.Леонтьев), проблема перехода возможности в действительность (Ю.В.Трофимова).

В. И. Слободчиков и Е. И. Исаев отмечают, что саморазвитие – это превращение собственной «жизнедеятельности в предмет практического преобразования» [16, c.77].

М.А. Щукина определяет саморазвитие как процесс развития личности, как субъекта жизненного пути «с атрибутами управляемости, произвольности и самодетерминированности качественных личностных изменений». [20, с. 154–164.]

М.И.Фризен выделяет два важных этапа для осуществления саморазвития: человек должен осознать имеющиеся у него в наличии качества, навыки, умения и поставить цель улучшить их или устранить. [19, с.78] При этом важно адекватно оценивать ситуацию, свое окружение, актуальность своих желаний в развитии, что само по себе не гарантирует качественного улучшения самого человека в целом. Личность может быть недостаточно зрелой для принятия решения о направлении своего развития и, как следствие, может делать неправильные выводы о его результатах.

В.Г.Маралов полагает, что специфической формой саморазвития, «проявляющейся в способности человека к активному и целенаправленному изменению себя», является самосовершенствование и всего четыре стратегии самосовершенствования: приобретения, преобразования, ограничения и избавления. [7, c.479.]

А.А. Деркач считает саморазвитие принципиально новым для человечества типом деятельности, в котором человек проявляются истинно человеческие качества – способность эволюционировать, развиваться во взаимодействии с другими и в то же время усиливать свои индивидуальные качества. В то же время развитие человека определяется степенью его реальных проявлений в деятельности. [4, с. 222-235.]

Итак, у саморазвития есть направленность (цели и задачи) и индивидуализация, проявляемая в конкретной деятельности. Мерой индивидуального саморазвития может быть самообразование, как тип деятельности, направленный на самореализацию и индивидуализацию.

# Понятие самообразования врослых

Потребности человека в развитии зачастую удовлетворяются самообразованием – приобретением систематических знаний в какой-либо области науки, техники, культуры, политической жизни и т.п., предполагающее непосредственный личный интерес занимающегося в сочетании с самостоятельным изучением материала.

Советская психология, взяв за основу деятельностный подход, дала определение самобразованию как самостоятельному получению образования, приобретение систематических знаний в какой-либо области науки, техники, культуры, политической жизни, предполагающее непосредственный личный интерес занимающегося в органическом сочетании с самостоятельностью изучения материала. Вместе с тем, отмечалась важность самообразования как самовоспитания, поскольку оно «способствует выработке целеустремлённости, настойчивости в достижении цели, внутренней организованности, трудолюбия и других моральных качеств».

В психолого-педагогической литературе советского периода понятие самовоспитание встречается довольно часто, его упоминают прогрессивные педагоги –новаторы: Выготский Л.С., Макаренко А.С., Сухомлинский В.А., Шаталов В.Ф., Амонашвили Ш.А.

Такое понимание самообразования близко данному выше понятию самосовершенствования, но отличается тем, что там в фокусе находится выбор способа осуществления самосовершенствования, то есть этап, который следует за принятием решения самосовершенствоваться.

В БСЭ 1975 года дается такое определение: «Самообразование – самостоятельное образование, приобретение систематических знаний в какой-либо области науки, техники, культуры, политической жизни и т. п., предполагающее непосредственный личный интерес занимающегося в органическом сочетании с самостоятельностью изучения материала. Вместе с тем самообразование – средство самовоспитания, поскольку способствует выработке целеустремленности, настойчивости в достижении цели, внутренней организованности, трудолюбия, и других моральных качеств. В широком смысле под самообразованием понимают все виды приобретения знаний, связанные с самостоятельной работой занимающегося над изучаемым материалом. Основная форма самообразования – изучение научной, научно-популярной, учебной, художественной и другой литературы, прессы. Самообразование предусматривает также возможность использования разнообразных вспомогательных средств: прослушивание лекций, докладов, концертов, фоно-записей; консультации специалистов; просмотр спектаклей, кинофильмов, телепередач; посещение музеев выставок, галерей; различные виды практической деятельности – опыты, эксперименты, моделирование и т.п.». [2, с.543 ]

В настоящее время, в России, самообразование рассматривается преимущественно как педагогическая задача. Большинство статей на эту тему рассматривают самообразование либо как фактор повышения качества образования, либо как дополнительный фактор профессионального развития. [12, c. 84-90]

Из зарубежной литературы по теме самообразования на русскоязычное пространсто проникают такие термины как lifelong learning, self-development, self-directed learning, wellbeing. Будучи переведенными без учета контекста эти термины теряют первоначальный смысл, заложенный в них авторами исследований, научных статей и книг.

Lifelong Learning (обучение на протяжении всей жизни) - концепция непрестанного, добровольного поиска новых знаний, который вдохновляется как профессиональными, так и личными причинами. Подобный образ жизни способствует профессиональному росту и конкурентоспособности человека на рынке труда, и при этом является важнейшей частью личностного роста. При этом в масштабах страны массовое принятие этой концепции благотворно сказывается на формировании человеческого и интеллектуального капитала и его качестве, а тем самым помогает развитию экономики. Концепция непрерывного обучения предполагает, что оно должно охватывать людей независимо от их возраста и сферы деятельности, и при этом предоставлять им возможности для реализации и развития абсолютно любых учебных интересов и предпочтений.

Рядом с идеей lifelong learning идет концепция Self-Directed Learning – самоуправляемое обучение. Так же как и в России американские и западноевропейские авторы рассматривают эти понятия в качестве педагогических задач, изучая возможность создания предпосылок для гарантированной включенности всех членов общества в непрерывный процесс обучения. Утверждается, что Высшее образование должно готовить студентов к самостоятельному получению образования, за рамками формального образования в реальных условиях труда. Предлагаются различные варианты гибридного обучения, в котором интегрированы работа и обучение. Важность таких вариантов состоит в том, что в результате такой интеграции ставятся трансграничные, междисциплинарные задачи, для решения которых требуется больший кругозор, большее количество знаний и практического опыта. [36, c.208]

Wellbeing (Благополучие). Энциклопедический словарь Ф.А. Брокгауза и И.А. Ефрона объясняет, что благополучие (греч. ευ'δαιμονία) — то же, что счастье, всегда субъективно понимаемое под достижением всех благ, к которым стремится человек. Еще Аристотель в своей "Этике" справедливо замечал, что относительно благополучия все согласны только в названии этого понятия, но все различно понимают его содержание. Установляя категории этих воззрений, Аристотель, подобно другим греческим философам, стремился объяснить, что благополучие есть цель государства. Так как благополучие есть высшее благо само по себе и потому высшая цель человека, то и может быть достигаема только в государстве. [21, с.52]

Современная концепция Wellbeing также вслед за Аристотелем напоминает о его важности для всего общества в целом. Активные и здоровые старейшины пособствуют благосостоянию общества через их накопленный жизненный опыт, способность быть экспертами в различных сферах жизни и возможность служить, помогать молодым.

В иностранной литературе благополучие активных развивающихся взрослых рассматривается как «общественный капитал». [32, с. 128-144.]

Self-development – термин, дословным переводом которого является саморазвитие, подразумевает качественное улучшение, т.к. глагол to develop развивать, совершенствовать, расширять. Это понятие используются в статьях, посвященных развитию персонала, развитию лидерских качеств, усилению самоконтроля в ситуациях неопределенности у студентов, что тоже стоит в фокусе педагогических задач [33, с 203-226 ]

Это делает, Self-development дословно переводимое как саморазвитие, наиболее близким понятию самосовершенствование, как стремление качественно изменить себя в лучшую с субъективной точки зрения, стремление, развить свои способности, навыки и умения; устранить в себе нежелательные качества, навыки, привычки. [7, c.481]

Итак, внимание к самообразованию несколько отличается в понимании отечественных и зарубежных авторов в зависимости от контекста их интересов и профессиональной деятельности.

Можно сказать, что понятие самообразования является закономерным продолжением саморазвития конкретизируя сферу его осуществления. Потребность в саморазвитии влечет за собой как правило дополнительные процессы, названия которых также многообразны: самообразование, self-development, self-management, самосовершенствование, самопостижение, самоуправление, самоулучшение, самоконтроль и т.д.

Самообразование как правило, процессуально сопутствует саморазвитию. Оно является особым типом деятельности, детерминированным самом человеком и на всем его протяжении корректирующим его результат в соответствии с целями. Остается вопрос, что именно детерминирует процесс самообразования и саморазвития человека, на чем основано саморазвитие и самообразование, как его проявление.

# Проявления самообразовательной активности и саморазвития

Самообразованиеи саморазвитие, как процессы, детерминированные самим человеком имеют проявления в реальной жизни. Возможности и потенциалы переходя в действительность представлены в конкретных действиях. Перейдем к описанию проявлений.

Можно изучить сам процесс самообразования в соответствии с направленностью: социальная - определяет способность быть готовыми изменяться и приспосабливаться к новым потребностям рынка труда, оперировать и управлять информацией в новых условиях жизни; личностная - предусматривает самоанализ сильных и слабых сторон своей деятельности; когнитивная - предусматривает формирование на основе знаний понимания общественных процессов, определенного личностного отношения, осознания саморазвития; деятельная - учащийся при условии понимания и осознания начинает определенным образом действовать, обнаруживает элементы самоорганизации, саморазвития в своем поведении; эмоционально-волевая - активизирует потенциальные внутренние силы, создает действенный контекст в формировании самообразования личности .

Можно выделить формы самообразовательной деятельности, изучаяя их комбинации в процессе самооразвития личности. На наш взгляд, такой подход позволяет проявить структуру процесса самообразования и дает возможности для его количественного измерения.

У А.К. Громцевой есть классификация форм самообразовательной деятельности по целям:

* политическое самообразование, обусловленное усилением внимания к современным проблемам, к формированию своего мировоззрения;
* общее самообразование, направленное на более углубленное изучение отдельных учебных предметов, согласно склонностям, интересам, жизненным планам личности;
* самообразовательная деятельность, направленная на ознакомление с полюбившейся профессией и подготовку себя к ней;
* самообразование, связанное с развитием своих способностей (эстетических, физических); самообразование, обусловленное любительскими занятиями;
* самообразование, связанное с самовоспитанием, интересом к вопросам нравственности, формирования характера.

Для целей и задач данной работы стоит перечислить именно сами формы самообразования , которые позволят в дальнейшем зафиксировать конкретные, количественно-измеряемые данные. Итак, перечислим эти формы:

• получение дополнительного образования к основному – как правило дает дополнительные возможности профессионального роста и свидетельствующий об этом документ;

• чтение узко-специализированной профессиональной и научной литературы – дает возможность расширить профессиональные компетенции;

• чтение научно - популярной литературы – обычно детерминитруется личным интересом человека, потребностями раширения кругозора;

• чтение публицистики ( статьи в газетах и журналах, печатная пресса и интернет-издания) – позволяет лучше ориентированться в настоящем, дает дополнительную информацию о происходящем;

• чтение художественной литературы – самый распостраненный и общедоступный способ саморазвития и самообразования, дающий возвожность чувствовать культурный контекст;

• посещение библиотек – один из традиционных, способов саморазвития и получения доступа к необходимым заниям;

• посещение лекториев и научных центров – часто позволяет быть в курсе актуальных событий в научном мире;

• просмотр документальных научно-популярных фильмов;

• прослушивание лекций и докладов специалистов;

• посещение музеев и выставок в них;

• посещение театров, культурных мероприятий, художественных выставок;

• проектная работа в группе единомышленников;

• структурирование и фиксация результатов самообразовательной деятельности – эту форму также стоит отнести к самообразованию, т.к порфолио является важной технологией накопления и систематизации информации (Н.В.Бордовская).

Итак, имеется множество различных форм проявления саморазвития и самообразования, используемых взрослыми людьми. Эти данные и будем использовать для создания методического обеспечения исследования.

# 1.4. Выводы по 1 главе

В 1 главе научно-исследовательской работы был проведен теоретический анализ литературы по саморазвитию и самообразованию. Была произведена конктретизация понятий саморазвитие и самообразование и выявлены формы самообразовательной активности взрослых людей. На основе исследованной литературы:

• было изучено содержание понятий самообразования и саморазвития;

• изучено содержиние различных психологических концепций применительно к самообразованию взрослых людей;

• выделены формы самообразовательной активности для дальнейшей разработки анкеты;

• была сформулирована гипотеза, цели и задачи исследования.

# **ГЛАВА 2. ЦЕЛЬ, МЕТОДЫ И ОРГАНИЗАЦИЯ ЭМПИРИЧЕСКОГО ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ САМООБРАЗОВАНИЯ И САМОРАЗВИТИЯ У ВЗРОСЛЫХ**

Теоретический анализ литературы по теме саморазвития и самообразования дал основания для выработки гипотезы о наличии личностных характеристик, являющихся предикторами саморазвития и самообразования.

Данные математического анализа показали, что процессы саморазвития и самообразования определяются наличием нескольких характерологических показателей. Наиболее важными из них являются личный гедонизм и гедонизм как жизненная ценность, умение жить настоящим, доброжелательность, ценностная ориентация на самостоятельность

Регрессионный анализ выделил именно эти предикторы самообразовательной активности и саморазвития. Все эти характеристики получены по данным ценностного опросника Ш.Шварца. Таким образом можно говорить о ценностно-мотивационной обусловленности саморазвития и самообразования взрослых. От этой сферы зависит выбор личностной направленности, интересов, поведение и деятельность [8, c.14].

Позитивное самоотношение, самостоятельность и умение адекватно и, в тоже время, с удовольствием действовать в ситуациях настоящего, как оказалось являются основой дальнейшего процесса саморазвития и самообразования. Можно сказать, что такая личность становится фундаментальным, системообразующим фактором своего развития [4,с.223].

# 2.1. Цели, задачи, гипотеза исследования

**Целью** эмпирического исследования стало изучение особенностей самообразования и саморазвития взрослых в контексте их активной повседневной жизни.

**Объектом исследования** является процесс саморазвития и самообразования взрослых.

**Предметом исследования** стали личностные характеристики, способные индуцировать самообразовательную деятельность у взрослых.

В качестве **основной гипотезы** выступило предположение о том, что **с**уществует такое сочетание личностных характеристик, которое обуславливает степень включенности взрослого человека в самообразование и саморазвитие.

**Частные гипотезы:**

1. Динамика включенности одного и того же человека в процесс саморазвития и самообразования различается в зависимости от уровня его самостоятельности/автономности и жизенстойкости.
2. Ключевыми личностными предикторами, обуславливающими уровень самообразования (степень включенности в процесс самообразования) и саморазвития (степень включенности в процесс саморазвития) является направленность субъектной активности и особенности самоактуализации личности.

**Для достижения поставленной цели и доказательства гипотез были сформулированы задачи эмпирического исследования:**

1. Разработать на основе выделенных в теоретической части исследования индикаторов самообразования и саморазвития анкету для изучения этих процессов у взрослых людей в контексте из повседневной жизненной активности;

2. Подобрать методический инструментарий , направленный на исследование психологических особенностей взрослых людей в соответствии с целями исследования;

3. Провести эмпирическое исследование степени включенности взрослых в процессы самообразования и саморазвития, а также их психологических особенностей;

4. Провести качественный анализ самообразовательной и саморазвивающей деятельности испытуемых;

5. Провести сравнительный анализ психологических особенностей взрослых людей с разным уровнем саморазвивающей и самообразовательной активности;

6. Выявить связи между личностными характеристиками и степенью включенности в самообразование и саморазвитие;

7. Выявить психологические предикторы самообразовательной и саморазвивающей деятельности.

Этапы проведения эмпирического исследования:

1. Теоретическая подготовка
2. Анкетирование участников
3. Обработка результатов
4. Интерпретация полученных результатов исследования.

# 2.2. Выборка исследования

Выборка исследования формировалась с учетом поставленной цели. Считается, что получение дополнительного образования тем или иным образом связано со стремлением человека к профессиональному или личностному развитию. Поэтому мы обратили свое внимание на слушателей дополнительных образовательных программ.

**В исследовании приняли участие:**

1. слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета философии и политологии, отделения конфликтологии (3 человека);
2. студенты отделения ДО «Университета технологии и дизайна» (13 человек);
3. слушатели учебного центра «Базис» (36 человек);
4. слушатели вечерних курсов «Института иностранных языков» (14 человек);
5. слушатели отделения дополнительного образования СПбГУ, Факультета психологии (15 человек).

Рис.1. Рапределение по количеству участников исследования

**Характеристика выборки:** Общий объем выборки исследования - 81 человек, из них 63 женщины и 18 мужчин. Все испытуемые имеют высшее или среднее специальное образование. Испытуемые имеют разный финансовый уровень, социальный статус, жизненный опыт.

В исследовании принимали участие люди разного возраста – от 22 до 58, средний возраст людей, принимавших участие в исследовании 34 года [8,5183534605587].

# 2.3. Процедура исследования

Исследование проводилось в двух вариантах, испытуемые имели возможность выбрать наиболее предпочтительный им способ участия в исследовании:

- бумажное заполнение анкеты и опросников;

- заполнение в электронном виде на сервисе Google Формы.

Был сформирован бумажный и электронный пакет методик. Средняя продолжительность исследования составляла 50 минут.

Сбор данных осуществлялся с октября 2017 по февраль 2018 г.

