

ЛИЧНОСТНОЕ РАЗВИТИЕ ШКОЛЬНИКОВ

План лекции

1. Понятие личностного развития.
2. Теоретические аспекты личностного развития школьников:
 - теория самоактуализации А. Маслоу;
 - концепция личностного роста С.Л. Братченко;
 - «возможностная» теория развития личности Д.А. Леонтьева;
 - матричная модель «возможностного» развития личности.
3. Психологический анализ подросткового возраста.

1. Понятие личностного развития

Понятие *«личностное развитие»* подразумевает качественное изменение, преобразование одного состояния в другое. Личностное развитие – самое общее понятие, описывающее все позитивные изменения личности как результат внутренних процессов и внешних воздействий. Результат личностного развития: у человека становится больше интересов, а значит и стимулов жить, больше смыслового наполнения жизни, больше возможностей анализировать и синтезировать, понимания себя и людей, больше внутренней свободы и независимости, ответственности, любви к миру и людям. Синонимами перечисленных качеств могут быть понятия «душевно», «духовно». Как указал В.И. Леви, без духовной составляющей невозможно личностное развитие.

Основные этапы личностного развития

- *этапы*: младенец, ребенок, подросток, молодой человек, взрослый;
- *направленность личностного развития* – направление развития человека в соответствии с его природными задатками;

- *активность*. Личностный рост требует проявления энергии, в нем сочетаются природная, идущая изнутри направленность и использование человеком внешних средств для саморазвития;

- *уровни развития личности*. Основной показатель личностного развития – наличие и развитость авторской позиции. Критерии: развитие интеллекта, владение эмоциями, владение собой, инициатива, ответственность, высокий уровень культуры, мотивация.

- *масштаб*: улучшение внутриличностной нормы, выход за её рамки.

2. Теоретические аспекты личностного развития школьников

1.1. Теория самоактуализации А. Маслоу

Если вы намеренно собираетесь
Стать менее значительной личностью,
чем позволяют ваши способности,
я предупреждаю, что вы будете
глубоко несчастной личностью.
А. Маслоу

Теория самоактуализации давно перешагнула границы психологии и оказывает огромное влияние на умы миллионов людей. Разрабатывая теорию самоактуализации в течение трех десятилетий, Абрахам Маслоу сделал её краеугольным камнем теории личности. В своих работах А. Маслоу затронул многочисленные проблемы, которые интересуют многих людей: творчество, любовь, нравственные ценности, воспитание личности, совершенствование общества и т.д.

А. Маслоу проводил исследования личности в пяти направлениях: 1) исследование самоактуализирующейся личности, 2) теория человеческой мотивации; 3) самоактуализация как механизм и процесс развития личности; 4) предельные переживания как эпизоды самоактуализации; 5) по ту сторону самоактуализации: теория метамотивации и ценностей Бытия.

А. Маслоу отмечал, что у таких людей в большей степени выражена социальность – готовность к более продуктивному взаимодействию с другими людьми; направленность на общечеловеческие интересы, более ярко

выражена индивидуальность. Большинство людей мотивировано в своем поведении не на самоактуализацию, а на более низкие потребности. Потребности человека от низких до наиболее высокой А. Маслоу выстроил в виде иерархии:

1. физиологические потребности (вода, пища, сон, продолжение рода);
2. потребности в безопасности (защищенность, стабильность, порядок);
3. потребность в любви (семье, дружбе, отношении);
4. потребность в признании (уважении, компетентности, значимости);
5. потребность в самоактуализации, творчестве (развитие способностей, самореализация).

В основе иерархии лежит предположение о том, что систематическое удовлетворение потребностей нижних уровней делает возможным осознание и удовлетворение потребностей более высокого уровня. Потребности четырех ступеней(1 – 4) должны быть удовлетворены в достаточной степени, чтобы возникла потребность в самоактуализации и творчестве.

