

На правах рукописи



Алонцева Александра Ивановна

**ФОРМИРОВАНИЕ КОНСТРУКТИВНЫХ СТРАТЕГИЙ  
СОВЛАДАЮЩЕГО ПОВЕДЕНИЯ, ОБУСЛОВЛИВАЮЩИХ  
САМООСУЩЕСТВЛЕНИЕ ВЫПУСКНИКОВ СРЕДНЕЙ ШКОЛЫ**

Специальность 19.00.07. – педагогическая психология

Автореферат  
диссертации на соискание ученой степени  
кандидата психологических наук

Кемерово – 2013

Работа выполнена на кафедре общей психологии и психологии развития федерального государственного бюджетного образовательного учреждения высшего профессионального образования «Кемеровский государственный университет»

**Научный руководитель:** доктор психологических наук, профессор  
**Морозова Ирина Станиславовна**

**Официальные оппоненты:** **Руднева Елена Леонидовна**  
доктор педагогических наук, профессор,  
ректор ГОУ «Кузбасский региональный институт  
развития профессионального образования»  
**Логинова Ирина Олеговна**  
доктор психологических наук, доцент,  
заведующий кафедрой психологии и педагогики с  
курсом медицинской психологии, психотерапии и  
педагогики последипломного образования ГБОУ  
ВПО «Красноярский государственный медицинский  
университет им проф. В. Ф. Войно-Ясенецкого»

**Ведущая организация:** ФГБОУ ВПО «Омский государственный педагогический университет»

Защита состоится «18» октября 2013 г. в 12-00 часов на заседании диссертационного совета Д 212.088.09 при ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет» по адресу: 650043, г. Кемерово, ул. Красная, 6, ауд. 8402.

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке ФГБОУ ВПО «Кемеровский государственный университет» по адресу: 650043, г. Кемерово, ул. Красная, 6; с авторефератом – на официальном сайте КемГУ: [www.kemsu.ru](http://www.kemsu.ru)

Автореферат разослан «16» сентября 2013 года.

Ученый секретарь  
диссертационного совета  
кандидат психологических наук,  
доцент



Н. Р. Хакимова

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

**Актуальность проблемы исследования.** Самоосуществление в современных психологических исследованиях понимается как непрерывно-процессуальное проявление развертывания человеческих возможностей (в различных жизненных сферах), открытие новых мерностей, перспектива движения в сторону усложнения, основанная на превращении человеческого потенциала в потенции (А. Г. Асмолов, М. М. Бахтин, Б. С. Братусь, В. Е. Ключко, М. К. Мамардашвили, В. С. Степин, Л. В. Янковская).

Осуществляющий себя человек выступает субъектом собственного жизненного пути, который направляет свои усилия на преодоление и противостояние необходимости, выходя за пределы своего наличного бытия (Т.Н. Березина, 2001). Проблема самоосуществления, поставленная еще Ш. Бюлер, на данном этапе обретает особую актуальность, в связи с особенностью социальной ситуации. С одной стороны, современное российское общество предлагает неограниченные возможности для реализации человека в различных областях деятельности, формируя тотальную конкуренцию, в связи с чем, для достижения успеха становится жизненно необходимо совершенствование себя и реализация своего потенциала. С другой стороны, самоосуществление граждан является условием развития социально-экономической ситуации этого общества (то есть развитие российского общества определяется потенциалом осуществляющих себя граждан).

Несмотря на большое количество работ, посвященных самоосуществлению человека и тесно связанных с ним проблем, малоизученной на сегодняшний день остается проблема детерминации самоосуществления различными факторами. В связи с чем наше исследование направлено на изучение обусловленности самоосуществления стратегиями совладающего поведения в период старшего школьного возраста, именно в тот период, когда человек обладает широким спектром возможностей развития моделей взаимодействия с миром в «многомерном пространстве жизни» (В. Е. Ключко). Избираемые стратегии совладающего поведения значимы для осуществления человеком своего потенциала, поскольку являются «сознательным, активным преобразующим действием» (Р. Лазарус, 1993), формируемым в результате становления многомерного мира человека (Т. Г. Бохан, 2008), помогающим справиться с переживаниями и трудностями жизненных ситуаций (профессиональными, личностными, социальными). Разработка проблемы обусловленности самоосуществления человека стратегиями совладающего поведения в образовательном процессе может существенно дополнить представление о движущих силах развития

изучаемого феномена как тенденции собственного движения человека к вершинному уровню психологического развития. В связи с этим анализ детерминирующих факторов самоосуществления (стратегий совладающего поведения, способствующих самоосуществлению и тормозящих его) является одним из важных направлений в области педагогической психологии.

**Состояние разработанности** проблемы исследования отражено в трудах отечественных и зарубежных философов и психологов.

Философский аспект проблемы самоосуществления рассматривается в работах Л. И. Антроповой, Н. А. Бердяева, Л. Г. Брылева, Г. Кайзерлинга, Н. Л. Кулика, Г. Лукач, М. К. Мамардашвили, К. Маркса, Э. Мунье, К. Ч. Мухаметджанова, Х. Ортега-и-Гассет, В. В. Розанова и др.

Свой вклад в разработку проблематики внесли представители психологических школ: психоаналитической (А. Адлер, О. Ранк, К. Хорни и др.), гештальтпсихологии (К. Гольдштейн, Ф. Перлз и др.), когнитивной психологии (Дж. Келли и др.); наибольшую разработанность проблема самоосуществления получила в рамках гуманистического направления (Ш. Бюлер, А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Шостром и др.). Разработка данного проблемного поля связана с рассмотрением различных аспектов самоосуществления: самоактуализации (Е. И. Исаев, В. И. Слободчиков, В. Франкл и др.); саморазвития (К. Роджерс и др.); самореализации (Л. А. Коростылева, Б. Д. Парыгин, Э. Фромм и др.). Изучение данного феномена как самостоятельной категории осуществляли К. А. Абульханова-Славская, Ш. Бюлер, Б. С. Братусь, К. Гольдштейн, К. Л. Зайцев, И. О. Логинова, Е. А. Лукина, Е. В. Селезнева, Л. Н. Храмцова и др.