# Методический аппарат исследования

Выбор исследовательских методов обусловлен самими понятиями *саморазвитие* и *самообразование.* Основным методом определения степени включенности в саморазвивающую и самообразовательную деятельность стало анкетирование. Выбор в пользу качественной методологии связан с тем, что тема саморазвития и самообразования касается личности человека и его жизненной истории. На основе анкеты появляется возможность получить большее представление относительно разнообразия взаимодействия человека и среды в части источников саморазвития и самообразования, а также понять, какие именно объекты человек включает в свое индивидуальное образовательное пространство, что он понимает под саморазвитием и самообразованием. Качественные методы также позволяют учитывать культурно-исторический контекст, в котором человек проявляет активность.

Психологические особенности участников исследования изучались на основе следующих методик:

- методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева);

- опросник уровня субъективного контроля (УСК) (Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд, Е. А. Голынкина, 1984);

- опросник дифференциации направленной субъектной активности(ОДНСА) В.И. Гинецинского;

- методика Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности (индивидуальных различий);

- диагностика самоактуализации личности. Методика А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина (САМОАЛ).

Общее количество исследуемых психологических параметров, по по всем использованным в эмпирическом исследовании психодиагностическим методикам - 42.

# 2.4.1. Анкета исследования самообразовательной деятельности.

Анкета направлена на исследование самообразовательной деятельности испытуемого, занимается ли он самообразованием исходя из определения самообразования в БЭС: «Основная форма *самообразования* — изучение научной, научно-популярной, учебной, художественной и другой литературы, прессы. С. предусматривает также возможность использования разнообразных вспомогательных средств: прослушивание лекций, докладов, концертов, фонозаписей; консультации специалистов; просмотр спектаклей, кинофильмов, телепередач; посещение музеев, выставок, галерей; различные виды практической деятельности — опыты, эксперименты, моделирование и т. п.»

В соответствии с выделенными индикаторами самообразовательной и саморазвивающей деятельности были сформулированы вопросы анкеты.

Анкета включала 3 (три) вопроса, направленные на уточнение биографических факторов: возраст, место рождения, наличие высшего и дополнительных образований.

Например: *Образование, год окончания (если учебных заведений было несколько, перечислите, пожалуйста, все). Укажите причину, почему Вы получали образование, почему пошли дополнительно учиться?*

17 вопросов были направлены на получение информации по самообразовательной активности участников исследования.

Например: *Смотрите ли Вы научные, документальные, научно-популярные фильмы?*

Из них 9 вопросо было сформулировано с учетом их фокусировании на процессе саморазвития,

Например: *Посещаете ли Вы выставки, в каких музеях и/ или научно-исследовательских центрах они проходят ?*

8 вопросов – на процессе самообразования,

Например: *Ведете ли Вы учет своих достижений? Есть ли у вас обобщенный результат Вашей деятельности (портфолио с информацией о приобретенном опыте и личных достижениях)?*

Инструкция по заполнению анкеты звучала следующим образом: Пожалуйста, отвечайте на вопросы в развернутой форме, как Вам будет удобно. Заполняйте простым понятным почерком (можно печатными буквами).

Обработка результатов анкеты была следующей:

Начисленные по пунктам анкеты баллы распределялись по двум шкалам:

*Самообразование:* 5, 6, 7, 9, 11,12, 16,19,20

*Саморазвитие:* 7,8,10,13,14,15, 17, 18

Далее все баллы суммировались и подсчитывался общий балл. Чем он был выше, тем предполагалась большая включенность участников исследования в самообразовательную и саморазвивающую деятельность.

Далее результаты анкетирования подвергались статистической обработке, на основе которой была разработана уровневая градация оценок.

*Высокий уровень* самообразовательной активности - от *17 до 23 баллов*, свидетельствовал о том, что субъект ведет активную самообразовательную деятельность и в значительной степени включен в процесс саморазвития.

*Средний уровень* самообразовательной деятельности - от *11 до 16 баллов*, свидетельствовал о том, что включенность субъекта в процесс саморазвития и самообразования находится на среднем уровне, необходимом для осуществления процесса.

*Низкий уровень* самообразовательной деятельности – *ниже 10 баллов*, свидетельствует о низкой степени включенности в процесс саморазвития.

*Инструкция*: Пожалуйста, отвечайте на вопросы в развернутой форме, как Вам будет удобно. Заполняйте простым понятным почерком (можно печатными буквами).

*Полностью бланк анкеты приветден в Приложении 1.*

# 2.4.2. Методика определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева).

Методика разработана А.В. Карповым - доктором психологических наук, профессором Ярославского государственного университета им. П.Г. Демидова и Пономаревой В.В. - кандидатом психологических наук, предназначена для оценки развития такого интегрального процесса, как рефлексия; рефлексия считается одним из важнейших характеристик личности, связанной с обучаемостью, успешностью в разных видах деятельности.

В силу этого методика ориентируется не только непосредственно на рефлексивность как психическое свойство, но также и опосредованно учитывает его проявления в двух других отмеченных модусах. Вопросы методики учитывают рефлексивность как психическое свойство, рефлексию как процесс, рефлексирование как состояние.

Методика включает 27 утверждений, распределенных по четырем шкалам:

· ретроспективная рефлексия деятельности,

· рефлексия настоящей деятельности,

· прогностическая рефлексия (рассмотрение будущей деятельности),

· рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми.

Задача: выявление уровня свойства рефлексивности как предпосылки развития рефлексии как процесса, включенного в деятельность и общение.

Испытуемые должны были дать ответы на утверждения, выбрав подходящий вариант из предложенных.

**Инструкция:** Вам предстоит дать ответы на несколько утверждений опросника. В таблице ответов напротив номера вопроса проставьте, пожалуйста, цифру, соответствующую варианту Вашего ответа:

1. абсолютно неверно

2. неверно

3. скорее неверно

4. не знаю

5. скорее верно

6. верно

7. совершенно верно

Не задумывайтесь подолгу над ответами. Помните, что правильных или неправильных ответов в данном случае быть не может. Первый пришедший в голову ответ и является верным.

**Обработка результатов:** Из этих 27-ми утверждений 15 являются прямыми (номера вопросов: 1, 3, 4, 5, 9, 10, 11, 14, 15, 19, 20, 22, 24, 25). Остальные 12 – обратные утверждения, что необходимо учитывать при обработке результатов, когда для получения итогового балла суммируются в прямых вопросах цифры, соответствующие ответам испытуемых, а в обратных – значения, замененные на те, что получаются при переворачивании шкалы ответов.

Все пункты можно сгруппировать в четыре группы:

1) ретроспективная рефлексия деятельности (номера утверждений 1, 4, 5, 12, 17, 18, 25, 27);

2) рефлексия настоящей деятельности (утверждения 2, 5, 13, 14, 16, 17, 18, 26);

3) рассмотрение будущей деятельности (3, 6, 7, 10, 11, 14, 15, 20);

4) рефлексия общения и взаимодействия с другими людьми (номера утверждений 8, 9, 19, 21, 22, 23, 24, 26).

Полученные сырые баллы переводятся в стены:

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Стены | **0** | **1** | **2** | **3** | **4** | **5** | **6** | **7** | **8** | **9** | **10** |
| Сырые баллы | 80 и  ниже | 81-  100 | 101-  107 | 108-  113 | 114-  122 | 123-  130 | 131-  139 | 140-  147 | 148-  156 | 157-  171 | 172  И выше |

Интерпретация данных, полученных в результате тестирования:

Высокие результаты по тесту (больше 7 стенов) говорят о том, что человек в большей степени склонен обращаться к анализу своей деятельности и поступков других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Ему свойственно обдумывать свою деятельность в мельчайших деталях, тщательно ее планировать и прогнозировать все возможные последствия. Вероятно, также, что таким людям легче понять другого, поставить себя на его место, предсказать его поведение, понять, что думают о них самих.

Низкие результаты по тесту (меньше 4 стенов), вероятно, говорят о том, что испытуемому в меньшей степени свойственно задумываться над собственной деятельностью и поступками других людей, выяснять причины и следствия своих действий как в прошлом, так в настоящем и будущем. Он редко обдумывает свою деятельность в мельчайших деталях, ему сложно прогнозировать возможные последствия. Такой испытуемый испытывает сложности при постановке себя на место другого, ему сложно предсказать его поведение.

*Полностью бланк опросника приведен в Приложении 1.*

# 2.4.3. Опросник уровня субъективного контроля (УСК) (Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд, Е. А. Голынкина, 1984).

Методика определения интернальности/экстернальности личности. Тест разработали Е. Ф. Бажин, Е. А. Голынкина и А. М. Эткинд в 1984 году.

В основе опросника лежит концепция локуса контроля Джулиана Роттера (Julian B. Rotter). Однако в оригинальной методике Роттера локус контроля считается универсальным по отношению к любым типам ситуаций, он одинаков и в сфере достижений, и в сфере неудач. При разработке УСК авторы исходили из того, что иногда возможны не только однонаправленные сочетания локуса контроля в различных по типу ситуациях. Это положение имеет и эмпирические подтверждения. В связи с этим разработчики теста предложили выделить в методике диагностики локуса контроля субшкалы: контроль в ситуациях достижения, в ситуациях неудачи, в области производственных и семейных отношений, в области здоровья.

Участника исследования предлагается ответить согласием или несогласием на 44 предложения-утверждения, касающихся экстернальности-интернальности в межличностных (производственных и семейных) отношениях, а также в отношении собственного здоровья.

**Инструкция:** Прочитав каждое утверждение, решите для себя согласны вы с ним или нет. В случае согласия поставьте рядом с порядковым номером предложения знак "+" (можно это сделать на отдельном листе бумаги). Если вы не согласны с данным утверждением, то рядом с порядковым номером поставьте знак "-". Будьте внимательны при выполнении этой работы и в то же время старайтесь подолгу не задерживаться и не раздумывать по поводу отдельного утверждения.

**Обработка результатов:** Обработка заполненных ответов проводилась по приведенным ниже ключам, суммируя совпадающие с ключом ответы. Подсчет ведется в баллах.

К опроснику УСК прилагается семь ключей, соответствующих семи шкалам:

*Шкала общей интернальности (****Ио****).* Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над любыми значимыми ситуациями. Такие люди считают, что большинство важных событий в их жизни было результатом их собственных действий, что они могут ими управлять и, следовательно, берут на себя ответственность за свою жизнь в целом. Низкий показатель по шкале **Ио** соответствует низкому уровню субъективного контроля. Такие люди не видят связи между своими действиями и значимыми событиями, которые они рассматривают как результат случая или действия других людей. Для определения УСК по данной шкале необходимо помнить, что максимальное значение показателя по ней равно 44, а минимальное - 0.

*Шкала интернальности в области достижений (****Ид****).* Высокий показатель по этой шкале соответствует высокому уровню субъективного контроля над эмоционально положительными событиями. Такие люди считают, что всего самого хорошего в своей жизни они добились сами и что они способны с успехом идти к намеченой цели в будущем. Низкий показатель по шкале **Ид** свидетельствует о том, что человек связывает свои успехи, достижения и радости с внешними обстоятельствами - везением, счастливой судьбой или помощью других людей. Максимальное значение показателя по этой шкале равно 12, минимальное - 0.

*Шкала интернальности в области неудач (****Ин****).* Высокий показатель по этой шкале говорит о развитом чувстве субъективного контроля по отношению к отрицательным событиям и ситуациям, что проявляется в склонности обвинять самого себя в разнообразных неприятностях и неудачах. Низкий показатель свидетельствует о том, что человек склонен приписывать ответственность за подобные события другим людям или считать их результатами невезения. Максимальное значение **Ин** - 12, минимальное - 0.

*Шкала интернальности в семейных отношениях (****Ис)****.* Высокий показатель **Ис** означает, что человек считает себя ответственным за события, происходящие в его семейной жизни. Низкий Ис указывает на то, что субъект считает своих партнеров причиной значимых ситуаций, возникающих в его семье. Максимальное значение **Ис** - 10, минимальное - 0.

*Шкала интернальности в области производственных отношений (****Ип****).* Высокий **Ип** свидетельствует о том, что человек считает себя, свои действия важным фактором организации собственной производственной деятельности, в частности, в своем продвижении по службе. Низкий **Ип** указывает на склонность придавать более важное значение внешним обстоятельствам - руководству, коллегам по работе, везению - невезению. Максимум **Ип** - 8, минимум - 0.

*Шкала интернальности в области межличностных отношений (****Им)****.*

Высокий показатель по **Им** свидетельствует о том, что человек чувствует себя способным вызывать уважение и симпатию других людей. Низкий **Им** указывает на то, что субъект не склонен брать на себя ответственность за свои отношения с окружающими. Максимальное значение **Им** - 4, минимальное - 0.

*Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (****Из****).*

Высокий показатель **Из** свидетельствует о том, что человек считает себя во многом ответственным за свое здоровье и полагает, что выздоровление зависит преимущественно от его действий. Человек с низким **Из** считает здоровье и болезнь результатом случая и надеется на то, что выздоровление придет в результате действий других людей, прежде всего врачей. Максимальное значение **Из** - 4, минимальное - 0.

*Полностью бланк опросника приведен в Приложении 1.*

# 2.4.4. Опросник дифференциации направленной субъектной активности(ОДНСА) В.И. Гинецинского.

Методика «Процедура первичной самоидентификации типа субъектной активности» посвящена исследованию направленности психической активности. При этом противоположно направленные векторы активности («изнутри вовне» и «извне внутрь») дифференцируются по принадлежности определенному психическому механизму, образуя основание выделения трех соответствующих типов:

- темперамент: экстраверсия – интроверсия,

- личность: экстернальность – интернальность,

- характер: экстрапунитивность – интрапунитивность.

Предлагается оценить меру присущей вовне ориентированной активности по 6-балльной шкале, имея ввиду, что:

* экстраверсия выражает, преимущественно, способность человека переносить одиночество,
* экстернальность – ориентированность человека при принятии решений на мнения и позиции окружающих,
* экстернальность – склонность субъекта направлять свою активность на изменение (преодоление) внешних препятствий.

Оценивать меру выраженности компонентов вовне ориентированной активности предлагается руководствуясь ключом к опроснику (ОДНСА).

*Полностью бланк опросника приведен в Приложении 1.*

# 2.4.5. Методика Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности (индивидуальных различий).

Методика разработана на основе работ М.Рокича (1973), но была существенно модифицирован и дополнена концепцией Шварца о мотивационной цели ценностных ориентации и универсальности базовых человеческих ценностей.

Ш. Шварц и В. Билски выделяют *следующие основ­ные их характеристики* (Schwartz & Bilsky, 1987):

Ценности - это убеждения (мнения). Но это не объективные, холодные идеи. Наоборот, когда ценности активируются, они смешиваются с чувством и окрашива­ются им.

Ценности - желаемые человеком цели (например, равенство) и образ поведения, который способствует до­стижению этих целей (например, честность, склонность к помощи).

Ценности не ограничены определенными действи­ями и ситуациями (то есть трансцендентны). Послуша­ние, например, относится к работе или школе, спорту или бизнесу, семье, друзьям или посторонним людям.

Ценности выступают как стандарты, которые руко­водят выбором или оценкой поступков, людей, событий.

Ценности упорядочены по важности относитель­но друг друга. Упорядоченный набор ценностей форми­рует систему ценностных приоритетов. Разные культуры и личности могут быть охарактеризованы системой их ценностных приоритетов.

Описание ценностей согласно Ш.Шварцу:

* власть (Power) - социальный статус, доминирование над людьми и ресурсами;
* достижение (Achievement) - личный успех в соответствии с социальными стандартами;
* гедонизм (Hedonism) - наслаждение или чувственное удовольствие;
* стимуляция (Stimulation) - волнение и новизна;
* самостоятельность (Self-Direction) - самостоятельность мысли и действия;
* универсализм (Universalism) - понимание, терпимость и защита благополучия всех людей и природы;
* доброта (Benevolence) - сохранение и повышение благополучия близких людей;
* традиция (Tradition) - уважение и ответственность за культурные и религиозные обычаи и идеи;
* конформность (Conformity) - сдерживание действий и побуждений, которые могут навредить другим и не соответствуют социальным ожиданиям;
* безопасность (Security) - безопасность и стабильность общества, отношений и самого себя.

Шварц описывает следующие характеристики этих типов ценностей.

1. *Власть* (Power). Функционирование социальных институтов требует определенной дифференциации статусов, и в большинстве случаев в межличностных отношениях в разных культурах было выявлено сочетание показателей Доминантности - подчиненности. Центральная цель этого типа ценностей заключается в достижении социального статуса или престижа, контроля или доминирования над людьми и средствами (авторитет, богатство, социальная власть, сохранение своего общественного имиджа, общественное признание). Ценности власти и достижения (см. далее) фокусируются на социальном уважении, однако ценности достижения (например, успешный, амбициозный) подчеркивают активное проявление компетентности в непосредственном взаимодействии, в то время как ценности власти (авторитет, богатство) подчеркивают достижение или сохранение доминантной позиции в рамках целой социальной системы.

2. *Достижение* (Achievement). Определяющая цель этого типа ценностей — личный успех через проявление компетентности в соответствии с социальными стандартами. Проявление социальной компетентности (что составляет содержание этой ценности) в условиях доминирующих культурных стандартов влечет за собой социальное одобрение.

3. *Гедонизм* (Hedonism). Мотивационная цель данного типа определяется как наслаждение или чувственное удовольствие (удовольствия, наслаждение жизнью).