Исследуя самоактуализирующихся различных личностей, А. Маслоу обнаружил, что они разительно отличаются от большинства людей, они представляют собой образец психически здоровых людей и максимально выражают человеческую сущность. В результате А. Маслоу выделил 15 (пятнадцать) присущих самоактуализаторам особенностей:

1. *Более глубокое и позитивное восприятие реальности.*

Самоактуализаторы видят мир таким, каковым он является, они его не приукрашивают, хорошо ощущают фальшь, но при этом они не дают сбить себя с пути внешним влияниям. Способность видеть объективно, но более тонко окружающую действительность порождает в них возможности более эффективно, при этом творчески трудиться и достигать социально значимых результатов. Тревога, ложный оптимизм или пессимизм не оказывают влияния на их восприятие реальности. А. Маслоу назвал такое восприятие действительности неискаженным «бытийным или Б-познанием».С таким,

неискаженным восприятием действительности у самоактуализаторов хорошо сочетается толерантность, терпимость к неопределенности, отсутствие боязни к возникающим проблемам, способность их решать и брать на себя ответственность за их решение.

2. Приятие себя, других людей, природы.

Люди, идущие по пути самоактуализации не отягощены самокопанием, погружением в свои недостатки и психодестабилизирующими переживаниями своих недостатков. Самоприятие происходит и на уровне физической реальности (тело) и на уровнях более высоких: когнитивном и аффективном (эмоции, мысли). У них хороший сон, аппетит, они наслаждаются многим аспектами жизни, понимают собственную биологическую природу и благосклонно её принимают. Подобным образом они относятся к другим людям, которых они принимают такими как есть, как и все человечество в целом. Они не стараются завладеть информацией во что бы то ни стало, не хотят никого поучать и контролировать. Они могут спокойно переносить слабости других, не бояться сильных, быть терпимыми к слабым. Наслаждаются природой, красотой, совершенством, гармонией.

3. Непосредственность, простота, естественность в поведении.

Поведение самоактуализаторов отличается отсутствием искусственности, желанием произвести эффект. Их внутренняя жизнь чужда условности. Естественна и непосредственна. Они терпимы к традициям, ритуалам, но не терпимы к глупости, фальши, они не колебаясь отклоняют социально принятые нормы, когда они идут вразрез с их ценностными представлениями.

4. Сосредоточенность на проблеме.

Самоактуализаторы не эго-центрированы, они ориентированы на решение проблем, которые находятся выше их жизненных потребностей. Решение сложных проблем считают для себя жизненно необходимой миссией. Они живут, чтобы с интересом работать, чем работают, чтобы жить. Любимая работа переживается ими как сфера, без которой невозможно существовать. А. Маслоу назвал взаимоотношения самоактуализаторов с работой – любовным романом.

5. Независимость, потребность в уединении.

Самоактуализирующиеся личности не пытаются создать зависимые отношения, они сами для себя являются движущей силой. Точка опоры у таких людей внутри, поэтому для плодотворной деятельности им необходима независимость и уединение. Потребности 4 нижних ступеней у них удовлетворены, они нуждаются в удовлетворении – пятой (самоактуализация и творчество). Иногда их нежелание вступать во взаимоотношения по причине глубинной внутренней жизни воспринимаются окружающими как высокомерие и необщительность. Они стремятся иметь свой взгляд на жизнь, а не полагаться на мнение других людей.

6. Автономия – независимость от культуры и окружения.

Автономия позволяет самоактуализаторам опираться на собственный потенциал, они чувствуют внутреннюю силу, поэтому для них не являются ценностями высокий статус, почести, престиж, популярность. Они сосредоточены на внутренней жизни и способны проявлять себя в любых условиях, независимо от культурной среды, их окружающей, поскольку у них активизированы внутренние психические ресурсы.

7. Свежесть восприятия.

Самоактуализаторы способны оценить по достоинству самые обычные события, если они представляют для них ценность. Их опыт богат

позитивными переживаниями. Для таких людей каждый день богат волнующими и захватывающими событиями.

8. *Вершинные или мистические переживания.*

Вершинные или мистические переживания – это моменты сильного волнения, высокого напряжения, а также моменты блаженства и спокойствия. В вершинных (мистических) переживаниях люди чувствуют большую гармонию с миром, нежели в состоянии доминирования рациональности, теряют ощущение собственного «Я», выходят за его пределы. Они испытывают экстатические состояния, которые переживает человек в творчестве, любви, слиянии с природой. Они могут подключаться к верхним уровням реальности без искусственных стимулов.

9. *Общественный интерес.*

С человечеством таких людей всегда роднит глубокое чувство близости, несмотря на иногда проявляющееся раздражение. Они полны искреннего желания помочь собратьям, часто любовь к ближнему проявляется через братский характер.