На современном этапе развития психологической науки проблема самоосуществления актуализируется в рамках постнеклассической парадигмы. Именно на постнеклассическом этапе развития науки понятия, характеризующие «самость» человека, наполняются реальным смыслом и гарантируют влияние личности на выбор траектории собственного развития (В. Е. Ключко, Д. А. Леонтьев, И. О. Логинова, В. И. Слободчиков и др.). Это связано с возможностью осмыслить процессы самоосуществления в контексте целостного человека, «в единстве с той частью объективного мира, которая составляет его (человека) действительность, обладающую признаками реальности и предметности, в которой человек живет и действует, и которую он формирует в ходе сменяющихся друг друга деятельностей, реализующих системы жизненных отношений» (В. Е. Ключко, 1999). Указанная проблема органично вписывается в контекст противоречий

современной педагогической психологии, среди которых наиболее острыми являются **противоречия**:

– между потребностью современного общества в выпускнике средней школы как человеке, осуществляющем свои возможности и потенции, и недостаточной разработанностью условий реализации этого процесса в учреждениях общего образования;

– между накопленными знаниями о самоосуществлении и отсутствии научных представлений о стратегиях, обеспечивающих изменения содержательных характеристик данного феномена.

Разрешение обозначенных противоречий определяет научную проблему диссертационного исследования – каковы возможности формирования стратегий совладающего поведения, обуславливающих особенности самоосуществления выпускников средней школы, а также тему исследования – **«Формирование конструктивных стратегий совладающего поведения, обуславливающих самоосуществление выпускников средней школы»**.

Поставленная проблема позволила сформулировать цель исследования.

**Цель** – определить, научно обосновать и экспериментально проверить возможности формирования конструктивных стратегий совладающего поведения, обуславливающих самоосуществление выпускников средней школы.

**Объект** исследования – самоосуществление выпускников средней школы.

**Предмет** – формирование конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, обуславливающих их самоосуществление.

Для реализации сформулированной цели мы выдвинули и проверили следующие **гипотезы**.

1. Самоосуществление представляет собой сложное интегральное образование, имеющее процессуальный характер, проявляющееся в содержательных характеристиках актуальных и потенциальных возможностей в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров результата, обусловленное стратегиями совладающего поведения.

2. Формирование конструктивных стратегий совладающего поведения способствует реализации актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы.

Исходя из поставленной цели исследования и сформулированных гипотез, мы поставили следующие **задачи**:

1. Выявить основные характеристики и определить вариативность содержательных проявлений актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления.

2. Рассмотреть особенности самоосуществления во взаимосвязи со стратегиями совладающего поведения выпускников средней школы и выявить конструктивные стратегии, обеспечивающие реализацию актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления.

3. Определить направления перестройки содержательных проявлений актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления при изменениях стратегий совладающего поведения.

4. Разработать и апробировать программу по формированию конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, способствующих реализации актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления.

В соответствии с задачами было проведено **4 этапа исследования.**

Первый этап. Проведение теоретического анализа основных направлений изучения самоосуществления в зарубежной и отечественной психологии (2009 – 2010 гг.).

Второй этап. Разработка научных основ самоосуществления, выявление факторов, обуславливающих развитие изучаемого феномена. Разработка программы эмпирического исследования. Подготовка исследовательского инструментария. Формирование выборки испытуемых (2010 – 2011 гг.).

Третий этап. Изучение содержательных характеристик самоосуществления выпускников средней школы. Диагностика стратегий совладающего поведения респондентов. Проведение формирующего эксперимента и лонгитюдного исследования. Математико-статистическая обработка эмпирических данных, их количественный и качественный анализы (2011 – 2012 гг.).

Четвертый этап. Апробация, внедрение результатов исследования в практику. Формулирование выводов исследования (2012 – 2013 гг.).

**Теоретико-методологическую основу исследования** составили принцип развития личности в деятельности (К. А. Абульханова-Славская, Л. А. Анцыферова, А. Г. Асмолов, Л. С. Выготский, И. В. Дубровина, И. С. Морозова, Д. И. Фельдштейн и др.); научные представления о потенциале как феномене, подразумевающим развитие человека как личности и как субъекта деятельности (Б. Г. Ананьев); концепции личностно-ориентированного обучения и образования (Е. В. Бондаревская, Э. Ф. Зеер, И. А. Зимняя, Е. Ю. Косарева, В. В. Краевский, И. С. Якиманская и др.); а также основные положения о природе самоосуществления, развиваемые в работах

представителей гуманистического направления и отечественной школы (К. А. Абульханова-Славская, Ш. Бюлер, Б. С. Братусь, К. Л. Зайцев, В. Е. Ключко, И. О. Логинова, Е. А. Лукина, А. Маслоу, Е. В. Селезнева, В. И. Слободчиков, Л. Н. Храмцова).

#### **Методы исследования:**

1. Теоретический анализ психолого-педагогических исследований в области педагогической и возрастной психологии по проблеме.

2. Теоретико-прикладное моделирование программы изучения самоосуществления выпускников средней школы.

3. Констатирующий эксперимент, направленный на диагностику стратегий совладающего поведения выпускников средней школы и содержательных характеристик актуальных возможностей самоосуществления.

4. Формирующий эксперимент, имеющий целью изменение стратегий совладающего поведения, обуславливающих самоосуществление.

5. Лонгитюдный эксперимент, способствующий выявлению динамики содержательных характеристик самоосуществления выпускников средней школы на начальном этапе профессионального обучения.

6. Качественный анализ собранных фактических данных; методы математической обработки экспериментальных данных.

Достоверность результатов и выводов исследования обеспечивалась использованием валидных, надежных и апробированных методов исследования, а также применением методов математической статистики, содержательным анализом выявленных фактов и закономерностей.

В качестве конкретных психодиагностических **методик**, обеспечивающих изучение содержательных характеристик актуальных возможностей самоосуществления, были использованы: личностный опросник (ЕРІ) (Г. Ю. Айзенк); экспресс-диагностика неуправляемой эмоциональной возбудимости (В. В. Бойко); опросник самоотношения (В. В. Столин, С. Р. Пантелеев); определение уровня рефлексивности (В. В. Пономарев); самоактуализационный тест (Э. Шостром, модификация Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозмана, М. В. Загика); исследования уровня субъективного контроля (Дж. Роттер); самооценка (Т. Дембо, С. Рубинштейн); экспресс-диагностика уровня личностной фрустрации (В. В. Бойко); методика измерения уровня тревожности (Дж. Тейлор, адаптированная Т. А. Немчиным); индикатор копинг-стратегий (Д. Амирхан); копинг-тест (Р. Лазарус); методика для психологической диагностики копинг-механизмов (Э. Хейм).