4. *Стимуляция* (Stimulation). Этот тип ценностей является производным от организменной потребности в разнообразии и глубоких переживаниях для поддержания оптимального уровня активности. Биологически обусловленные вариации потребности в стимуляции, опосредованные социальным опытом, приводят к индивидуальным различиям в значимости этой ценности. Мотивационная цель этого типа ценностей заключается в стремлении к новизне и глубоким переживаниям.

5. *Самостоятельность* (Self-Direction). Определяющая цель этого типа ценностей состоит в самостоятельности мышления и выбора способов действия, в творчестве и исследовательской активности. Самостоятельность как ценность производна от организменной потребности в самоконтроле и самоуправлении, а также от интеракционных потребностей в автономности и независимости.

6. *Универсализм* (Universalism). Мотивационная цель данного типа ценностей - понимание, терпимость, защита благополучия всех людей и природы. Мотивационные цели универсализма производны от тех потребностей выживания групп и индивидов, которые становятся явно необходимыми при вступлении людей в контакт с кем-либо вне своей среды или при расширении первичной группы.

7. *Доброта* (Benevolence). Это более узкий «просоциальный» тип ценностей по сравнению с универсализмом. Лежащая в ее основе доброжелательность сфокусирована на благополучии в повседневном взаимодействии с близкими людьми. Этот тип ценностей считается производным от потребности в позитивном взаимодействии, потребности в аффилиации и обеспечении процветания группы. Его мотивационная цель — сохранение благополучия людей, с которыми индивид находится в личных контактах (полезность, лояльность, снисходительность, честность, ответственность, дружба, зрелая любовь).

8. *Традиции* (Tradition). Любые социальные группы вырабатывают свои символы и ритуалы. Их роль и функционирование определяются опытом группы и закрепляются в традициях и обычаях. Традиционный способ поведения становится символом групповой солидарности, выражением единых ценностей и гарантией выживания. Традиции чаще всего принимают формы религиозных обрядов, верований и норм поведения. Мотивационная цель данной ценности - уважение, принятие обычаев и идей, которые существуют в культуре (уважение традиций, смирение, благочестие, принятие своей участи, умеренность) и следование им.

9. *Конформность* (Conformity). Определяющая мотивационная цель этого типа — сдерживание и предотвращение действий, а также склонностей и побуждений к действиям, которые могут причинить вред другим или не соответствуют социальным ожиданиям. Данная ценность является производной от требования сдерживать склонности, имеющие негативные социальные последствия (послушание, самодисциплина, вежливость, уважение родителей и старших).

10. *Безопасность* (Security). Мотивационная цель этого типа - безопасность для других людей и себя, гармония, стабильность общества и взаимоотношений. Она производна от базовых индивидуальных и групповых потребностей.

По мнению Ш. Шварца, существует один обобщенный тип ценности - безопасность (а не два отдельных - для группового и индивидуального уровня). Связано это с тем, что ценности, относящиеся к коллективной безопасности, в значительной степени выражают цель безопасности и для личности (социальный порядок, безопасность семьи, национальная безопасность, взаимное расположение, взаимопомощь, чистота, чувство принадлежности, здоровье).

Опросник Шварца состоит из двух частей.

*Первая* часть опросника предназначена для изучения ценностей, идеалов и убеждений, оказывающих влияние на личность. Список ценностей состоит из двух частей: существительных и прилагательных, включающих 57 ценностей. Испытуемый оценивает каждую из пред*ложенных ценностей по шкале от 7 до -1 баллов.*

*Вторая* часть опросника Шварца представляет собой профиль личности. Состоит из 40 описаний человека, характеризующих 10 типов ценностей. Для оценки описаний используется шкала от 4 до -1 баллов.

**Обработка результатов:** При первичной обработке данных по каждой части опросника («Обзор ценностей» и «Профиль личности») высчитывается средний балл для выбранных испытуемым ответов в соответствии с ключом. Обработка проводится отдельно для каждого из 10 типов ценностных ори­ентации. Величина этого среднего балла по отношению к другим позволяет судить о степени значимости этого типа ценностей для испытуемого.

Следует обратить внимание, что данные, полученные по первой и второй частям опросника, обычно не совпадают, так как ценностные ориентации личности на уровне нормативных идеалов не всегда могут реализоваться в поведении вследствие ограничения возможностей человека, группового давления, соблюдения определенных традиций, следования образцам поведения и другим причинам.

В соответствии со средним баллом по каждому типу ценностей устанавливается их ранговое соотношение. Каждому типу ценностей присваивается ранг от 1 до 10. Первый ранг присваивается типу ценностей, имеющему наиболее высокий средний балл, десятый - имеющему самый низ­кий средний балл. Ранг от 1 до 3, полученный соответству­ющими типами ценностей, характеризует их высокую зна­чимость для испытуемого. Ранг от 7 до 10 свидетельствует о низкой значимости соответствующих ценностей.

*Полностью бланк опросника приведен в Приложении 1.*

# 2.4.6. Диагностика самоактуализации личности. Методика А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина (САМОАЛ)

Само понятие «самоактуализация» интерпретируется как стремление человека к наиболее полному раскрытию и реализации своего личностного потенциала. Наиболее полная самореализация состоит в реализации смысложизненных и ценностных ориентации, то есть имеет место сущностная, аутентичная самореализация - осуществление потребности в самоактуализации как стремление реализовать свои способности и таланты. Такую самореализацию называют самоотдачей, самоосуществлением. Нередки случаи, когда самореализующаяся личность может быть названа самоактуализированной. Такое синонимичное употребление в большей мере может касаться наивысшего уровня.

Исходя из этого, авторы выделяют 11 шкал: ориентация во времени, ценности, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность (стремление к творчеству), автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность, гибкость в общении. Суммировав количество баллов в каждой шкале можно выявить общий уровень стремления к самоактуализации.

Опрашиваемым предлагалось 100 блоков утверждений, из которых необходимо было выбрать то, которое более нравится или согласуется с жизненными представлениями.

**Инструкция:** Из двух вариантов утверждений выберите тот, который Вам больше нравится или лучше согласуется с Вашими представлениями, точнее отражает Ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который дается по первому побуждению.

**Обработка результатов:** Стремление к самоактуализации выражается пунктами теста в соответствии с ключом. При совпадении ответа начисляется 1 балл, при отсутствии совпадения – 0 баллов, затем баллы суммируются.

1. *Шкала ориентации во времени* показывает, насколько человек живет настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом» и не пытаясь найти убежище в прошлом. Высокий результат характерен для лиц, хорошо понимающих экзистенциальную ценность жизни «здесь и теперь», способных наслаждаться актуальным моментом, не сравнивая его с прошлыми радостями и не обесценивая предвкушением грядущих успехов. Низкий результат – это люди, невротически погруженные в прошлые переживания, с завышенным стремлением к достижениям, мнительные и неуверенные в себе.

2. *Шкала ценностей*. Высокий балл по этой шкале свидетельствует, что человек разделяет ценности самоактуализирующейся личности, к числу которых А. Маслоу относил такие, как истина, добро, красота, целостность, отсутствие раздвоенности, жизненность, уникальность, совершенство, свершения, справедливость, порядок, простота, легкость без усилия, игра, самодостаточность. Предпочтение этих ценностей указывает на стремление к гармоничному бытию и здоровым отношениям с людьми, далекое от желания манипулировать ими в своих интересах.

3. *Взгляд на природу человека* может быть положительным (высокая оценка) или негативным (низкая). Эта шкала описывает веру в людей, в могущество человеческих возможностей. Высокий показатель может интерпретироваться как устойчивое основание для искренних и гармоничных межличностных отношений, естественная симпатия и доверие к людям, честность, непредвзятость, доброжелательность.

4. *Высокая потребность в познании* характерна для самоактуализирующейся личности, всегда открытой новым впечатлениям. Эта шкала описывает способность к бытийному познанию – бескорыстную жажду нового, интерес к объектам, не связанный прямо с удовлетворением каких-либо потребностей. Такое познание, считает А. Маслоу, более точно и эффективно, поскольку его процесс не искажается желаниями и влечениями, человек при этом не склонен судить, оценивать и сравнивать. Он просто видит то, что есть и ценит это.

5. *Стремление к творчеству или креативность* – непременный атрибут самоактуализации, которую попросту можно назвать творческим отношением к жизни.

6. *Автономность,* по мнению большинства гуманистических психологов, является главным критерием психического здоровья личности, ее целостности и полноты. Самоактуализирующаяся личность автономна, независима и свободна, однако это не означает отчуждения и одиночества. В терминах Э.Фромма автономность – это позитивная «*свобода для*» в отличие от негативной «*свободы от*».

7. *Спонтанность* – это качество, вытекающее из уверенности в себе и доверия к окружающему миру, свойственных самоактуализировавшимся людям. Высокий показатель по шкале спонтанности свидетельствует о том, что самоактуализация стала образом жизни, а не является мечтой или стремлением. Способность к спонтанному поведению фрустрируется культурными нормами, в естественном виде ее можно наблюдать разве что у маленьких детей. Спонтанность соотносится с такими ценностями, как свобода, естественность, игра, легкость без усилия.

8. *Самопонимание.* Высокий показатель по этой шкале свидетельствует о чувствительности, сензитивности человека к своим желаниям и потребностям. Такие люди свободны от психологической защиты, отделяющей личность от собственной сущности, они не склонны подменять собственные вкусы и оценки внешними социальными стандартами. Показатели по шкалам самопонимания, спонтанности и аутосимпатии, как правило, связаны между собой. Низкий балл по шкале самопонимания свойственен людям неуверенным, ориентирующимся на мнение окружающих. Д.Рисмен называл таких людей «ориентированными извне» в отличие от «ориентированных изнутри».

9. *Аутосимпатия* – естественная основа психического здоровья и цельности личности. Низкие показатели имеют люди невротичные, тревожные, неуверенные в себе. Аутосимпатия вовсе не означает тупого самодовольства или некритичного самовосприятия, это просто хорошо осознаваемая позитивная «Я-концепция», служащая источником устойчивой адекватной самооценки.

10. *Шкала контактности* измеряет общительность личности, ее способность к установлению прочных и доброжелательных отношений с окружающими. В вопроснике САМОАЛ контактность понимается не как уровень коммуникативных способностей личности или навыки эффективного общения, но как общая предрасположенность к взаимно полезным и приятным контактам с другими людьми, необходимая основа синергической установки личности.

11. *Шкала гибкости* в общении соотносится с наличием или отсутствием социальных стереотипов, способностью к адекватному самовыражению в общении. Высокие показатели свидетельствуют об аутентичном взаимодействии с окружающими, способности к самораскрытию. Люди с высокой оценкой по этой шкале ориентированы на личностное общение, не склонны прибегать к фальши или манипуляциям, не смешивают самораскрытие личности с самопредъявлением – стратегией и тактикой управления производимым впечатлением. Низкие показатели характерны для людей ригидных, не уверенных в своей привлекательности, в том, что они интересны собеседнику и общение с ними может приносить удовольствие.

*Полностью бланк опросника приведен в Приложении 1.*

# 2.5. Математические методы исследования

Для анализа полученных данных использовались различные методы математической статистики. Для подсчета критериев использовались ресурсы ПО SPSS Statistics 23.

В качестве математико-статистических методов использовался частотный анализ, первичные статистики (нахождение среднего, стандартного отклонения и стандартной ошибки), корреляционный анализ для поиска взаимосвязи между отдельными пунктами методик (r-Спирмена), факторный анализ и прямой пошаговый регрессионный анализ для выявления влияния независимых переменных на зависимую переменную.

# ГЛАВА 3. РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ ОСОБЕННОСТЕЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИХ ФАКТОРОВ САМООБРАЗОВАНИЯ И САМОРАЗВИТИЯ ВЗРОСЛЫХ

В главе представлен анализ результатов исследования особенностей самообразование и саморазвития взрослых в контексте их активной повседневной жизни. Изучена деятельность участников исследования по саморазвитию самообразованию; изучены характеристики ( всего 42 показателя), описывающие личность испытуемых.

Гипотеза исследования подтвердилась частично. Результаты исследования показали, что саморазвиитии и саообразованииключевую роль играет не сочетание личностных особенностей, а ценностно-мотивационная направленность личности. Был выявлен один значимый личностный предиктор саморазвития и самообразования.

# 3.1. Качественный анализ результатов самообразовательной активности испытуемых

Разработанная нами анкета была направлена на выявления количественных и качественных данных, тем или иным образом раскрывающий опыт самообразовательной деятельности участников исследования. Также Биографическая анкета исследования самообразовательной деятельности состоит из 20 вопросов, предполагающих развернутый ответ. В анкете предполагался дополнительный вопрос, в котором испытуемым предлагалось классифицировать вопросы анкеты:

|  |
| --- |
| Как Вы считаете, какие вопросы относятся к категории:  Самообразование \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Саморазвитие \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  И то и другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_  Не то и не другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ |

Анализ результатов заполнения анкеты участниками исследования мы хотели бы начать именно с ответа на этот вопрос. Мы считаем ответ на этот вопрос особенно показательным.

Так в ответе на этот вопрос выборка поделилась на 2 части - из 81 участника исследования только 46 человек в большей или меньшей степени ответили на этот вопроc. По нашему мнению отказ отвечать на этот вопрос можно интерпретировать как нежелание рефлексировать и , возможно, слабость развития навыков анализа. Также важно остметить , что у всех ответивших на этот вопрос было более 11 баллов общей суммы по анкете, то есть они входили в группы с высокой или средней степенью вовлеченности в самообразовательную деятельность. Таким образом можно сделать вывод, что именно включенные в самообразовательную деятельность готовы осознавать свои действия по саморазвитию и самообразованию.

Основными индикаторами активной самообразовательной деятельности мы считали: а) получение дополнительного образования, окончание курсов повышения квалификации и любых дополнительных образовательных программ; б) чтение разноообразной литературы, посещение культурных центров, использование разнообразных видео и интернет источников информации; в) отслеживание успехов и достижений своей жизни, собирание портфолио.

*Получение дополнительного образования, окончание курсов повышения квалификации и любых дополнительных образовательных программ*

Среди участников 34 респондентов имели более 1 специального образования. 9 человек имели 3 специальных образования. Распределение по уровням образования представлено на рисунке 1.

Рис.1. Распределение по количеству специальностей/образований

Рис. 2. Распределение по типу образования

На вопрос о получении дополнительного образования 77 респондентов ответили утвердительно. В дальнейшем, это вопрос был исключен из математической обработки ввиду высокой однородности (Рис.9)

Рис.9. Распределение по ответу на вопрос о получении дополнительного образования.

Таким образом, все участники исследование имеют основное образование и получают дополнительное образование в сертифицированных учебных центрах. Вместе с тем, есть респонденты имеющие 2 и 3 специальных образования, что позволяет сделать вывод о наличии существенных различий в стратегиях самообразовательной активности участников.

*Чтение разнообразной литературы, посещение культурных центров, использование разнообразных видео и интернет источников информации.*

Все респонденты указали, что читают научно популярную, учебную литературу , в интересующей их области или специализированную литературу , необходимую для работы.

Чтение художественной литературы указали лишь 52 опрошенных. Были анкеты, в которых *«фэнэзи»* и *«фантастику»* писали в разряде *«другого»,* также в «другое» попали романы, философская литература и «*всё по учебе*».

Психологов Э.Берна, Э.Фромма, А.Бека отмечали и в нучно-популярно литературе, и в научной. В разряд научно-популярной литературы также попали *«М.Литвак, Э. Фромм» , «книги о моде», «самоучители», «интернет-статьи о здоровье».*

Как видно из рис.3, литература, которую читают практически все репонденты – это художественная литература. Также можно объединить научно-популярную, научную, профессиональную и учебную литературу в разряд специализированной. В сумме эти ответы дают 92%. Остальную литературу можно отнести к разряду *другое*.

Рис.3. Распределение по предпочтительным типам литературы

Можно сказать, что в вопросе о чтении литературы проявилась субъективная классификация литературы, которая заслуживает отдельного изучения. В этом исследовании мы не будем углубляться в дальнейшее изучение этого вопроса.

Однако, стоит отметить, что в общем, 51% в этом распределении занимает литература, напрямую относящаяся к самообразовательной деятельности:

* научная литература – 16%;
* профессиональная литература – 9%;
* учебники и пособия – 6%;
* литература на иностранном языке – 2%.

А 18% - научно-популярная, которая способствует и самообразованию и саморазвитию.

Публицистическую литературу указали 8% опрошенных, её можно отнести к средствам, способствующим саморазвитию и расширению кругозора.

Для возможности математической обработки, мы в дальнейшем присваивали каждому виду читаемой литературы 1 балл, что позволило количественно представить широту чтения (разноообразие видов читаемой литературы). На наш взгляд, чем выше в этой связи балл ( то есть более разнообразную литературу читает человек), тем больше его активность по своему развитию и образованию.

Частота чтения литературы распределилась следующим образом:

Рис.4. Распределение по частоте чтения

На рис.4 видно, что количество людей в группах по частоте чтения примерно одинаковое. Это может говорить высокая частота чтения не является обязательным условием для саморазвития взрослого человека.

Библиотеки, лектории, научные центры регулярно посещает 41 человек , 40 человек ответили отрицательно на этот вопрос. Диаграмма показывает это рапределение:

Рис.5. Распределение по посещению библиотек, лекториев, научных центров.

Исходя из этих данных, можно сказать, что с точки зрения участников посещение библиотек, лекториев и научных центров само по себе не является значимым фактором в саморазвитии и самообразовании. Или эти места ( формы активности) не являются интересными, привлекающими внимание.