10. *Глубокие межличностные отношения.*

Самоактуализирующиеся личности стремятся к более глубоким и тесным личностным взаимоотношениям, чем «обычные» люди. Чаще всего это те люди с которыми самоактуализаторы связаны в деятельности, дружбе. Вероятно они являются близкими по духу, по мировоззрению, т.е. тоже самоактуализаторами. Самоактуализаторы испытывают особую нежность к детям, легко общаются с ними.

11. *Демократический характер.*

Они не страдают предубеждениями, внутренними комплексами неполноценности. Поэтому относятся к людям с уважением независимо от

возраста, пола, социального статуса, религиозных предпочтений. Самоактуализаторы с готовностью учатся у других, не проявляя превосходства и не демонстрируя авторитаризма.

12. Разграничение средств и целей.

У самоактуализаторов обостренное чувство разграничения целей и средств их достижения. Средство рассматривается самоактуализаторами как условие достижения цели. Они могут наслаждаться средствами, например делать физические упражнения ради укрепления здоровья лучшего физического самочувствия, которые рассматривают как цель. Они придерживаются определенных нравственных и этических норм, их духовные запросы настолько высоки, что формула «цель оправдывает средство» для них неприемлема.

13. Философское чувство юмора.

Самоактуализаторы предпочитают философски-доброжелательный юмор, который направлен не на конкретного человека, а на все человечество. Такой юмор часто вызывает не смех, а улыбку. В таком юморе часто переплетаются метафора и притча, сиюминутное и глобальное.

14. Креативность.

Все самоактуализаторы обладают способностью к творчеству. Они не обязательно должны быть поэтами, художниками, артистами, – словом, представителями творческих профессий, творчество может проявляться в повседневной жизни. Считая свою тещу самоактуализатором, А. Маслоу говорил о ней, что она так может приготовить суп, что в этом супе будет больше креативности, чем во второсортной поэзии. Креативность самоактуализаторов спонтанна и естественна, она похожа на спонтанное проявление детскости, непосредственности у ребенка.

15. *Сопrotивление окультуриванию.*

Самоактуализирующиеся люди находятся в состоянии гармонии со своей «внутренней» культурой. Они не борются с тем, что общепринято, не тратят силы на борьбу с «ветряными мельницами», но они всегда независимы и нетрадиционны, если искажаются их глобальные ценности.

Вершинные или мистические переживания

Исключительно важное значение А. Маслоу придавал вершинным (предельным) переживаниям личности. Вершинные переживания связаны у А. Маслоу с интуитивным механизмом сознания – попаданием в измененное состояние, в котором не проявляется интеллект. Измененное состояние сознания (ИСС) погружает человека в более масштабную по сравнению с интеллектом (рациональностью) энерго-информационную реальность, в которой он взаимодействует с более тонкой (более сложной) энерго-информационной средой, что может проявляться в виде прозрений, открытия новой информации. Измененные состояния сознания помогают на уровне мирочувствия ощутить свои подлинные возможности. Поскольку проживание предельных состояний не осмыслено в психологии, то определено А. Маслоу как мистическое. «Каждый человек, пишет А. Маслоу, в каждом предельном переживании временно приобретает многие из тех характеристик, которые я обнаружил у самоактуализирующихся личностей, другими словами, он на какое-то время становится самоактуализирующимся». По наблюдению А. Маслоу, «предельные переживания могут придавать жизни смысл и ценность. Могут ликвидировать состояние «экзистенциальной бессмысленности...».

Теория метамотивации и ценности Бытия (Б-ценности)

А. Маслоу метамотивацию связывал с ценностями Бытия, где ценности Бытия (Б-ценности) не ориентированы на удовлетворение базовых потребностей, они над ними (более высокий потребностный уровень). К ценностям Бытия (Б-ценности) А. Маслоу отнес: 1) истина, 2) добро, 3)

красота, 4) целостность; 5) единство противоположностей; 6) жизненность (процесс, движение), 7) уникальность, 8) совершенство, 9) необходимость, 10) завершенность, 11) справедливость, 12) порядок. 13) простота, 14) богатство, 15) легкость, 16) игра, 17) самодостаточность. Приведенный список космопланетарных ценностей определяет уровень мотивации самоактуализирующейся личности. Это не просто мотивация, направленная на удовлетворение базовых потребностей, это мотивация к жизнедеятельности на основе духовных ценностей, обозначенная А. Маслоу как «метамотивация». Метамотивация – атрибут самоактуализирующейся личности, как и ценности Бытия (Б-ценности).