Для измерения субъективных оценок сущности собственного

самоосуществления выпускников средней школы, направленных на расширение представлений о содержательных характеристиках самоосуществления, использовалось психологическое эссе «Как я осуществляю свою жизнь», в котором школьник описывал, как он делает жизненные выборы, осуществляет решения, оценивает собственную стратегию жизненного самоосуществления и т. д.

**Экспериментальная база исследования.** Диссертационное исследование проводилось на базе МОУ г. Новокузнецка: «Средняя общеобразовательная школа № 13»; «Средняя общеобразовательная школа № 36»; «Средняя общеобразовательная школа № 77»; «Средняя общеобразовательная школа № 107»; «Средняя общеобразовательная школа № 49»; «Средняя общеобразовательная школа № 79»; Новокузнецкий институт (филиал) Кемеровского государственного университета. Исследование проводилось в период с 2009 по 2013 гг. и включало этапы теоретического анализа исследования проблемы, организации и проведения экспериментального исследования, обработки и анализа полученных результатов.

В качестве респондентов привлекались отобранные по принципам репрезентативной выборки школьники и студенты НФИ Кемеровского государственного университета. В констатирующем эксперименте приняли участие 534 человека, из них 154 юноши и 380 девушки. Из общего числа выборки 334 школьника и 200 студентов, возраст от 16 до 20 лет.

В формирующем эксперименте участвовало 50 человек, по 25 человек в контрольной и экспериментальной группах. В лонгитюдном исследовании приняли участие 102 респондента, из них 37 юношей и 65 девушек (в первом замере респондентами являлись выпускники школ, во втором – эти же испытуемые в статусе студентов-первокурсников).

**Научная новизна** нашей работы заключается в следующем:

1. Выявлены особенности самоосуществления выпускников средней школы, представленные в содержательных характеристиках актуальных и потенциальных возможностей в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров результата, обусловленные конструктивными и деструктивными стратегиями совладающего поведения выпускников средней школы.

2. Охарактеризованы вариативные составляющие актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы, проявляющихся в осознанности необходимого результата, богатстве выбора средств по его достижению и удовлетворенности результатом.

3. Разработана процедура эмпирического исследования перестройки и



трансформации содержательных характеристик актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров результата.

4. Доказано, что самоосуществление выпускников средней школы претерпевает перестройку в случаях изменения используемых стратегий совладающего поведения.

5. Предложена программа формирования конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, обеспечивающих реализацию их актуальных и потенциальных возможностей в процессе самоосуществления.

6. Представлены способы прогнозирования самоосуществления выпускников средней школы в обусловленности предоставления возможности расширения опыта выбора используемых стратегий совладающего поведения.

**Теоретическая значимость** заключается в том, что:

– дополнено представление о самоосуществлении выпускников средней школы в контексте определения его особенностей, специфики в условиях образовательной среды;

– определены вариативные составляющие актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы, проанализированы их содержание и иерархия;

– конкретизированы представления о самоосуществлении выпускника средней школы, ориентированного на получение высшего образования;

– расширено представление о детерминантах и факторах самоосуществления выпускников средней школы; показана роль конструктивных и деструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы в реализации актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления.

**Практическая значимость исследования:**

– выявленные особенности самоосуществления выпускников средней школы в их обусловленности стратегиями совладающего поведения положены в основу разработанных психолого-педагогических рекомендаций по формированию конкурентоспособной личности на этапе выбора высшего профессионального образования.

– проведение регрессионного анализа позволяет выделить конструктивные стратегии, влияющие на содержательные характеристики самоосуществления выпускников средней школы.

– предложенная теоретическая модель самоосуществления может быть использована в практической деятельности психологов, социальных

педагогов и других специалистов, осуществляющих консультативно-диагностическую и профилактическую работу с выпускниками школ и студентами. Психокоррекционная программа обеспечивает вариативность развертывания самоосуществления выпускника средней школы и позволяет существенно индивидуализировать подготовку обучающихся и прогнозировать успешность их учебно-профессиональной деятельности.

**На защиту выносятся следующие положения:**

1. Самоосуществление выпускников средней школы представляет собой сложное иерархически многоуровневое образование, описывающее проявление максимально полного развертывания актуальных и потенциальных возможностей в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров результата, обусловленное стратегиями совладающего поведения.

2. Особенности самоосуществления, обусловленные наличием конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, в ситуации постановки целей проявляются в наличии формирующейся потребности в самоосуществлении и освоении навыков саморегуляции; в ситуации выбора средств – в выраженной направленности осуществления себя в различных сферах жизнедеятельности; в ситуации оценки параметров результата – в прогнозировании траектории саморазвития, выработке индивидуального стиля самоосуществления.

3. К особенностям самоосуществления выпускников средней школы при наличии деструктивных стратегий относятся: низкая способность осознавать свои возможности при постановке цели; неумение оценить влияние своих поступков и невозможность осознать, чего позволяет достигнуть поставленная цель для своего Я при выборе средств; неумение выносить опыт из ситуаций прошлого, видеть возможности, предлагаемые будущим при оценке параметров результата.

4. Формирование конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы реализуется в специально организованных условиях: обогащается опыт использования эмоциональных и поведенческих стратегий, снижается востребованность использования стратегий избегания проблем, принятия ответственности, конфронтации, что способствует реализации актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы.

5. Содержательные характеристики потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы, обусловленные конструктивными стратегиями совладающего поведения, в ситуации постановки целей проявляются в активизации жизненной позиции,

увеличении самооценности; в ситуации выбора средств – в переориентации с фиксации на прошлом на настоящее и будущее; в положительной переоценке ситуации, выражающейся в нахождении положительного значения для роста собственной личности; в ситуации оценки параметров результата – в уменьшении ответственности за выстраиваемые взаимоотношения с окружающими и уменьшении рефлексивности в направлении межличностных отношений.