Документальные и научно-популярные фильмы регулярно смотрят :

* часто – 49 человек;
* редко/иногда – 18 человек;
* нет, не смотрю – 14 человек.

Рис.6. Распределение по просмотрам научно-популярных и документальных фильмов.

Просмотр документальных фильмов и научно-популярного видео предполагает заинтересованность в получении специализированной информации, и может являться проявлением самообразовательной активности. В сумме, однозначно утвердительныйответ *«да, смотрю»* и *«смотрю , но редко»* набрали 83%.

62 опрошенных регулярно посещают выставки в научно-исследовательских центрах, 19 человек не посещают.

Для того, чтобы следить за мероприятиями в научно-исследовательских центрах требуются определённые знания и навыки. Регулярное посещение подобных мероприятий может говорить о целенаправленной самообразовательной деятельности.

Рис.7. Распределение по посещению выставок и мероприятий в научных центрах.

72 респондента регулярно посещают музеи, концерты, театры, 9 человек не посещают. Высокий показатель в целом по выборке в ответе на этот вопрос может говорить о том, что люди, занимающиеся самообразованием стараются активно использовать возможности окружающей среды для своего саморазвития ( в частности Санкт-Петербурга, как «культурной столицы»).

Рис.8. Распределение по посещению, музеев, театров, концертных мероприятий.

Вопрос об индивидуальном или групповом характере самообразования также выявил разное понимание группового и индивидуального процессов у испытуемых. Некоторые участники указали в графе «работа в группе» курсы дополнительного образования, в то время как другие указывали индивидуальный характер самообразования, проходя те же курсы. Это может говорить об отсутствии четкого понимания структуры процесса самообразования.

Практическую деятельность в интересующей области ведут 38 человек из 81.

Рис.10. Распределение по наличию практики.

Для большинства респондентов интернет является основным источником расширения кругозора. Его, в качестве основного средства массовой информации, указали 67 человек. При этом, дополнительными ресурсами указывались ( 14 человек в графе Другое):

* *«новости на Первом канале»*
* *«Эхо Москвы»*
* *«радио и телепередачи»*
* *«общение с интересными людьми»*
* *«РенТВ».*

Рис.11. Распределение по преимущественным источникам информации.

Таким образом, мы видим, что большинство респондентов используют различные виды самообразовательной активности, от чтения публицистики и посещения музеев и театров до использования интернета, как источника информации. Все перечисленные виды активности можно отнести к самообразовательным технологиям. Несмотря на то, что используют их участники исследования в разной степени, о валидности этих критериев для оценки самообразовательной активности.

*Отслеживание успехов и достижений своей жизни, собирание портфолио.*

12 человек из 81 отслеживают уровень своего развития. При этом велика вероятность субъективного понимания формулировки «отслеживание результатов». Например, ответы *«смотрю по знакомым»* и *«наблюдаю»* не имеют конкретных критериев и не могут говорить о том, что респондент действительно фиксирует уровень своего развития.

Как видно из графика, из 12 человек, написавших, что они отслеживают уровень своего развития, только 6 имеют обобщенный результат своей деятельности.

Рис.12. Распределение по наличию обобщенного результата деятельности

Вопрос об отслеживании уровня своего развития (Вопрос № 17) показал субъективность понимания понятия «отслеживание». Например, есть ответ *«отслеживаю по своим знакомым».* Такое «отслеживание» по референтной группе, на наш взгляд, не может считаться достоверным.

Также на этот же вопрос встречались ответы:

* *«общаюсь с людьми разных возрастов и сфер деятельности»*
* *«смотрю, как могу применить полученные знания»*
* *«смотрю по своим результатам»*
* *«..в беседах с менее образованными людьми»*
* *«опираюсь на мнение обо мне компетентных людей»*
* *«использую самоанализ»*

Исходя из вышеперечисленного, можно сделать вывод о том, что отслеживание процесса саморазвития, в представлении разных людей несет разную функциональную нагрузку. Так, те кто указал *«сбор документов об образовании и сертификатов»* в этом вопросе, в вопросе о наличии портфолио (Вопрос №18), оставляли прочерк. Это может говорить о том, что в выборке есть люди, для которых наличие формальных признаков – документов, сертификатов, свидетельств – равно отслеживанию развития. И наоборот, в выборке есть люди, для которых наличие формального результата деятельности не является значимым критерием оценки уровня своего развития.

Интересно, что несмотря на активность и стремление к расширению своего образования, только 16 человек из 81 участника имеют портфолио или другой обобщенный результат своей самообразовательной деятельности. Из них 12 человек ведут практическую деятельность в интересующей их области. 14 человек из этих 16 имеют в среднем 17,5 (М = 14,3) балла по итогам анкетирования. То есть именно эти участники демонстрируют более высокие показатели в области саморазвития и самообразования по другим вопросам анкеты и в целом отличаются большей включенностью в процесс самообразования.

.

Рис. 13. Соотношение наличия портфолио и практической деятельности в интерересующей области

64 человека ответили ,что они планируют свое будущее, 17 человек ответили отрицательно. При этом, кроме ответа *«нет»* участники писали, *«стараюсь не загадывать», «стараюсь не задумываться», «хочешь ассмешить Бога – расскажи ему о своих планах»* и т.п.

Рис.14. Распределение по планам на будущее

В то же время, только 47 человек из 81 написали, что уверены в осуществлении своих планов более чем на 50%.

Рис.15. Соотношение наличия планов на будущее и уверенности в их исполнении

Таким образом, большая часть участников исследования все-таки видят перспективы своего развития и образования. Однако понимают, относительность этих планов.

В параграфе 2.4.1. был подробно раскрыт алгоритм начисления быллов по авторской анкете.

В таблице 1 мы представили обобщенные данные по результатам анкетирования участников – общая сумма баллов по всем вопросам анкеты.

|  |  |
| --- | --- |
| Статистика | Сумма баллов по анкете |
| Количество человек | 81 |
| Среднее | 14,32099 |
| Ст. отклонение | 3,319741 |
| Ассиметрия | -0,19256 |
| Эксцесс | 0,432496 |
| Минимум | 6 |
| Максимум | 22 |

Табл.1. Обобщенные результаты анкетирования участников

Как видно из таблицы, средний балл по всем вопросам самообразования и саморазвития анкеты составилляет 14,32099. Максимальное количество баллов по анкете у участников - 22 балла, минимальное - 6 баллов. Разброс дисперсии достаточно велик, чтобы в дальнейшем можно было использовать первичные данные для выявления личностных факторов самообразовательной активности участников.

# 3.2.Факторизация данных по самообразованию и саморазвитию

В связи с тем, что данные анкеты на этапе качественного анализа обобщались в соответствии с теоретическим конструктом, сформулированным на основе литературных источников о процессах саморазвития и самообразования, было принято решение факторизовать полученные по анкете данные. Факторизация результатов анкетирования позволила выделить группы взаимосвязанных между собой вопросов, ответы на которые имеют сходство. Таким образом, можно было проверить, насколько вопросы включенные нами в группы «саморазвитие» и «самообразование» изначально были классифицированы релевантно.

Нами был выполнен факторный анализ результатов опроса респондентов на основе разработанной анкеты, был удален вопрос анкеты №10, так как он показал слишком большую однородность, и снижена размерность анкеты до двух (2) факторов. Процедура факторизации данных была выполнена методом вращения: варимакс с нормализацией Кайзера .

По итогам факторизации было выделено 2 значимых фактора:

|  |  |  |
| --- | --- | --- |
| **Матрица коэффициентов значений компонентовa** | | |
|  | Компонент | |
| 1 | 2 |
| а1 | -,089 | ,107 |
| а2 | -,552 | ,635 |
| а3 | ,513 | -,415 |
| а4 | -,005 | ,012 |
| а5 | ,003 | ,001 |
| а6 | ,012 | -,008 |
| а7 | ,008 | -,004 |
| а8 | ,020 | -,012 |
| а9 | ,002 | ,003 |
| а11 | ,044 | -,030 |
| а12 | -,001 | ,007 |
| а13 | ,007 | -,006 |
| а14 | ,011 | -,008 |
| а15 | ,023 | -,019 |
| а16 | ,024 | -,013 |
| а17 | ,017 | -,006 |
| а\_Сумма | ,696 | ,570 |
| Метод выделения факторов: метод главных компонент.   Метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера.   Оценки компонентов. | | |
| a. Коэффициенты стандартизованы. | | |

Табл.2. Кэффициенты значений компонентов

|  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- |
| **Повернутая матрица компонентовa** | | | | |
|  | Необработанные | | Пересчитанная | |
| Компонент | | Компонент | |
| 1 | 2 | 1 | 2 |
| а3 | ,936 |  | ,833 |  |
| а\_Сумма | 2,350 | 2,339 | ,708 | ,705 |
| а11 | ,231 |  | ,459 |  |
| а2 |  | 1,035 |  | ,908 |
| а1 |  | ,346 |  | ,542 |
| Метод выделения факторов: метод главных компонент.   Метод вращения: варимакс с нормализацией Кайзера. | | | | |
| a. Вращение сошлось за 3 итераций. | | | | |

Табл.3. Матрица повернутых компонент

Из таблицы факторных весов видно, что вопросами , имеющими наибольший вес являются:

* общая сумма по анкете;
* чтение литературы;
* практическая деятельность;
* частота чтения;
* образование.

В 1 компоненте (факторе) наибольший вес имеют вопросы о чтении различных типов литературы (а3), практическая деятельность (а11) и общая сумма по анкете (а\_Сумма). В целом, их сумма отражает степень реальной вовлеченности в самообразовательную деятельность, связанную с повышением своей компетентности в формировании практических навыком, а также чтением разнообразной литературы.

Второй фактор объединяют вопросы о наличии образования (а1), частоте чтения (а2) и общая сумма по анкете (а\_Сумма). Их содержание связывает ответы о формальных признаках саморазвития и самообразования. Таким образом, отличие этого фактора состоит в том, что он отражает большую представленность оконченных участниками на момент опроса образовательных программ. Его нагрузка определяется фокусировкой на самообразовательной активности количество дополнительных образовательных программах и частоте чтения.

Степень соответствия распределившихся по двум факторам вопросам нашему первоначальному конструкту анкеты составила 16,7 % от первоначального количества вопросов. Таким образом, ответы респондентов и первоначальный конструкт анкеты, показали, что те вопросы, которые мы сгруппировали в блоки саморазвитие и самообразование не отражают в должной мере все сложность взаимосвязей самообразовательной активности.

На основании результатов факторного анализа, все баллы испытуемых были перераспределены по двум образовавшимся шкалам. То есть все ответы на вопросы, которые вошли в каждый из факторов суммировались по шкале Общая сумма баллов в связи с исключением вопроса 10, также была пересчитана.

В приложении приведена таблица по испытуемым с распределением ответов по конструкту факторизации данных.

# 3.3. Кластерный анализ участников исследования с учетом данных факторного анализа

На основе данных, полученных в результате распределения ответов на вопросы соответственно их принадлежности к первому или второму факторы была проведена кластеризация испытуемых.

По итогам кластерного анализа было выделено 2 кластера (две группы участников исследования): 1 кластер – 25 человек ; 2 кластер – 56 человек.

Результаты кластерного анализа показали, что в первую группу вошли участники, имевшие в среднем 21,8 балл по вопросам 1 фактора и 21,76 баллов по вопросам второго фактора.

Во вторую группу вошли участники имевшие в среднем 14,9 баллов по вопросам 1 фактора и 15,036 по вопросам 2 фактора.

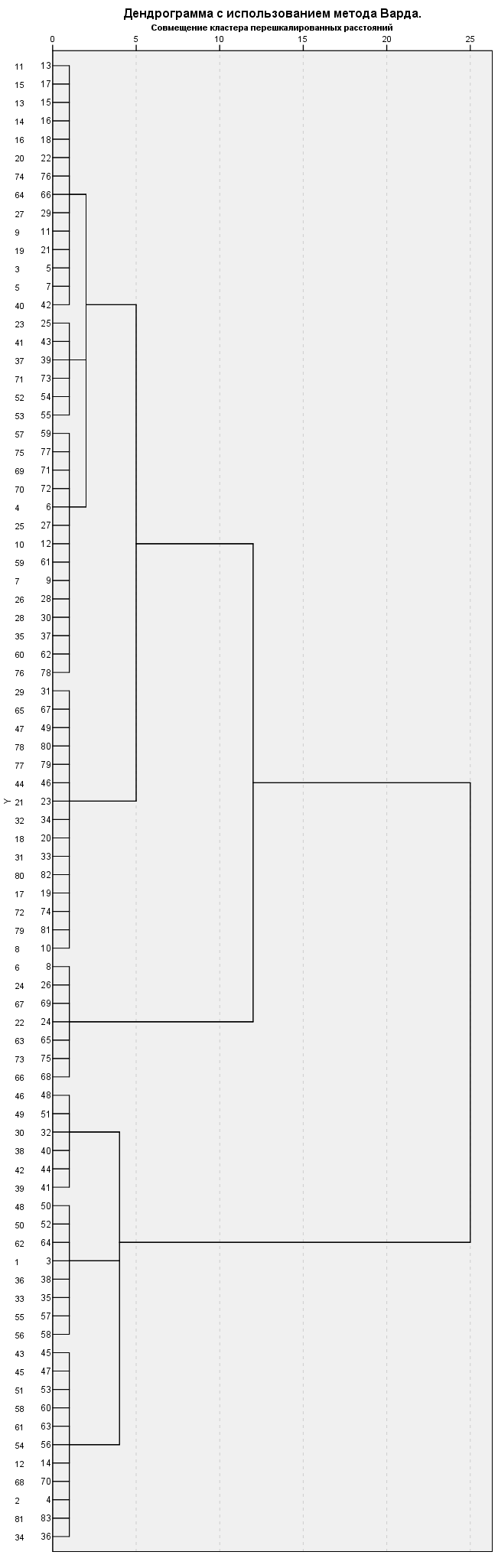


Табл.4. Кластеризация участников исследования

В результате кластеризации участников, выяснилось, что мы имеем две четко отличающиеся между собой по особенностям самообразовательной активности группы . Можно предположить, что испытуемые, вошедшие в первую группу отличаются по формальным признакам саморазвития и большей степенью вовлеченности в самообразование.

Рис.16. Распределение суммы баллов по кластерам

Из рисунка (Рис.16) видно, что в первый кластер вошли участники, у которых общий балл по анкете значимо выше. Учитывая, что вопросами с наибольшим весом по факторам стали 1) разнообразие читаемой литературы и практическая деятельность; 2) частота чтения и количество оконченных образовательных программ, можно предположить, что именно группа 1 кластера отличается большей включенностью в самообразовательную деятельность. В первую очередь это «преимущество» получено за счет чтения разнообразной литературы и практической деятельности в интересующей области. Они окончили больше дополнительных (или второе высшее) образовательных программ, чаще читают. Их общий балл по анкете также выше за счет других вопросов.

В подтверждение сказанного можно привести выявленные значимые отличия между группами, которые были вычислены при помощи критерия Манна-Уитни.

Значимые отличия в группах были вычислены при помощи критерия Манна-Уитни. Наиболее значимо кластеры различаются по общей сумме баллов по анкете самообразовательной деятельности.

|  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Статистические критерии a | | | | | |
|  | а1  УЗ | а2  чтение | а3  литература | а11  практика | а\_Сумма |
| U Манна-Уитни | 393,000 | 361,000 | 306,000 | 405,500 | 12,000 |
| W Вилкоксона | 1989,000 | 1957,000 | 1902,000 | 2001,500 | 1608,000 |
| Z | -3,745 | -3,583 | -4,199 | -3,483 | -7,075 |
| Асимптотическая значимость (2-сторонняя) | ,000 | ,000 | ,000 | ,000 | ,000 |
| 1. Группирующая переменная: Кластер\_ 1\_2 | | | | | |

Табл.5. Значимые различия в группах респондентов по вопросам двух факторов

Таким образом, и по остальным вопросам анкеты участники, вошедшие в первый кластер продемонстрировали более высокие данные, характеризующие их направленность на саморазвитие и самообразование.

Далее нами был проведен сравнительный анализ психологических особенностей участников исследования с разной степенью включенности в самообразовательную деятельность.

# 3.4. Сравнительный анализ двух групп участников с разным уровнем самообразовательной деятельности

Сравнение двух независимых выборок проводилось при помощи Т-критерия Стьюдента. В таблице представлены данные, по параметрам имеющим значимые различия между группами. Как видно из таблицы 6 (полностью таблица приведена в приложении) достоверные различия получены только по 6 личностным характеристикам из 42.

|  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- |
| t- критерий для независимых выборок | | | |
|  | | Критерий равенства дисперсий Ливиня | t-критерий для равенства средних |
| Значимость | Знач.(двухсторонняя) |
|
| ОЦ\_конформность | Предпол. равные дисперсии | ,366 | ,062 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,048** |
| ОЦ\_самостоятельность | Предпол. равные дисперсии | ,011 | ,026 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,003** |
| ОЦ\_стимуляция | Предпол. равные дисперсии | ,328 | ,043 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,032** |
| ОЦ\_достижения | Предпол. равные дисперсии | ,257 | ,003 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,000** |
| Автономность | Предпол. равные дисперсии | ,554 | ,025 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,027** |
| Аутосимпатия | Предпол. равные дисперсии | ,403 | ,024 |
| Не предп. равные дисперсии |  | **,019** |

Табл.6. Сравнение двух групп участников исследования

Четыре из них относятся к методике «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца:

1) Конформность (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца;

2) Самостоятельность (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца);

3) Стимуляция (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца);

4) Достижения (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца);

Два – к методике (САМОАЛ):

1) - Автономность (САМОАЛ);

2) - Аутосимпатия (САМОАЛ).