Шаги по пути к самоактуализации

1. Движение в сторону самоактуализации – это разоблачение собственных психологических защит, осознание их негативного влияния на процесс формирования позитивного образа человека и окружающего мира и отказ от них. Чтобы двигаться вперед, необходимо избавиться от сдерживающих развитие защит и комплексов.

2. Самоактуализирующаяся личность всегда полностью погружается в деятельность, проживает эмоционально полностью психологические механизмы, которые дают ей возможность реализовать себя и ощутить всю полноту Бытия. Это возможно при условии реализации своего предназначения (природы).

3. Перед самоактуализирующейся личностью встает проблема выбора: продвижение вперед или отступление. Человек должен выбирать между страхом, защитой и свободой и самодостаточностью. А. Маслоу считал, что десять раз в день выбирать развитие, а не страх – десять раз продвигаться в сторону самоактуализации.

4. Самоактуализация – это сонастраивание личности со своей внутренней природой. Только тогда человек становится самим собой, когда воплощает свою природу.

5. Честность и ответственность за свои действия, поиск ответов внутри себя. Не стараться удовлетворить своими ответами других, не позировать на публику. Берущий на себя ответственность – актуализируется.

6. Доверие самому себе, вера в свои возможности, действовать в соответствии со своими взглядами. Никто не может сделать более удачный выбор, чем вы сами.

7. Самоактуализация – процесс постоянного развития своих возможностей. Постоянная работа над собой имеет большое значение для каждого человека, независимо от его способностей. Довольно часто можно наблюдать жизненную ситуацию, когда человек средних способностей много работающий над собой, добивается большей автономности, внутренней свободы, реализует свою природу, чем одаренный от природы лентяй.

Критерии самоактуализации На основе самоактуализационного теста (САТ)

№	Критерии (шкалы)	Показатели
1.	Компетентность во времени	1) Видеть свою жизнь целостно; 2) способность проживать настоящий момент во всей полноте; 3) ощущать неразрывность настоящего, прошлого, будущего; 4) оптимизм; 5) реалистичность; 6) сила духа; 7) бережное отношение ко времени; 8) умение настроить себя на позитив; 9) синергичность
2.	Поддержка самоактуализации	1) Независимость в поступках, но не враждебность; 2) независимость ценностей; 3) независимость в поведении; 4) вера в свои силы; 5) совесть; 6) реалистичность в жизненных ситуациях; 7) правдивость по отношению к себе; 8) вера в людей; 9) искренность; 10) стойкость по отношению к чужому мнению, самодостаточность; 11) спонтанность в принятии решений; 12) позитивное отношение к себе; 13) адекватная самооценка; 14) увлеченность собственным трудом; 15) независимость; 16) бескорыстие; 17) способность прислушаться к себе; 18) разумность; 19) незакомплексованность; 20) открытость
3.	Ценностные ориентации	1) Какие ценности выбирает личность; 2) принципиальность;