**Апробация работы и внедрение результатов исследования.** Основные результаты диссертации опубликованы в 12 печатных работах, в том числе 2 статьи в научных журналах, включенных в перечень ВАК.

Результаты работы доложены на международных, всероссийских научно-практических конференциях в городах Кисловодск (2007); Пенза (2009); Новосибирск (2010, 2011, 2012); Лесосибирск (2010); Новокузнецк (2007, 2012, 2013). Результаты и выводы внедрены и используются в системе подготовки студентов Новокузнецкого института (филиала) КемГУ; в деятельности КРИПКиПРО, в рамках реализации программ повышения квалификации преподавателей и учителей школ; включены в работу МБОУ «Средняя общеобразовательная школа № 77» г. Новокузнецка, в виде программ по формированию стратегий совладающего поведения, обуславливающих самоосуществление выпускников, о чем имеются соответствующие акты внедрения.

**Объем и структура работы.** Работа состоит из введения, трех глав, выводов и заключения, библиографии (источников 243, из них 21 на иностранных языках), приложений. Общий объем работы – 198 страниц.

## ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ

Во **введении** обосновывается актуальность темы, выявляется противоречие, формулируется проблема исследования, выдвигается гипотеза исследования, определяются цель, объект, предмет, задачи, теоретико-методологические основания, этапы и методы исследования, раскрываются научная новизна, теоретическая и практическая значимость, изложены положения, выносимые на защиту.

**Глава 1** «Психологическая природа самоосуществления выпускников средней школы» посвящена анализу основных подходов к изучению самоосуществления старших школьников на заключительном этапе обучения в школе. Представлен историко-психологический анализ проблемы самоосуществления. Обобщены взгляды В. Е. Кемерова, В. Е. Ключко, Д. А. Леонтьева, И. О. Логиновой, М. К. Мамардашвили, Г. И. Петровой, С. Л. Рубинштейна, В. И. Слободчикова и др., на основании которых сделан

вывод о возможности более полного изучения данной категории на постнеклассическом этапе развития науки. Теоретические подходы к изучению проблемы самоосуществления обобщены и как попытки интерпретации, через призму других психических образований: самоактуализации (Ш. Бюлер, Е. И. Исаев, А. Маслоу, В. И. Слободчиков, В. Франкл, Э. Шостром и др.), саморазвития (К. Роджерс); самореализации (К. А. Абульханова-Славская, Л. А. Коростылева, Б. Д. Парыгин, Ф. Перлз, Э. Фромм и др.); и в качестве предмета самостоятельного изучения (Б. С. Братусь, К. Гольдштейн, К. Л. Зайцев, В. Е. Ключко, И. О. Логинова, Е. А. Лукина, Е. В. Селезнева).

Сопоставительный анализ понятий «самореализация», «саморазвитие», «самоактуализация», «самоосуществление» позволил заключить, что феномен самоосуществления является более широким конструктом, чем представленные выше понятия, взаимосвязанным с ними, но не аналогичным им. Опираясь на труды Б. С. Братуся, В. Е. Ключко, Д. А. Леонтьева, М. К. Мамардашвили, мы определяем самоосуществление как понятие, за которым стоит категория человеческого потенциала. Потенциал включает совокупность факторов, имеющих в наличии у человека, которые могут быть приведены в действие для осуществления определенной цели или достижения результата, т. е. ресурсная часть реализации возможностей. Это своего рода переход возможности с виртуального уровня ее существования на уровень активного действия (В. Е. Ключко, О. М. Краснорядцева).

Следуя за идеями М. К. Мамардашвили, мы понимаем потенцию как возможность, обладающую одновременно силой на свое осуществление. В своих изысканиях мы опираемся на идеи В. Е. Ключко (1998, 2000, 2002, 2005, 2007), анализ которых позволяет констатировать, что самоосуществление представляет собой категорию, которая может быть полноценно рассмотрена через позиции процессуальности. В связи с этим под термином «самоосуществление» мы понимаем непрерывно-процессуальное проявление максимально полного развертывания потенциальных возможностей в различных жизненных сферах, определяющееся как перспектива движения к вершинному уровню психологического развития, основанная на превращении человеческого потенциала в потенции.

Для развертывания процесса самоосуществления человека особую актуальность приобретает период окончания средней школы. Особенности самоосуществления на данном этапе жизненного цикла выступают: наличие формирующейся потребности в самоосуществлении, освоение элементарных навыков самодетерминации, выраженность направленности осуществления

себя в различных сферах жизнедеятельности, прогнозирование траектории саморазвития, выработка индивидуального стиля осуществления своих потенций.

**Глава 2** «Стратегии совладающего поведения как условие самоосуществления выпускников средней школы» содержит характеристику стратегий совладающего поведения в процессе самоосуществления, обзор мнений о самоосуществлении в условиях образовательного учреждения, описание теоретической модели актуальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы.

В рамках различных подходов совладающее поведение рассматривают как относительно постоянное свойство, позволяющее отвечать на стрессовые ситуации определенным образом; как динамическую характеристику, которая интегрирует в себе когнитивную, поведенческую и аффективную сферы; как сознательную активную, целенаправленную форму поведения, направленную на разрешение напряженной ситуации (Н. У. Браун, О. Г. Брим, П. Коста, Р. Лазарус, Г. Левинсон, Р. Маккей, М. Масуда, Р. Моос, Р. Накахо, М. Олгуд, Э. Прусофф, К. Руфф, Д. Терри, Н. Хаан, Д. Холмс, Э. Хейм и др.).

В отечественной психологии наряду с термином «совладание» используется термин «копинг», который подразумевает: «психологическое преодоление» (В. А. Ташлыков, С. К. Нартова-Бочавер), «совладающее поведение» (Л. И. Анциферова), «купирование» (Л. С. Китаев-Смык), паттерны решения проблемных жизненных ситуаций (Л. Г. Дикая), систему регуляции (В. А. Бодров). Основываясь на определении Л. И. Анциферовой, мы используем понятия «совладающее поведение» и «копинг-стратегии» как синонимичные. На основании анализа научных работ мы, вслед за Т. Л. Крюковой, под совладающим поведением подразумеваем: осознанность поведения, целенаправленность, значимость последствий выбора данного поведения для психологического благополучия человека, социально-психологическую обусловленность, возможность обучения конкретному виду поведения. Далее мы проанализировали позиции ученых относительно эффективности применяемых копинг-стратегий. В своем исследовании мы придерживаемся мнения Л. И. Анциферовой, которая подчеркивает, что нет стратегий, которые были бы эффективны во всех напряженных жизненных ситуациях, с которыми сталкивается субъект, эффективность (неэффективность) зависит от ситуационных, личностных и социальных факторов.