Не получены достоверные различия по шкалам листа «Профиль личности», связанным с описанием человека заполняющего опросник, а также по шкалам:

1. Шкала индивидуальной меры рефлексивности;
2. Шкала общей интернальности (Ио);
3. Шкала интернальности в области достижений (Ид);
4. Шкала интернальности в области неудач (Ин);
5. Шкала интернальности в семейных отношениях (Ис);
6. Шкала интернальности в области производственных отношений (Ип);
7. Шкала интернальности в области межличностных отношений (Им);
8. Шкала интернальности в отношении здоровья и болезни (Из);
9. Шкала экстраверсии;
10. Шкала экстернальности;
11. Шкала экстрапунитивности;
12. Шкала ОЦ\_Традиции;
13. Шкала ОЦ\_Доброта;
14. Шкала ОЦ\_Универсализм;
15. Шкала ОЦ\_Гедонизм;
16. Шкала ОЦ\_Власть;
17. Шкала ОЦ\_Безопасность;
18. Шкала ПЛ\_Конформность;
19. Шкала ПЛ\_Традиции;
20. Шкала ПЛ\_Доброта;
21. Шкала ПЛ\_Универсализм;
22. Шкала ПЛ\_Самостоятельность;
23. Шкала ПЛ\_Стимуляции;
24. Шкала ПЛ\_Гедонизм;
25. Шкала ПЛ\_Достижения;
26. Шкала ПЛ\_Власть;
27. Шкала ПЛ\_Безопасность;
28. Шкала Ориентация во времени;
29. Шкала Ценности;
30. Шкала Взгляд на природу человека;
31. Шкала Потребность в познании;
32. Шкала Креативность (стремление к творчеству);
33. Шкала Спонтанность;
34. Шкала Самопонимание;
35. Шкала Контактность;
36. Шкала Гибкость в общении.

Это означает, что данные характеристики незначительно сказываются на степени включенности в самообразовательную деятельность. В первую очередь имеют значение ценностные ориентации и показатели самоактуализации.

Проанализируем переменные значимо различающиеся между группами.

Как видим, все значимые отличия получены из ценностного опросника Ш.Шварца и методики САМОАЛ ( А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина):

**Конформность** (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Рис.17. Количество баллов в группах по переменной Конформность (лист «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Как видно из рисунка 17, ценность конформности в первой группе выше , чем во второй. Шварц определял конформность как готовность сдерживать свои потребности и побуждения ради соответствия социальным ожиданиям. Можно предположить, что участники первой группы склонны больше демонстрировать социально-приемлемое поведение. Учитывая, что чтение литературы, а также активность в области получения дополнительного образования и практики – социально-желательные характеристики поведения, они их и проявляют. Возможно именно такой паттерн поведения был сформирован в школьные годы как желательный.

**Самостоятельность** (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Как видно из рисунка 18, в первой группе значительно более выражена ценностная ориентация на самостоятельность, чем во второй группе. Это выражается к склонности к самостоятельному выбору способов действия, исследовательской и творческой активности. То есть, не смотря на высокую конформность, проявление высокой включенность в самообразовательную деятельность сопровождается ориентацией на самостоятельность.

Рис.18. Количество баллов в группах по переменной Самостоятельность (лист «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Можно предположить, что высокие показатели самообразовательной активности участников первой группы обусловлены тем, что они ценностно более ориентированы на исследовательскую творческую жизненную позицию, чем участники второй группы.

**Стимуляция** (лист «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Рис.19. Количество баллов в группе по переменной Стимуляция (лист «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Как видно из рисунка 19, ценностная ориентация «стимуляции» в 1 группе также выше, чем во второй. Эту ценность Шварц описывал как потребность в новизне и глубоких переживаниях, которые важны для поддержания активной жизнедеятельности.

Эти показатели могут говорить нам об обусловленности самообразования и саморазвития мотивацией к новизне и эмоциональной вовлеченностью. Таким образом, онизкая ценностная ориентация на новые впечатления может быть причиной отсутствия самообразовательной активности.

**Достижения** (лист»Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Рис.20. Количество баллов в группе по переменной Достижения (лист «Обзор ценностей» опросника Ш.Шварца)

Из рисунка видно, что ценность «достижения» - важности социальной компетентности и личного успеха в первой группе также выше, чем во второй. Проявление социальной компетентности влечет за собой социальное одобрение и, как следствие, повышает вероятность личного успеха.

Можно говорить, что участники первой группы лучше осознают требования и ожидания как своего окружения, так и общества в целом. И следовательно, возможно они лучше понимают структуру общества и наличие возможностей для самообразования.

**Автономность** (САМОАЛ)

Рис.21. Количество баллов в группах по переменной Автономность (САМОАЛ)

Рисунок 21 показывает нам значительное различие по характеристике атономности. Автономность, в традиции гуманистической психологии, является главным критерием психического здоровья и внутренней гармонии личности. Результаты по этому показателю могут свидетельствовать о большей гармонии и внутренный согласованности участников первой группы по сравнению с участниками второй. Автономность также является противоположностью зависимости, и демонстрация подобных различий свидетельствует о большей психологической жизнестойкости участников первой группы.

**Аутосимпатия** (САМОАЛ)

Рис.22. Количество баллов в группах по переменной Аутосимпатия (САМОАЛ)

Как видно из рисунка 22, показатель по переменной Аутосимпатия в первой группе значимо превышает показатели второй группы. Согласно концепции авторов методики, аутосимпатия говорит о цельности личности и наличии позитивной «Я-концепции. Вслед за ними мы можем сделать вывод о наличии позитивной «Я-концепции» у большинства участников первой группы. И наоборот, более низкие показатели могут говорить об отсутствии сформированного позитивного самовосприятия.

Таким образом, данные сравнительного анализа показали, что проявляющие большую активность в области саморазвития и самообразования отличаются значимо большим принятием себя и уровнем автономности. Они ориентированы на достижение и проявление самостоятельности. Их привлекает новизна и некоторый эмоциональный вызов ситуации. В то же время им важно демонстрировать социально одобряемое поведение.

# 3.5. Структура взаимосвязей личностных особенностей с разным уровнем включенности в самообразовательную деятельность.

Для оценки степени и структуры взаимосвязей личностных особенностей в двух группах, различающихся спецификой и степенью включенности в самообразовательную деятельность. Нами в каждой из сравниваемых групп был проведен корреляционный анализ.

На рисунке 23 представлена корреляционная плеяда (представлены связи 0.01 и 0,05 уровня значимости) по результатам корреляционного анализа данных участников, вошедших в первый кластер.

Было получено всего 5 положительных связей с уровнем значимости 0,01 и 24 связи с уровнем значимости 0,05.

Обнаружено 4 отрицательных связей с уровнем значимости 0, 01 и 12 отрицательных связей с уровнем значимости 0,05.

Как видно из рисунка корреляционная плеяда сильно интегрирована.

Показатель ценность конформности коррелирует с потребностью в познании. Высокие показатели интернальности в области неудач – чувству субъективного контроля при столкновении с трудностями – коррелируют с ценностью конформности.

Интернальность в области производственных отношений обратно пропорциональна креативности. Ценность гедонизма обратно пропорциональна общей интернальности – ощущению в субъективном контроле в значимых ситуациях. Гибкость в общении, обратно пропорциональна уровнею рефлексивности.

Значимая доля связей приходится на корреляции между показателями локуса контроля, экстравертированности, экстернальности и других личностных особенностей.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СтеныУР** | **Ориентация\_во\_времени** |  | **Ио** | **Ид** | **Ин** | **Ис** | **Ип** | **Им** | **Из** |
| **Экстраверсивность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Ценности** |
| **Экстернальность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_конформность** |
| **Экстрапунитивность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_традиции** |
| **ОЦ\_конформность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_доброта** |
| **ОЦ\_традиции** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_универсализм** |
| **ОЦ\_доброта** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_самостоятельность** |
| **ОЦ\_универсализм** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_стимуляция** |
| **ОЦ\_самостоятельность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_гедонизм** |
| **ОЦ\_стимуляция** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_достижений** |
| **ОЦ\_гедонизм** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_власть** |
| **ОЦ\_достижения** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_безопасность** |
| **ОЦ\_власть** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Ориентация\_во\_времени** |
| **ОЦ\_безопасность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Гибкость\_в\_общении** |
|  | **Самопонимание** | **Спонтанность** | **Автономность** | **Креативность** | **Потребность\_в\_познании** | **Взгляд\_на\_природу\_человека** | **Аутосимпатия** | **Контактность** |  |

Рис. 23. Корреляционная плеяда 1 группы

Однако для нас наибольшее значение представляет «зона корреляций» показателей, между которыми получены достоверные отличия. Так конформность взаимосвязана с потребностью в познании (0,624\*\*) и интернальностью в области неудач (0,530\*\*). Ценность конформности(ОЦ\_конформность) – с соблюдением традиций (0,595\*\*)

Жизненная энергичность и стремление к новизне (ОЦ\_стимуляция) связано с уважением традиций (0,451\*).

Ценностные ориентации «самостоятельность» и «достижения» не имеют значимых взаимосвязей.

Аутосимпатия взаимосвязана с ценность наличия доминантной позиции в жизни (ОЦ\_власть) (0,491\*).

Автономность имеет значимую отрицательную корреляцию с добротой (-0,428\*), личной конформностью (-0,423\*) и потребностью в глубоких переживаниях (-0,442\*).

На рисуноке 24 демонстрирует нампредставлены корреляционные связи участников исследования, вошедших во второй кластер.2 группы.

Корреляционная плеяда также сильно интегрирована. Однако получено больше прямых взаимосвязей с высоким уровнем значимости. Всего 18 положительных связей с уровнем значимости 0,01 и 17 связей с уровнем значимости 0,05.

Отрицательных связей с уровнем значимости 0, 01 – 4 и 10 отрицательных связей с уровнем значимости 0,05.

Как видно из корреляционной плеяды структура взаимосвязей в области локуса контроля смещена не в сторону субъектной активности, а к «профилю личности» - качествам, характеризующим в опроснике Шварца проявления доминирующих тенденций в поведении (принадлежность к одному из 10 типов).

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **СтеныУР** | **Ориентация\_во\_времени** |  | **Ио** | **Ид** | **Ин** | **Ис** | **Ип** | **Им** | **Из** |
| **Экстраверсивность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Ценности** |
| **Экстернальность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_конформность** |
| **Экстрапунитивность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_традиции** |
| **ОЦ\_конформность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_доброта** |
| **ОЦ\_традиции** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_универсализм** |
| **ОЦ\_доброта** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_самостоятельность** |
| **ОЦ\_универсализм** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_стимуляция** |
| **ОЦ\_самостоятельность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_гедонизм** |
| **ОЦ\_стимуляция** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_достижений** |
| **ОЦ\_гедонизм** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_власть** |
| **ОЦ\_достижения** |  |  |  |  |  |  |  |  | **ПЛ\_безопасность** |
| **ОЦ\_власть** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Ориентация\_во\_времени** |
| **ОЦ\_безопасность** |  |  |  |  |  |  |  |  | **Гибкость\_в\_общении** |
|  | **Самопонимание** | **Спонтанность** | **Автономность** | **Креативность** | **Потребность\_в\_познании** | **Взгляд\_на\_природу\_человека** | **Аутосимпатия** | **Контактность** |  |

Рис. 23. Корреляционная плеяда 2 группы

При этом показатель, значимо различающий группы – аутосимпатия прямо взаимосвязана на высоком уровне значимости практически со всеми показателями методики УСК. То есть чем выше и разнообразнее разные показатели самоконроля – контроль положительных событий, жизненных ситуаций и т.д., тем выше аутосимпатия.

Автономность положительно взаимосвязана с уровнем общей интернальности (0,341\*) и шкалой интернальности в области достижений (0,359\*\*). Таким образом, чем выше уровень субъективного контроля над эмоционально положительными событиями тем выше уровень автономности. И наоборот. Эта взаимосвязь отражает готовность с успехом идти к намеченной цели в будущем. Большьшинство выявленных взаимосвязей ценностных ориентаций имеют отрицательную модальность. Причем как с ориентацией во времени, так и с общей интернальностью.

При этом, экстернальность имеет отрицательную взаимосвязь с ценностной ориентацией на самостоятельность (-0,413\*\*).

Таким образом, можно сказать что структура выявленных взаимосвязей по двум группам показывает их принципиальное отличие.

Для группы с более высоким уровнем включенности в самообразовательную деятельность характерна более сбалансированная структура связей между уровнем субъективного контроля, продвигаемыми ценностями, их реализацией в жизни, а также стремлениям к разным формам самореализации и самоактуализации.

Для второй группы декларируемые ценности и тип личности, определяемый их реальным поведением, слабо взаимосвязаны. Их ценностные ориентации слабо поддерживаются характеристиками самоактуализующейся личности. В основном нормативные идеалы не совпадают с реальными проявлениями, что говорит об их слабой реализации. Тенденция к самоактуализации поддерживается за счет уровня субъективного контроля. В целом контроль над своей активностью занимает существенное место.

# 3.6. Анализ предикторов степени самообразовательной активности

Поскольку корреляционный анализ дает возможность говорить лишь о взаимосвязи между переменными, важно было провести регрессионный анализ, чтобы проверить наличие влияния личностных характеристик на самообразовательную активность.

В качестве независимых переменных выступили психологические параметры, полученные по психодиагностическим методикам, в качестве зависимой – сумма баллов по анкете самообразовательной деятельности.

Наибольшее количество предикторов выявлено в 5 модели. Целесообразно воспользоваться именно ей для заключительных выводов по работе. Из таблицы 7 видно, что R-квадрат показывает, что 32,3 % дисперсии обусловлены влиянием предикторов ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени, ПЛ\_доброта, ОЦ\_самостоятельность, ОЦ\_гедонизм.

Из таблицы 8 ANOVA видно, что значимость 5 модели меньше 0,05, что говорит о высокой надежности значений.

В таблице 10 коэффициенты Бета в пределах от -1 до 1, значимость предикторов не выше 0,05, что говорит о достоверности вычислений.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Сводка для модели f (f. Зависимая переменная: а\_Сумма) | | | | | | | | | |
| Модель | R | R-квадрат | Скорректированный R-квадрат | Стандартная ошибка оценки | Статистика изменений | | | | |
| Изменение R квадрат | Изменение F | ст.св.1 | ст.св.2 | Знач. Изменение F |
| 1 | ,315a | ,099 | ,087 | 3,06606 | ,099 | 8,260 | 1 | 75 | ,005 |
| 2 | ,452b | ,204 | ,183 | 2,90121 | ,105 | 9,765 | 1 | 74 | ,003 |
| 3 | ,515c | ,265 | ,235 | 2,80728 | ,061 | 6,035 | 1 | 73 | ,016 |
| 4 | ,554d | ,307 | ,268 | 2,74482 | ,042 | 4,360 | 1 | 72 | ,040 |
| 5 | ,607e | ,368 | ,323 | 2,63962 | ,061 | 6,853 | 1 | 71 | ,011 |
| a. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм | | | | | | | | | |
| b. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени | | | | | | | | | |
| c. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени, ПЛ\_доброта | | | | | | | | | |
| d. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени, ПЛ\_доброта, ОЦ\_самостоятельность | | | | | | | | | |
| e. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени, ПЛ\_доброта, ОЦ\_самостоятельность, ОЦ\_гедонизм | | | | | | | | | |

Табл.7. Сводка математической модели предикторов саморазвития и самообразования

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **ANOVAa** | | | | | | |
| Модель | | Сумма квадратов | ст.св. | Средний квадрат | F | Значимость |
| 5 | Регрессия | 288,001 | 5 | 57,600 | 8,267 | ,000f |
| Остаток | 494,700 | 71 | 6,968 |  |  |
| Всего | 782,701 | 76 |  |  |  |
| f. Предикторы: (константа), ПЛ\_гедонизм, Ориентация\_во\_времени, ПЛ\_доброта, ОЦ\_самостоятельность, ОЦ\_гедонизм | | | | | | |

Табл.9. Математическая значимость предикторов саморазвития и самообразования

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Коэффициентыa** | | | | | | | | |
| Модель 5 | Нестандартизованные коэффициенты | | Стандартизованные коэффициенты | т | Значимость | Корреляции | | |
| B | Стандартная  ошибка | Бета | Нулевого порядка | Частично | Компонент |
| (Константа) | 5,534 | 1,627 |  | 3,401 | ,001 |  |  |  |
| ПЛ\_гедонизм | 1,033 | ,284 | ,373 | 3,640 | ,001 | ,315 | ,397 | ,343 |
| Ориентация  во\_времени | ,346 | ,122 | ,272 | 2,841 | ,006 | ,302 | ,320 | ,268 |
| ПЛ\_доброта | ,601 | ,297 | ,195 | 2,022 | ,047 | ,283 | ,233 | ,191 |
| ОЦ\_  самостоятельность | ,993 | ,293 | ,468 | 3,391 | ,001 | ,260 | ,373 | ,320 |
| ОЦ\_гедонизм | -,650 | ,248 | -,386 | -2,618 | ,011 | ,023 | -,297 | -,247 |
| a. Зависимая переменная: а\_Сумма | | | | | | | | |

Табл.10. Коэффициенты регрессионного анализа

Регрессионный анализ выявил, что предикторами более высокой включенности в самообразовательную деятельность стали показатели: ПЛ\_гедонизм (из опросника Шварца, бланк Профиль личности), Ориентация\_во\_времени (опросник САМОАЛ), ПЛ\_доброта (из опросника Шварца, бланк Профиль личности), ОЦ\_самостоятельность (из опросника Шварца, бланк Обзор ценностей), ОЦ\_гедонизм (из опросника Шварца, бланк Обзор ценностей).