		3) спонтанность в принятии решений; 4) самостоятельность в выборе ценностей; 5) глубина взгляда, позиции; 6) адекватная самооценка; 7) собственная деятельность – это большая ценность; 8) уважение и доверие себе, своему организму; 9) потребность в поддержке своего достоинства; 10) синергичность; 11) ощущение полноты и радости бытия; 12) знание себя; 13) вера в людей, доверие им; 14) глубина и целостность приобретенных ценностей; 15) целостность восприятия мира; 16) устойчивость к социальным влияниям; 17) аутентичность (подлинность)
4.	Гибкость поведения	1) Гибкость в реализации своих ценностей; 2) способность быстро реагировать на изменяющуюся ситуацию; 3) не конфликтность в отношении с людьми; 4) умение понять, что настоящее, а что нет; 5) самодостаточность; 6) целостность существования; 7) стремление к самосовершенствованию; 8) аутентичность, доверие своим ощущениям и своему организму; 9) толерантность к окружающим, уживчивость
5.	Сензитивность к себе	1) Каковы потребности? 2) каковы чувства? – несколько человек отдает себе отчет в них; 3) скромность, чувство меры; 4) отходчивость; 5) целостность существования; 6) синергичность чувствований; 7) умение слушать себя, 8) ярко выраженное ощущение, что собственная природа (организм) не лжет, а направляет; 9) стремление принять другого; 10) спонтанность проявления позитивных чувств, не боясь быть высмеянным; 11) спонтанная опора на свой организм, свою природу
6.	Спонтанность	1) Спонтанность в выражении собственных чувств; 2) отходчивость; 3) развитость фантазии; 4) гибкость, субъективность; 5) необходимость опираться на чувства, если хочешь понять другого; 6) ситуативное использование юмора; 7) не боюсь быть самим собой; 8) доверие своей природе; 9) все хорошее, творческое возникает на основе хорошего настроения, радости, счастья; 10) аутентичность в мыслях и поступках; 11) синергичность
7.	Самоуважение	1) Оценка собственных достоинств;
8.	Самоприятие	1) Приятие себя; 2) вера в свои силы; 3) толерантность по отношению к чужому мнению в отношении себя; 4)

		<p>способность к анализу собственного поведения; 5) не осуждаю других; 6) стремление к собственной целостности; 7) стойкое позитивное отношение к себе; 8) адекватная самооценка; 9) стремление к объективным оценкам; 10) понимание того, что ты можешь совершать ошибки и относиться к этому без фанатизма; 11) адекватное самовосприятие; 12) со слабостями борюсь не даю им завладеть мною; 13) не прячу своих слабостей, я то, что я есть; 14) отсутствие страха перед трудностями</p>
9.	Представления о природе человека	<p>1) Восприятие природы человека в целом положительно; 2) вера в человека, в человечество; 3) гендерный подход к оценке природы человека; 4) неприятие жестокости, агрессии; 5) понимание сложности природы человека, но при этом вера, что созидательные возможности его велики; 6) доверие и интерес к себе, своим потенциальным возможностям; 7) вера в способности человека понимать и принимать другого; 8) синергичность природы человека</p>
10.	Синергичность	<p>1) Целостное восприятие мира; 2) связанность противоположностей; 3) опора на чувства; 4) ощущение времени как целостности прошлого, настоящего, будущего; 5) целостность психики как инструмента познания; 6) связь (не отделение себя) с социумом; 7) вероятностность представлений о социальных объектах</p>
11.	Приятие агрессии	<p>1) Приятие своей агрессии; 2) не оправдание своей антисоциальности</p>
12.	Контактность	<p>1) Установление быстрых контактов; 2) естественность и непринужденность в поведении; 3) внимательность к людям</p>
13.	Познавательные потребности	<p>1) Желание приобретать знания о мире;</p>
14.	Креативность	<p>1) Творческая направленность личности; 2) поиск нестандартных (новых) решений в трудных ситуациях; 3) стремление к созданию нового; 4) деятельность совпадающая с собственной природой; 5) самоорганизация любимой деятельности; 6) возвращение к позитивным чувствам; 7) стремление заняться любимым делом; 8) стремление к риску; 9) стремление к самосовершенствованию; 10) отсутствие стереотипов в мышлении; 11) стремление к освоению</p>

		любимой деятельности
15.	Самоконтроль	1) Внутренняя дисциплина;

Выводы: теория самоактуализации заложила основу для развития гуманистически ориентированного подхода в образовании. Доверие своей природе, способность к саморазвитию присуща каждому здоровому человеку. Заложенная в нас природой способность развиваться является фундаментом для построения системных образовательных объектов. Саморазвитие – это процесс, раскрывающий человеческую природу, индивидуальность, в которой проявляются два типа процессов: 1) рефлексивные процессы, которые позволяют осмыслить все что происходит вокруг, выстроить траекторию восхождения к более высоким уровням энерго-информационной реальности; 2) интуитивные состояния, которые проявляют возможности человека, находящиеся выше интеллекта.