Образовательная среда выступает значимым фактором развития личности и самоосуществления как непрерывного процессуального

проявления максимально полного развертывания человеком своих потенциальных возможностей в различных жизненных сферах (Б. Г. Ананьев, Л. И. Анциферова, А. В. Брушлинский, Л. Н. Грановская, А. В. Запорожец, В. Т. Лисовский, Я. А. Понамарев, Е. И. Степанова, Д. И. Фельдштейн).

Проведенный анализ исследований образовательной среды позволил утверждать, что она может выступать не только источником развития, но и в качестве наличествующих препятствий для самоосуществления школьников. Из числа факторов, играющих важную роль в самоосуществлении школьников, выступают: обогащение опыта, формирование системы научных знаний, общей культуры и кругозора, самоорганизация деятельности. При этом существующая ситуация интеллектуализации образования обеспечивает репродуктивный характер процесса обучения, учителя передают учащимся в готовом виде знания и способы действий. В связи с чем не обеспечиваются условия формирования инициативности, самостоятельности, свободной активности, саморегуляции, навыков самообразования, закладываются предметность потребностей и целей, неготовность осуществлять выбор, что раскрывает барьеры, препятствующие формированию изучаемого феномена (Рис.1).

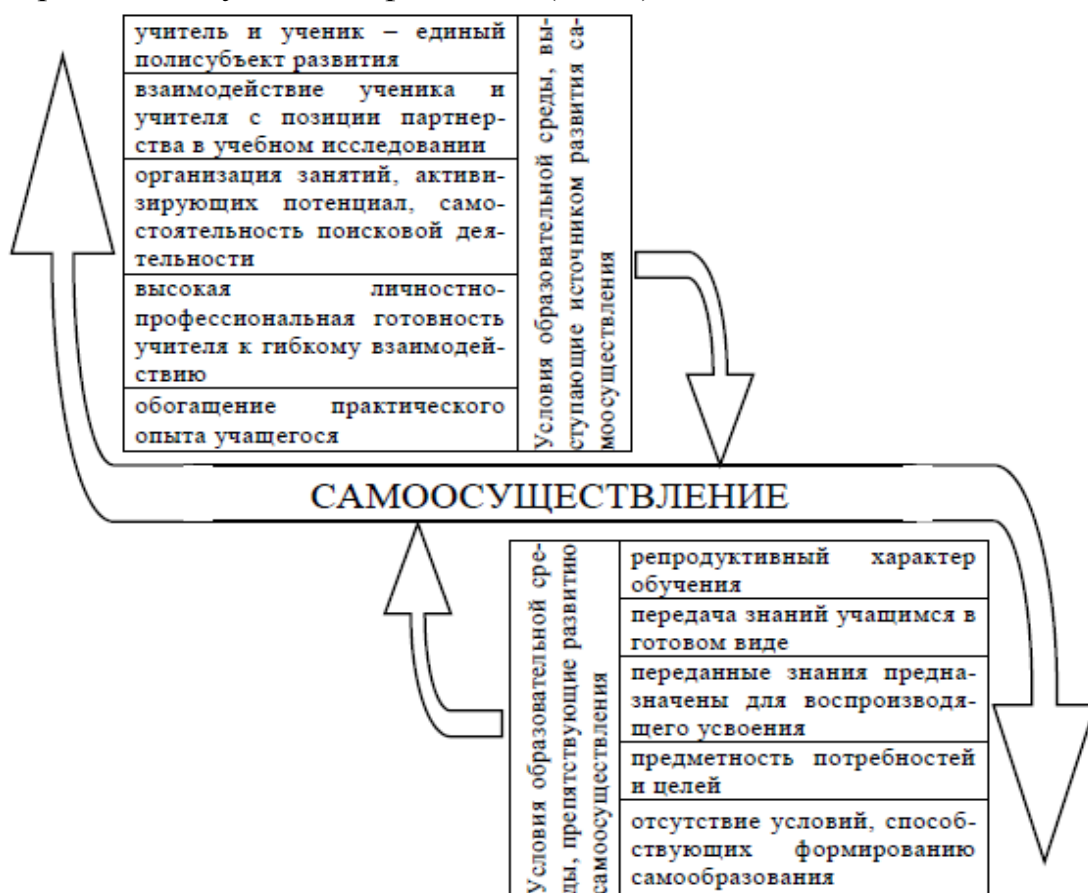


Рис. 1. Условия образовательной среды, влияющие на развертывание самоосуществления

Особенности содержательных характеристик самоосуществления старших школьников проявляются в наличии вариативности личностного выбора, обусловленной влиянием современных тенденций образовательной системы, которая выражается в специфике направленности старших школьников относительно дальнейшей образовательной траектории.

Школьники, продолжающие обучение в 10 – 11 классах, в своем большинстве нацелены на поступление в вуз. Содержательные характеристики актуальных возможностей самоосуществления старших школьников, ориентированных на поступление в вуз, выражаются в активном мировоззренческом поиске, самостоятельности в осуществлении выбора профессии и учебного заведения, расширении и систематизации своего индивидуального опыта, развивающейся самостоятельности и творческом подходе при решении задач.

На основании проведенного анализа представлена теоретическая многоуровневая иерархическая модель содержательных характеристик актуальных возможностей самоосуществления. Изучаемое нами явление было представлено в виде иерархии. Первый уровень представлен тремя измерениями, раскрывающими: *возможности постановки целей*, который в свою очередь, на втором уровне представлен тремя блоками: когнитивным, эмоциональным и поведенческим; *возможности выбора средств*, который на втором уровне описывается двумя блоками: интрапсихическими и интерпсихическими свойствами; *возможности оценки параметров результата*, который на втором уровне раскрывается посредством трех блоков: рефлексия, пространственно-временной блок, результативность. Нижестоящие уровни подробно охарактеризованы на страницах диссертации.