***Таким образом, можно сделать вывод о том, что***

* *личный гедонизм*, понимаемый как получение удовольствия от жизни, налаждение жизнью;
* *ориентация во времени*, как умение жить настоящим, не утопая в воспоминаниях о прошлом и не зацикливаясь на мечтах и фантазиях о будущем;
* *доброта* понимаемая как благожелательность и готовность к позитивному взаимодействию;
* *ценность самостоятельности*, как субъективное понимание важности независимого мышления и творческой активности

***являются предикторами самообразовательной активности взрослых***.

При этом декларирование в качестве нормативной ценности гедонизма как значима жизненная ценностьориентации, сопутствующая получению удовольствия от жизни, снижает уровень самообразовательной активности (отрицательный коэффициент регрессии -,650);

Учитывая сочетание ценностных ориентаций (*самостоятельность*) и проявляемых вовне личных качеств (*гедонизм, ориентация во времени, доброта*), можно сделать вывод, что именно сочетание готовности к позитивному взаимодействию, получению удовольствия от жизни и умения жить настоящим позволяет активно включаться взрослым в самообразовательную деятельность.

# ВЫВОДЫ

По результатам анализа эмпирического исследования можно сделать следующие выводы:

1. Получены данные раскрывающие личный опыт саморазвития и самообразования участников исследования. Найдены существенные различия в самообразовательной деятельности участников.

2. Факторизация данных анкеты самообразовательной деятельности участников исследования дала основания для дальнейшего исследования различий самообразовательной деятельности участников. Анализ данных позволил выявить значимые показатели самообразовательной деятельности – практическая деятельность, разнообразие читаемой литературы, частота чтения, получение дополнительного образования, что в целом сказывается на сумме баллов по анкете.

3. На основе факторизации данных самообразовательной деятельности была проведена кластеризация участников исследования, выявившая наличие двух (2) групп респондентов, значимо отличающихся по типу самообразовательной активности. Группы значимо различаются по разнообразию читаемой литературы, частоте чтения, практической деятельности в интересующей области и активностью в получении дополнительного образования. Анализ данных этого этапа подтвердил гипотезу о различных уровнях включенности в самообразовательную деятельность.

4. Сравнительный анализ двух групп участников с разным уровнем самообразовательной деятельности выявил значимые различия в шести (6) личностных характеристиках участников исследования между группами. Значимые различия в группах были найдены по характеристикам ценностно-мотивационной сферы личности – конформности, самостоятельности, жизненной активности (стимуляция), отношения к достижениям, автономности и уровню аутосимпатии. Проявляющие большую активность в области саморазвития и самообразования отличаются значимо большим принятием себя и уровнем автономности Они ориентированы на достижение и проявление самостоятельности. Их привлекает новизна и некоторый эмоциональный вызов ситуации. В то же время им важно демонстрировать социально одобряемое поведение..

5. Корреляционный анализ выявил различия в структуре взаимосвязей личностных особенностей у участников с разным уровнем включенности в самообразовательную деятельность. Для группы с более высоким уровнем включенности в самообразовательную деятельность характерна более сбалансированная структура связей между уровнем субъективного контроля, продвигаемыми ценностями, их реализацией в жизни, а также стремлениям к разным формам самореализации и самоактуализации. Для второй группы декларируемые ценности и тип личности, определяемый их реальным поведением, слабо взаимосвязаны. Их ценностные ориентации слабо поддерживаются характеристиками самоактуализующейся личности.

6. Регрессионный анализ выявил пять (5) значимых предикторов, влияющих на уровень самообразовательной активности: личный гедонизм, ориентация во времени, демонстрируемая доброта и самостоятельность как нормативная ценность. В целом совокупность этих характеристик отражает сочетание готовности к позитивному взаимодействию, получению удовольствия от жизни и умение жить настоящим, что создает условия для активного включения в самообразовательную деятельность.

# ЗАКЛЮЧЕНИЕ

В результате организации и проведения исследования можно заключить, что поставленные задачи научно-исследовательской работы решены полностью. Основная гипотеза исследования подтверждена.

Научная новизна и теоретическая значимость данной работы заключается в определении проявлений самообразовательной деятельности и саморазвития и в установлении предикторов самообразовательной активности взрослых людей.

Полученные данные могут быть использованы для актуализации саморазвития и самообразования взрослых. При системном подходе эти данные могут быть использованы для структурирования процесса развития взрослого человека и повышения качества жизни и благополучия взрослых.

# СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. Ананьев Б.Г. Человек как предмет познания. Л., 1968.
2. Большая советская энциклопедия, т.22, М. 1975.
3. Выготский Л.С. Педагогическая психология. М., 1991.
4. Гинецинский В.И. Антропогогика. СпбГУ.2005.
5. Деркач А.А., Сайко Э.В. Самореализация как структурообразующий конструкт и процесс в онтогенезе (теоретико-методологическое обоснование) // Мир психологии. 2009. № 2. С. 222-235.
6. Леонтьев А.Н О формировании способностей// Вопросы психологии. – 1960.
7. Логинова Н.А. Опыт человекознания: История комплексного подхода в психологических школах В.М.Бехтерева и Б.Г.Ананьева, СПб.2005.
8. Маралов В. Г. Приобретение или избавление: проблема выбора студентами стратегий самосовершенствования // Интеграция образования. 2017.
9. Маралов В.Г. Основы самопознания и саморазвития // учеб. пособие для студентов пед. учреждений сред. проф. образования / В.Г. Маралов. Москва, 2004. Сер. Педагогическое образование (2-е изд., стер.)
10. Маралов В.Г. Проблема барьеров саморазвития личности в отечественной психологии // Альманах современной науки и образования Тамбов: Грамота, 2015. № 1 (91). C. 72-76.
11. Маркс К. Тезисы о Фейербахе. Соч., т. 3. М.,1955г.
12. Машарова Т.В. Развитие педагогических взглядов на сущность самообразования; самообразование как феномен в современной отечественной педагогике // материалы Межрегиональной научной конференции «Образовательный кластер региона: синтез обучения и личностного развития. Восточно-Европейский институт. 2017.
13. Низовских Н. А. Личностное саморазвитие человека: психосемантика и психотехника // Известия ЮФУ. Технические науки. 2005. №7 С.182-183.
14. Плотницкая М.Р., Фризен М.А., Шучковская Е.С. Психологическая готовность личности к саморазвитию // Вестник Челябинского государственного педагогического университета. 2015. № 9. С. 136-141.
15. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности (К философским основам современной педагогики)// Вопросы психологии / №4. 1986.
16. Рубинштейн С.Л. Принципы и пути развития психологии. М. , 1959, с. 122.
17. Слободчиков В. И., Исаев Е. И. Развитие субъективности в онтогенезе : учеб. пособие для вузов ; под общ. ред. В. Г. Щур. — М. : Школа-Пресс, 2000.
18. Слободчиков, В. И. Основы психологической антропологии. Психология развития человека: развитие субъективной реальности в онтогенезе / В. И. Слободчиков, Е. И. Исаев. – М., 2000.
19. Современная психология мотивации. Под.ред. Д.А.Леонтьева. М.Смысл- 2002.
20. Фризен М.А. // Психология саморазвития : монография /; КамГУ им. Витуса Беринга. — Петропавловск-Камчатский : КамГУ им. Витуса Беринга, 2013. .
21. Фризен М.А. Феномен «саморазвития» в проблемном поле современной психологии//Вестник КРАУНЦ, серия «Гуманитарные науки» №1, (21)2013.
22. Щукина М. А. Саморазвитие личности: история и современное состояние проблемы в отечественной психологии//Вестник Санкт-Петербургского университета. Сер. 12: Психология. Социология. Педагогика. 2009.С.154-164
23. Энциклопедический словарь Ф.А. Брокгауза и И.А. Ефрона. — С.-Пб. Брокгауз-Ефрон. 1890—1907.
24. Ardelt, M. (2008). Self-development through selflessness: The paradoxical process of growing wiser. Transcending Self-Interest: Psychological Explorations of the Quiet Ego., 221–233.
25. Balan V. et al. Physical Education–Longlife Learning Factor //Procedia-Social and Behavioral Sciences. – 2012. – Т. 46. – С. 1328-1332.
26. Bevitt, S. (2015). Assessment innovation and student experience: a new assessment challenge and call for a multi-perspective approach to assessment research. Assessment & Evaluation in Higher Education, 40(1), 103–119.
27. Brookfield S. The getting of wisdom: What critically reflective teaching is and why it’s important //Becoming a critically reflective teacher. – 1995. – С. 1-28.
28. Cremers, P. H., Wals, A. E., Wesselink, R., Nieveen, N., & Mulder, M. (2014). Self-directed lifelong learning in hybrid learning configurations. International Journal of Lifelong Education, 33(2), 207-232.
29. Dave R. H. (ed.). Foundations of Lifelong Education: Studies in Lifelong Education. – 2014.
30. Houston D. K. et al. A long‐term intensive lifestyle intervention and physical function: The look AHEAD Movement and Memory Study //Obesity. – 2015. – Т. 23. – №. 1. – С. 77-84.
31. Kim Koh, J. B., & Wang, Q. (2012). Self-development. Wiley Interdisciplinary Reviews: Cognitive Science, 3(5), 513–524. https://doi.org/10.1002/wcs.1187
32. Kitiashvili A., Tasker P. B. The relationship between attitudes, motives and participation of adults in continuing education: The case of Georgia. – 2016.
33. Kolb David A., Richard E. Boyatzis, and Charalampos Mainemelis. "Experiential learning theory: Previous research and new directions." Perspectives on thinking, learning, and cognitive styles 1.8 (2001): 227-247.
34. Kolb, Alice Y., and David A. Kolb. "Learning styles and learning spaces: Enhancing experiential learning in higher education." Academy of management learning & education 4.2 (2005): 193-212.
35. Merriam S. B., Kee Y. Promoting community wellbeing: The case for lifelong learning for older adults //Adult Education Quarterly. – 2014. – Т. 64. – №. 2.
36. Merriam S. B., Kee Y. Promoting community wellbeing: The case for lifelong learning for older adults //Adult Education Quarterly. – 2014. – Т. 64. – №. 2. – С. 128-144.
37. Nesbit, Paul L. The Role of Self-Reflection, Emotional Management of Feedback, and Self-Regulation Processes in Self-Directed Leadership Development – Human Resource Development Review, 2012.
38. Rapp S. R., LaCroix A. Z., Shumaker S. A. Living Long and Living Well: Results from the Women’s Health Initiative //The Journals of Gerontology Series A: Biological Sciences and Medical Sciences. – 2015. – С. glv215.
39. Reichard, R. J., & Johnson, S. K. (2011). Leader self-development as organizational strategy. Leadership Quarterly, 22(1), 33–42.
40. Yamashita, T., López, E. B., Keene, J. R., & Kinney, J. M. (2015). Predictors of Adult Education Program Satisfaction in Urban Community-Dwelling Older Adults, 41(11), 825–838.

# ПРИЛОЖЕНИЕ

# Бланк анкеты самообразовательной деятельности

**АНКЕТА**

Пожалуйста, отвечайте на вопросы в развернутой форме, как Вам будет удобно. Заполняйте простым понятным почерком (можно печатными буквами)

1. Имя, или псевдоним

2. Возраст или дата рождения

3. Место рождения (населенный пункт, страна)

4. Образование, окончания (если учебных заведений было несколько, перечислите, пожалуйста, все) Укажите причину, почему Вы получали образование, пошли дополнительно учиться?

1.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

2.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

3.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

4.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5.\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

5. Как часто Вы читаете книги: каждый день, 4-5 раз в неделю, 2-3 раза в неделю, несколько раз в месяц (подчеркните подходящее)

6. Какую литературу Вы обычно читаете:

Художественную \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Научно-популярную \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Публицистическую \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Научную \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Другое (поясните) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

7. Посещаете ли Вы библиотеки, лектории, научные центры (перечислите какие) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

8. Повышаете ли Вы уровень своего образования (если ДА, то как и почему) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

9. Смотрите ли Вы научные, документальные, научно-популярные фильмы \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

10. Слушаете ли Вы лекции, доклады специалистов в интересующей Вас области \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

11. Посещаете ли Вы выставки, в каких музеях и/ или научно-исследовательских центрах они проходят \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

12. Посещаете ли Вы культурные мероприятия – спектакли, художественные выставки, концерты \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

13. Повышаете ли Вы свою квалификацию (курсы, образовательные центры, дистанционное обучение) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

14. Занимаетесь ли Вы самообразованием

А) в группе (работа творческих групп, исследовательских коллективов)

Б) индивидуально

15. Ведете ли Вы практическую деятельность, требующую самообразования? (если ДА укажите какую именно)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

16. Используете ли Вы средства массовой информации для расширения своего кругозора (если можно, перечислите основные)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

17. Отслеживаете ли уровень своего развития? Если ДА то как? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

18. Ведете ли Вы учет своих достижений? Есть ли у вас обобщенный результат Вашей деятельности (портфолио с информацией о приобретенном опыте и личных достижениях)

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

18. Планируете ли Вы свое будущее? На сколько лет/месяцев вперед Вы его планируете? \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

20. Как Вы считаете, насколько велика вероятность осуществления Ваших планов ( % ) \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Уважаемый(ая) участник, Вы участвовали в анкетировании, как эксперт, профессионал в саморазвитии. Как Вы считаете, какие вопросы относятся к категории:

Самообразование \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Саморазвитие \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

И то и другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Не то и не другое \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

Большое спасибо !

Оставьте, пожалуйста, свои контактные данные (e-mail или телефон для SMS), чтобы мы могли сообщить Вам результаты исследования.

# Бланк опросника определения индивидуальной меры рефлексивности (А. В. Карпов, В. В. Пономарева).

**Инструкция:** Вам предстоит дать ответы на несколько утверждений опросника. В бланке ответов напротив номера вопроса проставь­те, пожалуйста, цифру, соответствующую варианту Вашего ответа:

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **1**  абсолютно  неверно | **2**  неверно | **3**  скорее  неверно | **4**  не знаю | **5**  скорее  верно | **6**  верно | **7**  совершенно  верно |

Не задумывайтесь подолгу над ответами. Помните, что пра­вильных или неправильных ответов в данном случае быть не может. Первый пришедший в голову ответ и является верным.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждение** | **№** |
| 1. Прочитав хорошую книгу, я всегда потом долгое время ду­маю о ней, хочется ее с кем-нибудь обсудить. |  |
| 2. Когда меня вдруг неожиданно о чем-то спросят, я могу отве­тить первое, что пришло в голову. |  |
| 3. Прежде чем снять трубку телефона, чтобы позвонить по делу я обычно мысленно планирую предстоящий разговор. |  |
| 4. Совершив какой-то промах, я долго потом не могу отвлечься от мыслей о нем. |  |
| 5. Когда я размышляю над чем-то или беседую с другим чело­веком, мне бывает интересно вдруг вспомнить, что послу­жило началом цепочки мыслей. |  |
| 6. Приступая к трудному заданию, я стараюсь не думать о пред­стоящих трудностях. |  |
| 7. Главное для меня - представить конечную цель своей дея­тельности, а детали имеют второстепенное значение. |  |
| 8. Бывает, что я не могу понять, почему кто-либо недоволен мною. |  |
| 9. Я часто ставлю себя на место другого человека. |  |
| 10. Для меня важно в деталях представлять себе ход предстоя­щей работы. |  |
| 11. Мне было бы трудно написать серьезное письмо, если бы я заранее не составил плана. |  |
| 12. Я предпочитаю действовать, а не размышлять над причи­нами своих неудач. |  |
| 13. Я довольно легко принимаю решение относительно дорогой покупки. |  |
| 14. Как правило, что-то задумав, я прокручиваю в голове свои замыслы, уточняя детали, рассматривая все варианты. |  |
| 15. Я беспокоюсь о своем будущем. |  |
| 16. Думаю, что во множестве ситуаций надо действовать быст­ро, руководствуясь первой пришедшей в голову мыслью. |  |
| 17. Порой я принимаю необдуманные решения. |  |
| 18. Закончив разговор, я, бывает, продолжаю вести его мыслен­но, приводя все новые и новые аргументы в защиту своей точки зрения. |  |
| 19. Если происходит конфликт, то, размышляя над тем, кто в нем виноват, я в первую очередь начинаю с себя. |  |
| 20. Прежде чем принять решение, я всегда стараюсь все тща­тельно обдумать и взвесить. |  |
| 21. У меня бывают конфликты от того, что я порой не могу пре­дугадать, какого поведения ожидают от меня окружающие. |  |
| 22. Бывает, что, обдумывая разговор с другим человеком, я как бы мысленно веду с ним диалог. |  |
| 23. Я стараюсь не задумываться над тем, какие мысли и чув­ства вызывают в других людях мои слова и поступки. |  |
| 24. Прежде чем сделать замечание другому человеку, я обяза­тельно подумаю, в каких словах это лучше сделать, чтобы его не обидеть. |  |
| 25. Решая трудную задачу, я думаю над ней даже тогда, когда занимаюсь другими делами. |  |
| 26. Если я с кем-то ссорюсь, то в большинстве случаев не считаю себя виноватым. |  |
| 27. Редко бывает так, что я жалею о сказанном. |  |