1.2. Концепция личностного роста

Разрабатываемая в научных работах С.Л. Братченко проблема личностного роста опирается на теорию самоактуализации, которая в основе своей имеет ценностное ядро, определяющее степень доверия развивающегося человека к человечеству: вера в его позитивные возможности, креативность, желание двигаться от низких уровней развития к высоким, эволюцию сознания человечества и т.д. Человек (ребенок), верящий в то, что с помощью людей можно достигнуть значимого креативного личностного результата, усваивает такие ценности, которые будут находиться в гармонии с его доверием. Отсутствие доверия в человечество порождает в ребенке соответствующие представления о содержании и механизмах собственной реализации (Макс Отто).

В соответствии с вышесказанным, представления психологов о природе человека можно разделить на два направления:

- *доверяющих (оптимистов) природе человека* (конструктивная сущность; творческий потенциал, раскрывающийся при определенных условиях; открывает свою «сущность» в результате самосозидания; стремиться к самоактуализации;

- *недоверяющих (пессимистов)*, которые утверждают, что природа человека асоциальная, деструктивная, и что человек сам не может с ней справиться. Человек представляет собой нейтральный объект, который формируют внешние влияния, поэтому человек не имеет «сущности».

Две принципиально различные позиции в психологии порождают вопрос «Как воспитывать человека?». Типологию базисных установок о природе человека С.Л. Братченко представил в виде таблицы 1.

Таблица 1

Типология базисных установок психологических концепций и идей

Базисная установка	Природа человека	Смысл воспитания	Основные представители
1. Вера в человека (гуманистический подход)	Безусловно позитивная	Помощь в самоактуализации	Концепции К. Роджерса, А. Маслоу
	Условно позитивная	Помощь в выборе	Экзистенциальный подход (В. Франкл, Дж. Бюджентал)
2. Неверие в человека	Негативная	Исправление, компенсация	Классический фрейдизм
	Нейтральная	Формирование, коррекция	Бихевиоризм, некоторые подходы в советской психологии

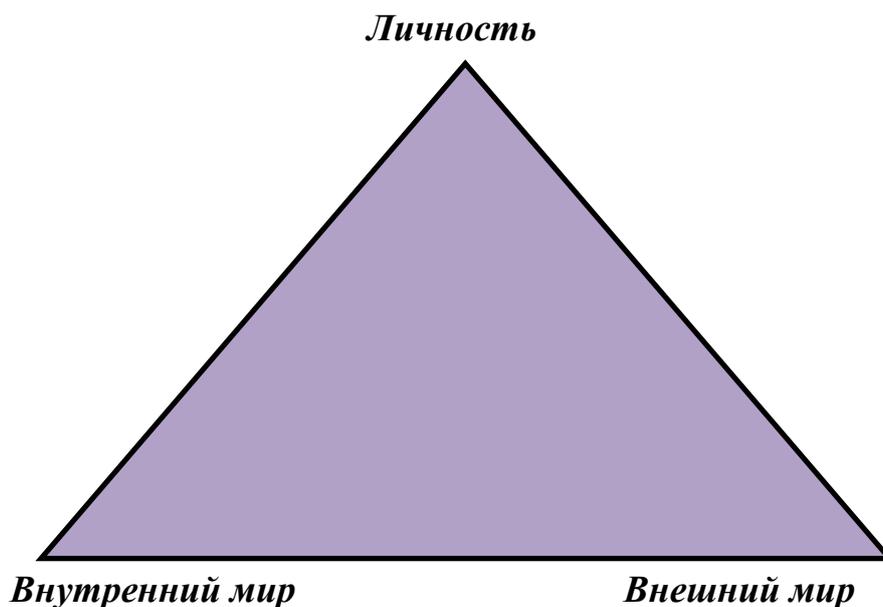
В таблице показаны различия в подходах психологов к проблеме формирования человека. Концепция личностного роста является, по мнению автора, логическим продолжением взгляда на человека с позиции гуманистически ориентированной психологии, с опорой на личностно-ориентированный подход К. Роджерса, который не ограничивается жесткой схемой и однозначными толкованиями.

Личность

«Личность – это человек, как субъект собственной жизни, ответственный за взаимодействие с внешним миром, включая и других людей, так и с внутренним миром, с самим собой. - Личность – это внутренняя система саморегуляции человека» [Братченко С.Л., с. 2]. На развитие личности оказывают воздействия по меньшей мере две детерминирующие силы:

- внутренний мир (организм, индивидуальность);
- внешний мир (среда, в широком смысле слова).