**Глава 3** «Экспериментальное исследование формирования конструктивных стратегий совладающего поведения, обуславливающих самоосуществление выпускника средней школы» включает три параграфа, последовательно раскрывающих методологию исследования, организацию и этапы исследования, обоснование диагностических и статистических методов исследования, анализ полученных результатов.

Эмпирическое исследование самоосуществления производилось в рамках: констатирующего эксперимента (определение содержательных характеристик актуальных возможностей, обусловленных стратегиями совладающего поведения); формирующего эксперимента (формирование конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, детерминирующих механизм трансформации самоосуществления); лонгитюдного исследования (исследование потенциальных возможностей в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров

результата).

На этапе констатирующего эксперимента сформирована выборка из обучающихся юношеского возраста (учеников 11-х классов средней школы и студентов высших учебных заведений), позволяющая исследовать содержательные характеристики самоосуществления обучающихся юношеского возраста ориентированных на получение высшего образования и обучающихся в высшем учебном заведении. Представлен расчет интегрального показателя содержательных характеристик актуальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы посредством метода анализа иерархий (МАИ), разработанного Т. Саати, с помощью которого были построены матрицы парных сравнений для составляющих каждого уровня иерархии. На основании этих матриц рассчитывались весовые коэффициенты каждой составляющей иерархической модели, характеризующие степень их влияния на самоосуществление. Для определения относительной важности элементов иерархии используется шкала отношений. Используя вышеизложенный алгоритм, был рассчитан показатель актуальных возможностей самоосуществления.

Корреляционный анализ позволяет утверждать, что показатель актуальных возможностей в ситуации постановки целей прямо коррелирует с возрастом, степенью выраженности стратегии «планирование решения проблемы» и обратно коррелирует со степенью выраженности стратегий: «избегание проблем», «дистанцирование», «бегство – избегание». Показатель актуальных возможностей в ситуации выбора средств обратно коррелирует со стратегиями: «самоконтроль», «избегание проблем», «бегство – избегание», «принятие ответственности». Показатель актуальных возможностей в ситуации оценки параметров результата прямо коррелирует с возрастом и обратно коррелирует со степенью выраженности стратегии «избегание проблем».

Результаты проведенного регрессионного анализа позволяют констатировать зависимость между стратегиями совладающего поведения и показателями самоосуществления. Используя возможности применения регрессионного анализа с целью определения влияния среднего одной величины на вариации других величин, мы определили стратегии совладающего поведения, обуславливающие особенности самоосуществления выпускника школы, интерпретируемые как конструктивные стратегии, плодотворно влияющие на развитие самоосуществления. Стратегии, не вошедшие в число оказывающих влияние на самоосуществление, отнесены к деструктивным, то есть обессиливающим, являющимся неплодотворными и неэффективными для самоосуществления.



К конструктивным стратегиям отнесены: стратегия избегания проблем, эмоциональные, поведенческие копинг-стратегии, принятие ответственности, конфронтационный копинг.

Для изучения особенностей самоосуществления, в зависимости от стратегий совладающего поведения, выборочная совокупность выпускников средних школ была представлена двумя категориями исследовательских групп: в *первую группу* вошли выпускники, имеющие конструктивные стратегии совладающего поведения, во *вторую группу* вошли выпускники, имеющие деструктивные стратегии совладающего поведения.

В результате применения t-критерия Стьюдента были установлены значимые различия в характеристиках самоосуществления, обусловленные стратегиями совладающего поведения (табл. 1).

Таблица 1

Средние значения проявления актуальных возможностей самоосуществления выпускников в зависимости от стратегий

Показатель	Среднее значение		Статистика Стьюдента (t)	Уровень значимости различий (p)
	Выпускники, использующие конструктивные стратегии	Выпускники, использующие деструктивные стратегии		
Актуальные возможности в ситуации постановки целей	0,59	0,5	0,65	0,045
Актуальные возможности в ситуации выбора средств	0,50	0,49	0,45	0,65
Актуальные возможности в ситуации оценки параметров результата	0,51	0,46	2,12	0,03
Самоосуществление	0,53	0,48	2,24	0,026

Значимые различия были выявлены в показателях актуальных возможностей в ситуации постановки целей, актуальных возможностей в ситуации оценки параметров результата и самоосуществлении. Это позволяет констатировать особенности самоосуществления в их обусловленности стратегиями совладающего поведения. При наличии конструктивных стратегий – это умение устанавливать, определять приоритетность и необходимость тех или иных целей для осуществления себя в процессе жизнедеятельности; умение оценивать результаты, полученные в ходе осуществления своих целей, осознавать степень достигнутого.

К особенностям самоосуществления при наличии деструктивных стратегий относятся: низкая способность осознать свои возможности при постановке цели; неумение оценить влияние своих поступков на других

людей; невозможность осознать, что позволяет достигнуть поставленная цель для своего «Я»; непоследовательность в определении цели достижения; неумение выносить опыт из ситуаций прошлого, видеть возможности, предлагаемые будущим.

С целью расширения вариаций применения конструктивных стратегий совладающего поведения, максимально обеспечивающих самоосуществление, апробирована программа, направленная на изменение стратегий совладающего поведения выпускников средней школы. Состав экспериментальной и контрольной групп репрезентативен, сопоставим по полу, возрасту, учреждению образования, уровню выраженности актуальных возможностей самоосуществления. Для определения эффективности формирующего воздействия по окончании внедрения программы был проведен контрольный этап эксперимента. Полученные результаты дают возможность констатировать наличие динамики в показателях (табл. 2).