# Бланк опросника уровня субъективного контроля (Е. Ф. Бажин, А. М. Эткинд, Е. А. Голынкина)

**Инструкция**: Прочитав каждое утверждение, решите для себя согласны вы с ним или нет. В случае согласия поставьте рядом с порядковым номером предложения знак "+" (можно это сделать на отдельном листе бумаги). Если вы не согласны с данным утверждением, то рядом с порядковым номером поставьте знак "-". Будьте внимательны при выполнении этой работы и в то же время старайтесь подолгу не задерживаться и не раздумывать по поводу отдельного утверждения.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждение** | **+ / -** |
| Продвижение по службе больше зависит от удачного стечения обстоятельств, чем от способностей и усилий человека. |  |
| Большинство разводов происходит от того, что люди не захотели приспособиться друг к другу. |  |
| Болезнь - дело случая: если уж суждено заболеть, то ничего не поделаешь. |  |
| Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявляют интереса и дружелюбия к окружающим. |  |
| Осуществление моих желаний часто зависит от везения. |  |
| Бесполезно предпринимать усилия для того, чтобы завоевать симпатию других людей. |  |
| Внешние обстоятельства - родители и благосостояние - влияют на семейное счастье не меньше, чем отношения супругов. |  |
| Я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной. |  |
| Как правило, руководство оказывается более эффективным, когда полностью контролирует действия подчиненных, а не полагается на их самостоятельность. |  |
| Мои отметки в школе зависели от случайных обстоятельств (например, настроения учителя) больше, чем от моих собственных усилий. |  |
| Когда я строю планы, то я, в общем, верю, что смогу их осуществить. |  |
| То, что многим людям кажется удачей или везением, на самом деле является результатом долгих целенаправленных усилий. |  |
| Думаю, что правильный образ жизни может больше помочь здоровью, чем врачи и лекарства. |  |
| Если люди не подходят друг другу, то как бы они ни старались наладить семейную жизнь, они все равно не смогут это сделать. |  |
| Тот хорошее, что я делаю, обычно бывает по достоинству оценено другими. |  |
| Дети вырастают такими, какими их воспитывают родители. |  |
| Думаю, что случай или судьба не играют важной роли в моей жизни. |  |
| Я стараюсь не планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства. |  |
| Мои отметки в школе больше всего зависели от моих усилий и степени подготовленности. |  |
| В семейных конфликтах я чаще чувствую вину за собой, чем за противоположной стороной. |  |
| Жизнь большинства людей зависит от стечения обстоятельств. |  |
| Я предпочитаю такое руководство, при котором можно самостоятельно определять, что и как делать. |  |
| Думаю, что мой образ жизни ни в коей мере не является причиной моих болезней. |  |
| Как правило, именно неудачное стечение обстоятельств мешает людям добиться успеха в своем деле. |  |
| В конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают. |  |
| Я часто чувствую, что ничего не могу изменить в сложившихся отношениях в семье. |  |
| Если я очень захочу, то смогу расположить к себе почти любого. |  |
| На подрастающее поколение влияет так много разных обстоятельств, что усилия родителей по их воспитанию часто оказываются бесполезными. |  |
| То, что со мной случается, это дело моих собственных рук. |  |
| Человек, который не смог добиться успеха в своей работе, скорее всего не проявил достаточных усилий. |  |
| Трудно бывает понять, почему руководители поступают именно так, а не иначе. |  |
| Чаще всего я могу добиться от членов моей семьи того, чего хочу. |  |
| В неприятностях и неудачах, которые были в моей жизни, чаще всего виноваты другие люди, чем я сам. |  |
| Ребенка всегда можно уберечь от простуды, если за ним следить и правильно его одевать. |  |
| В сложных обстоятельствах я предпочитаю подождать, пока проблемы не решатся сами собой. |  |
| Успех является результатом упорной работы и мало зависит от случая или везения. |  |
| Я чувствую, что от меня больше, чем от кого бы то ни было, зависит счастье моей семьи. |  |
| Мне всегда трудно понять, почему я нравлюсь одним людям и не нравлюсь другим. |  |
| Я всегда предпочитаю принять решение и действовать самостоятельно, а не надеяться на помощь других людей или на судьбу. |  |
| К сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными, несмотря на все его старания. |  |
| В семейной жизни бывают такие случаи, когда невозможно разрешить проблемы даже при самом сильном желании. |  |
| Способные люди, не сумевшие реализовать свои возможности, должны винить в этом только самих себя. |  |
| Многие мои успехи были возможны только благодаря помощи других людей. |  |
| Большинство неудач в моей жизни произошло от неумения, незнания или лени и мало зависело от везения или невезения. |  |

# Бланк опросника дифференциации направленной субъектной активности В.И. Гинецинского.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждение** | **Да/ Нет** |
| 1. Никто не способен разобраться в наших проблемах, кроме нас самих. |  |
| 1. Перед собой Вы ставите только такие задачи, которые Вы сможете решить без посторонней помощи. |  |
| 1. Вам нравится оживление и суета вокруг Вас. |  |
| 1. Вы предпочтете остаться в одиночестве дома, чем пойти на скучную вечеринку. |  |
| 1. Для того, чтобы убедиться, что Вы правы, Вам важно узнать мнение окружающих. |  |
| 1. Вы любите лакомства. |  |
| 1. Человек, который не смог добиться успехов в своей работе, скорее всего сам не проявил достаточного усердия. |  |
| 1. Ваше самочувствие сильно зависит от окружения. |  |
| 1. Вы импульсивны. |  |
| 1. Люди оказываются одинокими из-за того, что сами не проявили интереса и дружелюбия к окружающим. |  |
| 1. В дискуссии Вы считаете необходимым повторить свою мысль несколько раз, чтобы убедиться, что Вас правильно поняли. |  |
| 1. Человек становится компетентным лишь в результате самообразования. |  |
| 1. Для того, чтобы понимать окружающих, нужно сначала научиться понимать себя. |  |
| 1. Если Вы заметите, что коллеги неприветливы с Вами, Вы постараетесь понять, где Вы допустили оплошность. |  |
| 1. Вы предпочитаете работать в одиночестве. |  |
| 1. Вы были послушным ребенком. |  |
| 1. Вы самостоятельны. |  |
| 1. Вы самодостаточны. |  |
| 1. Вы не верите в приметы. |  |
| 1. Вам нравится разгадывать кроссворды. |  |
| 1. После случившейся неприятности Вам хочется побыть одному. |  |
| 1. В шумной компании Вам становится не по себе. |  |

# 5. Бланк ценностного опросника Ш. Шварца на изучение ценностей личности и их анализа на уровне личности (индивидуальных различий).

**Первая часть**

**Инструкция:** Спросите себя: "Какие ценности важны для меня как руководящие принципы в Моей жизни? Какие ценности менее важны для меня?" Ваша задача: оценить, насколько важна для Вас каждая ценность в качестве руководящего принципа в Вашей жизни.

До того, как Вы начнете, прочитайте список из 30 ценностей и выберите одну, которая наиболее важна для Вас, и оцените ее важность "7". Далее, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее -1, 0 или 1, согласно ее важности. Затем оцените оставшиеся ценности (от -1 до 7).

**Шкала для оценки:**

**7** - исключительно важная в качестве руководящего принципа Вашей жизни ценность (обычно таких ценностей бывает одна-две);

**6** - очень важная;

**5** - достаточно важная;

**4** - важная;

**3** - не очень важная;

**2**  - мало важная;

**1** - не важная;

**0** - совершенно безразличная;

**-1** - это противоположно принципам, которым Вы следуете.

|  |  |
| --- | --- |
| 1 РАВЕНСТВО (равные возможности для всех) |  |
| 2 ВНУТРЕННЯЯ ГАРМОНИЯ (быть в мире с самим собой) |  |
| 3 СОЦИАЛЬНАЯ СИЛА (контроль над другими, доминантность) |  |
| 4 УДОВОЛЬСТВИЕ (удовлетворение желаний) |  |
| 5 СВОБОДА (свобода мыслей и действий) |  |
| 6 ДУХОВНАЯ ЖИЗНЬ (акцент на духовных, а не материальных вопросах) |  |
| 7 ЧУВСТВО ПРИНАДЛЕЖНОСТИ (ощущение, что другие заботятся обо мне) |  |
| 8 СОЦИАЛЬНЫЙ ПОРЯДОК (стабильность общества) |  |
| 9 ЖИЗНЬ, ПОЛНАЯ ВПЕЧАТЛЕНИЙ (стремление к новизне) |  |
| 10 СМЫСЛ ЖИЗНИ (цели в жизни) |  |
| 11 ВЕЖЛИВОСТЬ (предупредительность, хорошие манеры) |  |
| 12 БОГАТСТВО (материальная собственность, деньги) |  |
| 13 НАЦИОНАЛЬНАЯ БЕЗОПАСНОСТЬ (защищенность своей нации от врагов) |  |
| 14 САМОУВАЖЕНИЕ (вера в собственную ценность) |  |
| 15 УВАЖЕНИЕ МНЕНИЯ ДРУГИХ (учет интересов других людей, избегание конфронтации) |  |
| 16 КРЕАТИВНОСТЬ (уникальность, богатое воображение) |  |
| 17 МИР ВО ВСЕМ МИРЕ (свобода от войны и конфликтов) |  |
| 18 УВАЖЕНИЕ ТРАДИЦИЙ (сохранение признанных традиций, обычаев) |  |
| 19 ЗРЕЛАЯ ЛЮБОВЬ (глубокая эмоциональная и духовная близость) |  |
| 20 САМОДИСЦИПЛИНА (самоограничение, устойчивость к соблазнам) |  |
| 21 ПРАВО НА УЕДИНЕНИЕ (право наличное пространство) |  |
| 22 БЕЗОПАСНОСТЬ СЕМЬИ (безопасность для близких) |  |
| 23 СОЦИАЛЬНОЕ ПРИЗНАНИЕ (одобрение, уважение других) |  |
| 24 ЕДИНСТВО С ПРИРОДОЙ (слияние с природой) |  |
| 25 ИЗМЕНЧИВАЯ ЖИЗНЬ (жизнь, наполненная проблемами, новизной и изменениями) |  |
| 26 МУДРОСТЬ (зрелое понимание мира) |  |
| 27 АВТОРИТЕТ (право быть лидером или командовать) |  |
| 28 ИСТИННАЯ ДРУЖБА (близкие друзья) |  |
| 29 МИР КРАСОТЫ (красота природы и искусства) |  |
| 30 СОЦИАЛЬНАЯ СПРАВЕДЛИВОСТЬ (исправление несправедливости, забота о слабых) |  |

Теперь оцените, насколько важна каждая из следующих ценностей для Вас, как руководящий принцип Вашей жизни. Эти ценности выражены в способах действия, которые могут быть более или менее важными для Вас. Попытайтесь различить ценности, насколько это возможно, используя все номера. Для начала прочитайте ценности в списке 2, выберите то, что для Вас наиболее важно, оцените на шкале (отметка 7). Затем выберите ценность, которая противоречит вашим принципам (отметка — 1). Если такой ценности нет, выберите ценность наименее важную для Вас и оцените ее отметками 0 или 1, в соответствии с ее значимостью. Затем оцените остальные ценности.

|  |  |
| --- | --- |
| 31 САМОСТОЯТЕЛЬНЫЙ (надеющийся на себя, самодостаточный) |  |
| 32 СДЕРЖАННЫЙ (избегающий крайностей в чувствах и действиях) |  |
| 33 ВЕРНЫЙ (преданный друзьям, группе) |  |
| 34 ЦЕЛЕУСТРЕМЛЕННЫЙ (трудолюбивый, вдохновенный) |  |
| 35 ОТКРЫТЫЙ К ЧУЖИМ МНЕНИЯМ (терпимый к различным идеям и верованиям) |  |
| 36 СКРОМНЫЙ (простой, не стремящийся привлечь к себе внимание) |  |
| 37 СМЕЛЫЙ (ищущий приключений, риск) |  |
| 38 ЗАЩИЩАЮЩИЙ ОКРУЖАЮЩУЮ СРЕДУ (сохраняющий природу) |  |
| 39 ВЛИЯТЕЛЬНЫЙ (имеющий влияние на людей и события) |  |
| 40 УВАЖАЮЩИЙ РОДИТЕЛЕЙ И СТАРШИХ (проявляющий уважение) |  |
| 41 ВЫБИРАЮЩИЙ СОБСТВЕННЫЕ ЦЕЛИ (отбирающий собственные намерения) |  |
| 42 ЗДОРОВЫЙ (не больной физически или душевно) |  |
| 43 СПОСОБНЫЙ (компетентный, способный эффективно действовать) |  |
| 44 ПРИНИМАЮЩИЙ ЖИЗНЬ (подчиняющийся жизненным обстоятельствам) |  |
| 45 ЧЕСТНЫЙ (откровенный, искренний) |  |
| 46 СОХРАНЯЮЩИЙ СВОЙ ИМИДЖ (защита собственного «лица») |  |
| 47 ПОСЛУШНЫЙ (исполнительный, подчиняющийся правилам) |  |
| 48 УМНЫЙ (логичный, мыслящий) |  |
| 49 ПОЛЕЗНЫЙ (работающий на благо других) |  |
| 50 НАСЛАЖДАЮЩИЙСЯ ЖИЗНЬЮ (наслаждение едой, близостью, развлечениями и др.) |  |
| 51 БЛАГОЧЕСТИВЫЙ (придерживающийся религиозной веры и убеждений) |  |
| 52 ОТВЕТСТВЕННЫЙ (надежный, заслуживающий доверия) |  |
| 53 ЛЮБОЗНАТЕЛЬНЫЙ (интересующийся всем, пытливый) |  |
| 54 СКЛОННЫЙ ПРОЩАТЬ (стремящийся прощать другого) |  |
| 55 УСПЕШНЫЙ (достигающий цели) |  |
| 56 ЧИСТОПЛОТНЫЙ (опрятный, аккуратный) |  |
| 57 ПОТВОРСТВУЮЩИЙ СВОИМ ЖЕЛАНИЯМ (занимающийся тем, что доставляет удовольствие) |  |

**Вторая часть**

**Инструкция:** Ниже приведены описания некоторых людей. Пожалуйста, прочитайте каждое описание и поду­майте, насколько каждый человек похож или не похож на Вас. Поставьте крестик в одной из клеточек справа, которая показывает, насколько описываемый человек похож на Вас.