Таблица 2

Средние значения признаков (экспериментальная группа)

	Среднее значение		Статистика Стьюдента (t)	Уровень значимости различий (p)
	Начальный этап	Заключительный этап		
Стратегия избегания проблем	20,12	13,52	4,6	0,003
Эмоциональные копинг-стратегии	0,30	0,54	-2,0	0,11
Принятие ответственности	51,4	51,28	0,1	0,39
Конфронтационный копинг	58,88	39,6	4,3	0,000
Поведенческие копинг-стратегии	0,42	0,66	-3,0	0,0071
Уровень актуальных возможностей самоосуществления	0,500	0,539	-6,674	0,004

В экспериментальной группе произошло статистически значимое снижение показателей по группе исследуемых параметров: «стратегия избегания проблем», «конфронтационный копинг»; а также статистически значимый рост значений по характеристикам: «поведенческая копинг-стратегия», «уровень актуальных возможностей самоосуществления» ( $p \leq 0.01$ ). Статистически значимые различия не выявлены в показателях: «эмоциональный копинг» и «принятие ответственности», но стоит отметить наличие тенденции к изменению в показателях. В контрольной группе статистически значимых различий в изучаемых показателях не выявлено.

Полученные данные позволяют утверждать, что организованное формирующее воздействие в форме тренинговых занятий, способствующее активации конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы, обеспечивает процессуальное проявление максимально

полного развертывания потенциальных возможностей самоосуществления на заключительном этапе обучения в школе.

Использованный метод психологического эссе обеспечил раскрытие потенциальных возможностей самоосуществления респондентов. Субъективная оценка ситуаций изменяется с позиции оценивания ее как проблемной на позицию оценивания ее как опыта, позволяющего сформулировать выводы для осуществления своего потенциала в будущей жизнедеятельности. Эмоциональная вовлеченность в происходящие события сменяется на конкретные рефлексивные поступки. Происходит переориентация с экстернальных установок на интернальные. Проявляются ярко выраженные индивидуально-личностные позиции. Усиливаются тенденции к мобилизации своих сил и энергии, способности к волевому усилию, целевой регуляции поведения. Проявляется стратегия, направленная на получение необходимых, для создания способов решения, данных. Отражена потребность проектирования развития самого себя в различных направлениях. В письменных работах отсутствуют фразы, отражающие ограниченность своего потенциала. Фиксируются проявления уверенности в собственном благополучии в будущем.

В связи с тем, что нами получены результаты, отражающие расширение вариативных составляющих актуальных возможностей самоосуществления обучающихся при увеличении возраста испытуемых, нами было проведено лонгитюдное исследование. В первом замере (2011) респондентами являлись выпускники школ, во втором (2012) – эти же испытуемые в статусе студентов-первокурсников. Общее количество респондентов 102, из них 37 юношей и 65 девушек.

Полученные данные обрабатывались при помощи метода анализа иерархий, который позволяет отследить динамику возможностей самоосуществления обучающихся (табл. 3).

Полученные результаты позволяют констатировать, что значимые различия выявлены в показателях: ситуации постановки целей, ситуации выбора средств и самоосуществление.

В качестве ведущих признаков перестройки и трансформации содержательных характеристик самоосуществления в ситуации постановки целей выступают тенденции: активизация своей позиции в познании себя и своих характерных черт личности; уменьшение значимости мнения других для формирования представления о себе; смещение к позитивному полюсу эмоциональных отношений к себе; увеличение контроля над эмоциональными реакциями и переживаниями по поводу себя.

Таблица 3

## Динамика возможностей самоосуществления

Показатель	Среднее значение		Статистика Стьюдента (t)	Уровень значимости различий (p)
	I замер (старшеклассники)	II замер (студенты)		
Возможности в ситуации постановки целей	0,593	0,637	-2,13	0,035
Возможности в ситуации выбора средств	0,484	0,522	-4,13	0,001
Возможности в ситуации оценки параметров результата	0,486	0,496	-0,47	0,72
Самоосуществление	0,507	0,529	-2,34	0,02

Смещение негативных эмоциональных тенденций в сторону минимизации, акцентирование усилий на стабилизации эмоционального реагирования и ограничение ответственности (человек перестает испытывать ответственность в любой сфере жизнедеятельности перед другими людьми), приводят к трансформации содержательных характеристик в ситуации выбора средств за счет смещения акцентов и усиления значимости таких параметров, как индивидуальные свойства личности, ресурсный потенциал и характерологические черты.

Изменяются содержательные характеристики самоосуществления в ситуации оценки параметров результата, учащийся отказывается от позиции дискретного восприятия своего жизненного пути и научается жить настоящим. Изменяется его отношение к результату своей деятельности за счет увеличения степени рефлексивности и самооценности.

Динамика возможностей самоосуществления обучающегося определяет потенции самоосуществления человека: увеличивается ценность настоящего момента жизни для реализации своего потенциала; изменяется интегральное чувство собственного «Я», происходит смещение в сторону принятия человеком себя таким, какой есть; возникает стойкое ощущение себя как компетентного и способного решать жизненные вопросы человека; увеличивается локус контроля в области достижений, семейных отношений, здоровья, при одномоментном снижении интернальности в области межличностных отношений; наблюдается снижение степени эмоционального реагирования в вопросах общения и взаимодействия с другими людьми. В наибольшей степени проявляются: активизация жизненной позиции, увеличение самооценности; переориентация с фиксации на прошлом на настоящее и будущее; уменьшение ответственности за выстраиваемые

взаимоотношения с окружающими и уменьшение рефлексивности в направлении межличностных отношений.

В **Заключении** отражены итоги исследования, полученные экспериментальные данные подтверждают выдвинутую гипотезу.

Основные выводы диссертационного исследования:

1. Самоосуществление – это непрерывно-процессуальное проявление максимально полного развертывания потенциальных возможностей обучающегося в различных жизненных сферах на заключительном этапе обучения в школе, определяющееся как перспектива движения к вершинному уровню психологического развития, основанная на превращении человеческого потенциала в потенции.

2. Самоосуществление выпускника средней школы разворачивается в содержательных характеристиках актуальных и потенциальных возможностей в ситуациях постановки целей, выбора средств и оценки параметров результата и обуславливается стратегиями совладающего поведения.

3. Конструктивными стратегиями совладающего поведения выпускников средней школы, детерминирующими протекание процесса самоосуществления, выступают: стратегии избегания проблем, принятия ответственности, конфронтационный копинг, эмоциональная и поведенческая копинг-стратегии.

4. Особенности самоосуществления выпускников средней школы, обусловленные наличием конструктивных стратегий совладающего поведения, в ситуации постановки целей проявляются в наличии формирующейся потребности в самоосуществлении и освоении навыков саморегуляции; в ситуации выбора средств – в выраженной направленности осуществления себя в различных сферах жизнедеятельности, в ситуации оценки параметров результата – в прогнозировании траектории саморазвития, выработке индивидуального стиля самоосуществления.