|  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Описания людей** | Очень похож на меня | Похож на меня | В некоторой степени похож на меня | Немного похож на меня | Не похож | Совсем не похож |
| 1. Придумывать что-то новое и быть изобрета­тельным важно для не­го. Он любит поступать по-своему, на свой лад. |  |  |  |  |  |  |
| 2. Для него важно быть богатым. Он хочет, что­бы у него было много денег и дорогих вещей. |  |  |  |  |  |  |
| 3. Он считает, что важно, чтобы с каждым человеком в мире обращались одинаково. Он верит, что у всех должны быть равные возможности в жизни. |  |  |  |  |  |  |
| 4. Для него очень важно показать свои способности.   Он хочет, чтобы люди восхищались тем, что он делает. |  |  |  |  |  |  |
| 5.   Для   него   важно жить в безопасном окружении. Он избегает всего, что может угрожать его безопасности. |  |  |  |  |  |  |
| 6. Он считает, что важно делать много разных дел в жизни. Он всегда стремится к новизне. |  |  |  |  |  |  |
| 7. Он верит, что люди должны делать то, что им говорят. Он считает, что люди должны придерживаться правил всегда, даже когда никто не видит. |  |  |  |  |  |  |
| 8. Для него важно выслушать мнение людей, которые отличаются от него. Даже если он не согласен с ними, он все равно хочет их понять. |  |  |  |  |  |  |
| 9. Он считает, что важно не просить большего, чем имеешь. Он верит, что люди должны довольствоваться тем, что у них есть. |  |  |  |  |  |  |
| 10. Он всегда ищет повод для развлечения. Для него важно делать то, что доставляет ему удовольствие. |  |  |  |  |  |  |
| 11. Для него важно самому решать, что делать.   Ему   нравится быть свободным в планировании и выборе своей деятельности. |  |  |  |  |  |  |
| 12.  Для   него   очень важно помогать окружающим. Он хочет заботиться об их благополучии. |  |  |  |  |  |  |
| 13. Для него очень важно преуспеть в жизни. Ему нравится производить впечатление на других людей. |  |  |  |  |  |  |
| 14.   Для   него   очень важна    безопасность его страны. Он считает, что   государство должно быть готово к защите от внешней и внутренней угрозы. |  |  |  |  |  |  |
| 15. Он любит рисковать. Он всегда ищет приключений. |  |  |  |  |  |  |
| 16. Для него важно всегда вести себя должным образом. Он хочет избегать действий, которые люди сочли бы неверными. |  |  |  |  |  |  |
| 17. Для него важно быть главным и указывать другим, что делать. Он хочет, чтобы люди делали то, что он говорит. |  |  |  |  |  |  |
| 18.  Для него важно быть преданным сво­им друзьям. Он хочет посвятить себя своим близким. |  |  |  |  |  |  |
| 19. Он искренне верит, что люди должны заботиться о природе. Заботиться об окружающей среде важно для него. |  |  |  |  |  |  |
| 20. Быть религиозным важно для него.  Он очень старается следовать своим религиозным убеждениям. |  |  |  |  |  |  |
| 21. Для него важно, чтобы вещи содержались в порядке и в чистоте.   Ему действительно   не   нравится беспорядок. |  |  |  |  |  |  |
| 22.  Он считает, что важно интересоваться многим. Ему нравится быть любознательным и пытаться понять разные вещи. |  |  |  |  |  |  |
| 23. Он считает, что все народы мира должны жить в гармонии. Содействовать установлению мира между всеми группами   людей   на земле важно для него. |  |  |  |  |  |  |
| 24. Он думает, что важно быть честолюбивым. Ему хочется по­казать насколько он способный. |  |  |  |  |  |  |
| 25. Он думает, что луч­ше   всего   поступать в соответствии с установившимися традициями. Для него важно соблюдать обычаи, которые он усвоил. |  |  |  |  |  |  |
| 26. Для него важно получать удовольствие от жизни. Ему нравится «баловать» себя. |  |  |  |  |  |  |
| 27. Для  него  важно быть чутким к нуждам других людей. Он старается поддерживать тех, кого знает. |  |  |  |  |  |  |
| 28. Он полагает, что всегда должен проявлять уважение к своим родителям   и   людям старшего возраста. Для него важно быть послушным. |  |  |  |  |  |  |
| 29. Он хочет, чтобы со всеми поступали справедливо, даже с людьми, которых он не знает.  Для  него  важно защищать слабых. |  |  |  |  |  |  |
| 30. Он любит сюрпризы. Для него важно, чтобы его жизнь была полна ярких впечатлений. |  |  |  |  |  |  |
| 31. Он очень старается не заболеть. Сохранение   здоровья   очень важно для него. |  |  |  |  |  |  |
| 32. Продвижение вперед в жизни важно для него. Он стремиться делать все лучше, чем другие. |  |  |  |  |  |  |
| 33.  Для  него  важно прощать людей, кото­рые обидели его. Он старается видеть хорошее в них и не держать обиду. |  |  |  |  |  |  |
| 34.  Для   него  важно быть    независимым. Ему  нравится  полагаться на себя. |  |  |  |  |  |  |
| 35. Иметь стабильное правительство важно для него. Он беспокоится о сохранении общественного порядка. |  |  |  |  |  |  |
| 36. Для него очень важно все время быть вежливым с другими людьми.     Он     старается никогда не раздражать и не беспокоить других. |  |  |  |  |  |  |
| 37. Он по-настоящему хочет    наслаждаться жизнью. Хорошо проводить   время   очень важно для него. |  |  |  |  |  |  |
| 38.  Для  него  важно быть скромным.  Он старается не привлекать к себе внимание. |  |  |  |  |  |  |
| 39.   Он   всегда  хочет быть тем, кто принимает решения. Ему нравится быть лидером. |  |  |  |  |  |  |
| 40.  Для  него  важно приспосабливаться к природе, быть частью ее. Он верит, что люди не должны изменять природу. |  |  |  |  |  |  |

# 6. Бланк опросника диагностики самоактуализации личности А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина.

**Инструкция:** из двух вариантов утверждений выберите тот, который вам больше нравится или лучше согласуется с вашими представлениями, точнее отражает ваши мнения. Здесь нет хороших или плохих, правильных или неправильных ответов, самым лучшим будет тот, который дается по первому побуждению.

|  |  |
| --- | --- |
| **Утверждение** | **а / б** |
| а) Придет время, когда я заживу по-настоящему, не так, как сейчас.  б) Я уверен, что живу по-настоящему уже сейчас. |  |
| а) Я очень увлечен своим профессиональным делом.  б) Не могу сказать, что мне нравится моя работа и то, чем я занимаюсь. |  |
| а) Если незнакомый человек окажет мне услугу, я чувствую себя ему обязанным.  б) Принимая услугу незнакомого человека, я не чувствую себя обязанным ему. |  |
| а) Мне бывает трудно разобраться в своих чувствах.  б) Я всегда могу разобраться в собственных чувствах. |  |
| а) Я часто задумываюсь над тем, правильно ли я вел себя в той или иной ситуации.  б) Я редко задумываюсь над тем, насколько правильно мое поведение. |  |
| а) Я внутренне смущаюсь, когда мне говорят комплименты.  б) Я редко смущаюсь, когда мне говорят комплименты. |  |
| а) Способность к творчеству – человека природное свойство  б) Далеко не все люди одарены способностью к творчеству. |  |
| а) У меня не всегда хватает времени на то, чтобы следить за новостями литературы и искусства.  б) Я прилагаю силы, стараясь следить за новостями литературы и искусства. |  |
|  |
| а) Я часто принимаю рискованные решения.  б) Мне трудно принимать рискованные решения. |  |
| а) Иногда я могу дать собеседнику понять, что он кажется мне глупым и неинтересным.  б) Я считаю недопустимым дать понять человеку, что он мне кажется глупым и неинтересным. |  |
| а) Я люблю оставлять приятное «на потом».  б) Я не оставляю приятное «на потом». |  |
| а) Я считаю невежливым прерывать разговор, если он интересен только моему собеседнику.  б) Я могу быстро и непринужденно прервать разговор, интересный только одной стороне. |  |
| а) Я стремлюсь к достижению внутренней гармонии.  б) Состояние внутренней гармонии, скорее всего, недостижимо. |  |
| а) Не могу сказать, что я себе нравлюсь.  б) Я себе нравлюсь. |  |
| а) Я думаю, что большинству людей можно доверять.  б) Думаю, что без крайней необходимости людям доверять не стоит. |  |
| а) Плохо оплачиваемая работа не может приносить удовлетворения.  б) Интересное, творческое содержание работы — само по себе награда. |  |
| а) Довольно часто мне скучно.  б) Мне никогда не бывает скучно. |  |
| а) Я не стану отступать от своих принципов даже ради полезных дел, которые могли бы рассчитывать на людскую благодарность.  б) Я бы предпочел отступить от своих принципов ради дел, за которые люди были бы мне благодарны. |  |
| а) Иногда мне трудно быть искренним.  б) Мне всегда удается быть искренним. |  |
| а) Когда я нравлюсь себе, мне кажется, что я нравлюсь и окружающим.  б) Даже когда я себе нравлюсь, я понимаю, что есть люди, которым я неприятен. |  |
| а) Я доверяю своим внезапно возникшим желаниям.  б) Свои внезапные желания я всегда стараюсь обдумать. |  |
| а) Я должен добиваться совершенства во всем, что я делаю.  б) Я не слишком расстраиваюсь, если мне этого не удается. |  |
| а) Эгоизм — естественное свойство любого человека.  б) Большинству людей эгоизм не свойственен. |  |
| а) Если я не сразу нахожу ответ на вопрос, то могу отложить его на неопределенное время.  б) Я буду искать ответ на интересующий меня вопрос, не считаясь с затратами времени. |  |
| а) Я люблю перечитывать понравившиеся мне книги.  б) Лучше прочесть новую книгу, чем возвращаться к уже прочитанной. |  |
| а) Я стараюсь поступать так, как ожидают окружающие.  б) Я не склонен задумываться о том, чего ждут от меня окружающие. |  |
| а) Прошлое, настоящее и будущее представляются мне единым целым.  б) Думаю, мое настоящее не очень-то связано с прошлым или будущим. |  |
| а) Большая часть того, что я делаю, доставляет мне удовольствие.  б) Лишь немногие из моих занятий по-настоящему меня радуют. |  |
| а) Стремясь разобраться в характере и чувствах окружающих, люди часто бывают бестактны.  б) Стремление разобраться в окружающих, вполне естественно и оправдывает некоторую бестактность. |  |
| а) Я хорошо знаю, какие чувства я способен испытывать, а какие нет.  б) Я еще не понял до конца, какие чувства я способен испытывать. |  |
| а) Я чувствую угрызения совести, если сержусь на тех, кого люблю.  б) Я не чувствую угрызений совести, когда сержусь на тех, кого люблю. |  |
| а) Человек должен спокойно относиться к тому, что он может услышать о себе от других.  б) Вполне естественно обидеться, услышав неприятное мнение о себе. |  |
| а) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо приносят пользу.  б) Усилия, которых требует познание истины, стоят того, ибо доставляют удовольствие. |  |
| а) В сложных ситуациях надо действовать испытанными способами — это гарантирует успех.  б) В сложных ситуациях надо находить принципиально новые решения. |  |
| а) Люди редко раздражают меня.  б) Люди часто меня раздражают. |  |
| а) Если бы была возможность вернуть прошлое, я бы там многое изменил.  б) Я доволен своим прошлым и не хочу в нем ничего менять. |  |
| а) Главное в жизни — приносить пользу и нравиться людям.  б) Главное в жизни — делать добро и служить истине. |  |
| а) Иногда я боюсь показаться слишком нежным.  б) Я никогда не боюсь показаться слишком нежным |  |
| а) Я считаю, что выразить свои чувства обычно важнее, чем обдумывать ситуацию.  б) Не стоит необдуманно выражать свои чувства, не взвесив ситуацию. |  |
| а) Я верю в себя, когда чувствую, что способен справиться с задачами, стоящими передо мной.  б) Я верю в себя даже тогда, когда неспособен справиться со своими проблемами. |  |
| а) Совершая поступки, люди руководствуются взаимными интересами.  б) По своей природе люди склонны заботиться лишь о собственных интересах. |  |
| а) Меня интересуют все новшества в моей профессиональной сфере.  б) Я скептически отношусь к большинству нововведений в своей профессиональной области. |  |
| а) Я думаю, что творчество должно приносить пользу людям.  б) Я полагаю, что творчество должно приносить человеку удовольствие. |  |
| а) У меня всегда есть своя собственная точка зрения по важным вопросам.  б) Формируя свою точку зрения, я склонен прислушиваться к мнениям уважаемых и авторитетных людей. |  |
| а) Секс без любви не является ценностью.  б) Даже без любви секс — очень значимая ценность. |  |
| а) Я чувствую себя ответственным за настроение собеседника.  б) Я не чувствую себя ответственным за это. |  |
| а) Я легко мирюсь со своими слабостями.  б) Смириться со своими слабостями мне нелегко. |  |
|  |
| а) Успех в общении зависит от того, насколько человек способен раскрыть себя другому.  б) Успех в общении зависит от умения подчеркнуть свои достоинства и скрыть недостатки. |  |
| а) Мое чувство самоуважения зависит от того, чего я достиг.  б) Мое самоуважение не зависит от моих достижений |  |
| а) Большинство людей привыкли действовать по «линии наименьшего сопротивления».  б) Думаю, что большинство людей к этому не склонны. |  |
| а) Узкая специализация необходима для настоящего ученого.  б) Углубление в узкую специализацию делает человека ограниченным. |  |
| а) Очень важно, есть ли у человека в жизни радость познания и творчества.  б) В жизни очень важно приносить пользу людям |  |
| а) Мне нравится участвовать в жарких спорах.  б) Я не люблю споров. |  |
| а) Я интересуюсь предсказаниями, гороскопами в астрологическими прогнозами.  б) Подобные вещи меня не интересуют. |  |
| а) Человек должен трудиться ради удовлетворения своих потребностей и блага своей семьи.  б) Человек должен трудиться, чтобы реализовать свои способности и желания. |  |
| а) В решении личных проблем я руководствуюсь общепринятыми представлениями.  б) Свои проблемы я решаю так, как считаю нужным |  |
| а) Воля нужна для того, чтобы сдерживать желания контролировать чувства.  б) Главное назначение воли — подхлестывать усилия и увеличивать энергию человека. |  |
| а) Я не стесняюсь своих слабостей перед другими.  б) Мне нелегко обнаруживать свои слабости даже перед друзьями. |  |
| а) Человеку свойственно стремиться к новому.  б) Люди стремятся к новому лишь по необходимости. |  |
|  |
| а) Я думаю, что неверно выражение «век живи – век учись».  б) Выражение «век живи — век учись» я считаю правильным. |  |
| а) Я думаю, что смысл жизни заключается в творчестве.  б) Вряд ли в творчестве можно найти смысл жизни. |  |
| а) Мне бывает непросто познакомиться с человеком, который мне симпатичен.  б) Я не испытываю трудностей, знакомясь с людьми. |  |
| а) Меня огорчает, что значительная часть жизни проходит впустую.  б) Не могу сказать, что какая-то часть моей жизни проходит впустую. |  |
| а) Одаренному человеку непростительно пренебрегать своим долгом.  б) Талант и способности значат больше, чем долг. |  |
| а) Мне хорошо удается манипулировать людьми.  б) Я полагаю, что манипулировать людьми неэтично. |  |
| а) Я стараюсь избегать огорчений.  б) Я делаю то, что полагаю нужным, не считаясь с возможными огорчениями. |  |
| а) В большинстве ситуаций я не могу позволить себе дурачиться.  б) Существует множество ситуаций, где я могу позволить себе дурачиться. |  |
| а) Критика в мой адрес снижает мою самооценку.  б) Критика практически не влияет на мою самооценку. |  |
| а) Зависть свойственна только неудачникам, которые считают, что их обошли.  б) Большинство людей завистливы, хотя и пытаются это скрыть. |  |
| а) Выбирая для себя занятие, человек должен учитывать его общественную значимость.  б) Человек должен заниматься прежде всего тем, что ему интересно. |  |
| а) Я думаю, что для творчества необходимы знания в избранной области.  б)Я думаю, что знания для этого совсем не обязательны. |  |
| а) Пожалуй, я могу сказать, что живу ощущением счастья.  б) Я не могу сказать, что живу с ощущением счастья. |  |
| а) Я думаю, что люди должны анализировать свою жизнь.  б) Я считаю, что самоанализ приносит больше вреда, чем пользы. |  |
| а) Я пытаюсь найти основания даже для тех своих поступков, которые совершаю просто потому, что мне этого хочется.  б) Я не ищу оснований для своих действий и поступков. |  |
| а) Я уверен, что любой может прожить свою жизнь так, как ему хочется.  б) Я думаю, что у человека мало шансов прожить свою жизнь, как хотелось бы. |  |
| а) О человеке никогда нельзя сказать с уверенностью добрый он или злой.  б) Обычно оценить человека очень легко. |  |
| а) Для творчества нужно очень много свободного времени.  б) Мне кажется, что в жизни всегда можно найти время для творчества. |  |
| а) Обычно мне легко убедить собеседника своей правоте.  б) В споре я пытаюсь понять точку зрения собеседника, а не переубедить его. |  |
| а) Если я делаю что-либо исключительно для себя, мне бывает неловко.  б) Я не испытываю неловкости в такой ситуации |  |
| а) Я считаю себя творцом своего будущего.  б) Вряд ли я сильно влияю на собственное будущее. |  |
| а) Выражение «добро должно быть с кулаками» я считаю правильным.  б) Вряд ли верно выражение «добро должно быть кулаками». |  |
| а) По-моему, недостатки людей гораздо заметнее, чем их достоинства.  б) Достоинства человека увидеть гораздо легче, чем его недостатки. |  |
| а) Иногда я боюсь быть самим собой.  б) Я никогда не боюсь быть самим собой. |  |
| а) Я стараюсь не вспоминать о своих былых неприятностях.  б) Время от времени я склонен возвращаться к воспоминаниям о прошлых неудачах. |  |
| а) Я считаю, что целью жизни должно быть нечто значительное.  б) Я вовсе не считаю, что целью жизни непременно должно быть что-то значительное. |  |
| а) Люди стремятся к тому, чтобы понимать и доверять друг другу.  б) Замыкаясь в кругу собственных интересов, люди не понимают окружающих. |  |
| а) Я стараюсь не быть «белой вороной».  б) Я позволяю себе быть «белой вороной». |  |
|  |
| а) В доверительной беседе люди обычно искренни.  б) Даже в доверительной беседе человеку трудно быть искренним. |  |
| а) Бывает, что я стыжусь проявлять свои чувства.  б) Я никогда этого не стыжусь. |  |
| а) Я могу делать что-либо для других, не требуя, чтобы они это оценили.  б) Я вправе ожидать от людей, что они оценят то, что я для них делаю. |  |
| а) Я проявляю свое расположение к человеку независимо от того, взаимно ли оно.  б) Я редко проявляю свое расположение к людям, не будучи уверенным, что оно взаимно. |  |
| а) Я думаю, что в общении нужно открыто проявлять свое недовольство другими.  б) Мне кажется, что в общении люди должны скрывать взаимное недовольство. |  |
| а) Я мирюсь с противоречиями в самом себе.  б) Внутренние противоречия снижают мою самооценку. |  |
| а) Я стремлюсь открыто выражать свои чувства.  б) Думаю, что в открытом выражении чувств есть элемент несдержанности. |  |
| а) Я уверен в себе.  б) Не могу сказать, что я уверен в себе. |  |
| а) Достижение счастья не может быть главной целью человеческих отношений.  б) Достижение счастья — главная цель человеческих отношений. |  |
| а) Меня любят, потому что я этого заслуживаю  б) Меня любят, потому что я сам способен любить. |  |
| а) Неразделенная любовь способна сделать жизнь человека невыносимой.  б) Жизнь без любви хуже, чем неразделенная любовь в жизни. |  |
| а) Если разговор не удался, я пробую выстроить его по-иному.  б) Обычно в том, что разговор не сложился, виновна невнимательность собеседника. |  |
| а) Я стараюсь производить на людей хорошее впечатление.  б) Люди видят меня таким, каков я на самом деле. |  |