5. К особенностям самоосуществления выпускников средней школы при наличии деструктивных стратегий относятся низкая способность осознать свои возможности при постановке цели; неумение оценить влияние своих поступков; невозможность осознать, что позволяет достигнуть поставленная цель для своего «Я»; в ситуациях оценки параметров результата – неумение выносить опыт из ситуаций прошлого, видеть возможности будущего.

6. Формирование конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы реализуется в специально организованных условиях и способствует увеличению актуальных и потенциальных возможностей самоосуществления выпускников средней школы. Увеличение

актуальных возможностей в ситуации постановки целей обусловлено большей выраженностью стратегии «планирование решения проблем» и меньшей выраженностью стратегий «избегание проблем», «дистанцирование». Увеличение актуальных возможностей в ситуации выбора средств обусловлено меньшей выраженности стратегий «избегание проблем», отсутствием гиперболизированного самоконтроля и ответственности. Увеличение актуальных возможностей в ситуации оценки параметров результата обусловлено меньшей выраженностью стратегий «избегание проблем».

7. В процессе формирования конструктивных стратегий совладающего поведения выпускников средней школы происходит максимальное развертывание их потенциальных возможностей, определяющееся как перспектива движения к вершинному уровню психологического развития.

В ситуации постановки целей расширяются представления человека об источниках развития собственной личности; усиливается выраженность чувства симпатии к себе, согласия со своими внутренними побуждениями, принятия себя таким, какой есть, несмотря на недостатки и слабости; повышается значимость собственного «Я». В ситуации выбора средств возрастает уверенность в возможности влиять на события своей жизни, управлять и нести ответственность за свою жизнь в целом; развивается способность формировать гармоничные межличностные отношения и адекватно выражать себя во взаимодействии; повышается внутренняя активность в стремлении к новому, развивается способность быстро и адекватно реагировать на изменяющуюся ситуацию. В ситуации оценки параметров результата снижается подверженность влиянию внешних сил, конформность; повышается непосредственная включенность субъекта в ситуацию, возрастает потребность в осмыслении элементов деятельности, человек живет настоящим, не откладывая свою жизнь «на потом»; формируется независимость в своих поступках, человек стремится руководствоваться в жизнедеятельности собственными целями, убеждениями.

8. Трансформации содержательных характеристик самоосуществления выпускников средней школы представлены реализуемыми потенциями: активизацией жизненной позиции, увеличением самооценности; переориентацией с фиксации на прошлом на настоящее и будущее; уменьшением ответственности за выстраиваемые взаимоотношения с окружающими и уменьшением рефлексивности в направлении межличностных отношений; положительной переоценкой ситуации, выражающейся в нахождении положительного значения для роста собственной личности.

## **Основное содержание диссертации отражено в публикациях:**

### **Статьи в рецензированных изданиях, рекомендованных ВАК РФ:**

1. Алонцева, А. И. Самоосуществление личности обучающегося [Электронный ресурс] / А. И. Алонцева // Теория и практика общественного развития. – 2012. – № 11. – Режим доступа: <http://teoria-practica.ru/-2-2010/philosophy/ponarina.pdf>

2. Алонцева, А. И. Самоосуществление личности студентов на этапе вхождения в вуз [Текст] / А. И. Алонцева, И. С. Морозова // Вестник КемГУ. – 2013. – №1(53). – С. 129–134.

### **Публикации в других научных изданиях:**

3. Алонцева, А. И. Психологическое здоровье как необходимое условие полноценного функционирования и развития личности школьников [Текст] / А. И. Алонцева // Личность в посткризисном социокультурном пространстве: риски, потенциалы развития: сб. науч. ст. – Кемерово: КемГУ», 2010. – С. 124–130.

4. Алонцева, А. И. Проблема самоосуществления на этапе юности [Текст] / А. И. Алонцева // Психология и педагогика: методика и проблемы практического применения : мат. XXIII междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск : Изд-во НГТУ, 2011. – С. 64–68.

5. Алонцева, А. И. Проблема самоосуществления личности [Текст] / А. И. Алонцева // Наука и современность : сб. мат. XIV междунар. науч.-практ. конф. – Новосибирск : НГТУ, 2011. – С. 102–106.

6. Алонцева, А. И. Самоосуществление личности в юношеском возрасте [Текст] / А. И. Алонцева // Вектор науки Тольяттин. гос. ун. (Серия «Педагогика, психология») – 2011. – №3 (6). – С. 23–26.

7. Алонцева, А. И. Оценка уровня самоосуществления личности с помощью метода анализа иерархий [Текст] / А. И. Алонцева // Вектор науки. Тольяттинского государственного университета (Серия «Педагогика, психология») – 2011. – № 4 (7). – С. 26–29.

8. Алонцева, А. И. Стратегии поведения как условия самоосуществления [Текст] / А. И. Алонцева, И. С. Морозова // Вектор науки. Тольяттин. гос. ун. (Серия «Педагогика, психология») – 2012. – № 1 (8). – С. 23–26.

9. Алонцева, А. И. Особенности становления самоосуществления в юношеском возрасте [Текст] / А. И. Алонцева // Теория и практика пед. науки в совр. мире, проблемы, инновации : мат. междунар. науч.-практ. конф.: В 3 ч. Ч. 1. – Новокузнецк : Изд-во КузГПА, 2012. – С. 3–8.

10. Алонцева, А. И. К вопросу о самоосуществлении личности [Текст] / А. И. Алонцева // Инновации молодых : сб. науч. тр. – Новокузнецк : НФИ «КемГУ». – 2012. – С. 5–12.

11. Алонцева, А. И. Совладающее поведение как фактор самоосуществления личности [Текст] / А. И. Алонцева // Инновации молодых : сб. науч. тр. – Новокузнецк: НФИ «КемГУ». – 2012. – С. 12–17.

12. Алонцева, А. И. Самоосуществление как фактор психологической безопасности личности [Текст] / А. И. Алонцева // Инновации молодых : сб. науч. тр. – Новокузнецк: НФИ «КемГУ». – 2013. – С. 13–22.