Модель развития личности С.Л. Братченко (рисунок 2) представляет собой треугольник, в котором соотношение между тремя движущими силами: *личность – внутренний мир – внешний мир* определяет линию жизни человека.



Важнейшими характеристиками зрелой личности являются: интенциональность, автономность, динамичность, целостность, конструктивность, индивидуальность. Эти характеристики личности не даны изначально, они скорее потенциально заданы. Степень самоактуализации личности зависит от взаимоотношения, взаимодействия внешних и внутренних сил. Первичной причиной саморазвития является организм,

внутренний мир человека, в котором кроется мощный потенциал развития: стремление к росту, к реализации способностей, возрастанию возможностей, большей зрелости, конструктивности, названных К. Роджерсом «тенденцией к актуализации».

Отношения ребенка с внешним миром (другими людьми) всегда носят сложный, порой драматичный характер. Драматизм проявляется в противоречии между, с одной стороны, стремлением ребенка к контактам с другими детьми (человек «неизлечимо социален» К. Роджерс), с другой – ориентирован на удовлетворение важнейшей потребности в самоуважении, реализации потенциальных возможностей и т.д., что далеко не всегда может оцениваться другими детьми.

Личностный рост – это:

- не усвоение каких-либо знаний;
- не освоение какой либо деятельности;
- не формирование устойчивой системы ценностный ориентаций;
- не присвоение ребенком общественной человеческой сущности;
- не формирование активной жизненной позиции;
- не развитие способности создавать новые формы общественной жизни;
- не освоение образа идеального взрослого.

Главный психологический смысл личностного роста – *освобождение себя, обретение себя и своего жизненного пути, самоактуализация и развитие всех основных личностных атрибутов: интенциональности, автономности, динамичности, целостности, конструктивности, индивидуальности.*

Критерии личностного роста

В соответствии с моделью личностного развития личностный рост может измеряться с опорой на характеристики **внутреннего мира и мира**

внешнего. Критерии оценки внутреннего мира складываются из **интраперсональных** характеристик: *принятие себя, открытость внутреннему опыту переживаний, понимание себя, ответственная свобода, целостность, динамичность.* Критерии оценки внешнего мира складываются из **интерперсональных** характеристик: *принятие других, понимание других, социализированность, творческая адаптивность.*

Критерии личностного роста представлены на таблице 2.

Таблица 2

Критерии личностного роста

(по С.Л. Братченко и М.Р. Мироновой)

Личностный рост – это освобождение себя, обретение себя подлинного, расширение себя психически

№	Критерий (шкалы)	Показатели
• Интраперсональные характеристики личностного роста		
1.	Принятие себя	1) Принятие себя таким, как ты есть; 2) уважение к себе; 3) вера в свои возможности; 4) доверие собственной природе (организм мудрее, чем мышление (сознание) – К. Роджерс)
2.	Понимание себя	1) Более точное, глубокое представление о себе: своем актуальном состоянии (чувства, желания, мысли); 2) способность услышать себя подлинного сквозь маски и защиты; 3) адекватная и гибкая «Я-концепция»; 4) стремление к сближению «Я-реального» и «Я-идеального»
3.	Открытость внутреннему опыту переживаний	1) Освободиться от искажающего влияния защит и масок; 2) стать более свободной и зрелой личностью
4.	Ответственная свобода	1) Во взаимоотношениях с самим собой; 2) ответственность за свою жизнь; 3) осознание своей субъективности и свободы; 4) ответственность за выбор ценностей и вынесение оценок; 5) независимость от внешних оценок; 6) верность себе; 7) ответственность за актуализацию своей индивидуальности
5.	Целостность	1) Усиление интегрированности и взаимосвязанностей всех аспектов жизни (целостность внутреннего мира); 2) конгруэнтность; 3) отсутствие разрыва между интеллектом и чувством; 4) отсутствие разрыва между личностью и организмом; 5) отсутствие разрыва между «Я-реальным» и «Я-

		идеальным»
6.	Динамичность	1) Непрерывный процесс изменений (рост личности) как подлинный способ её существования; 2) гибкость, открытость; 3) при этом способность сохранять свою идентичность; 4) всегда быть в процессе поиска своих новых возможностей; 5) отсутствие заостренности
• Интерперсональные характеристики личностного роста		
1.	Приятие других	1) Динамика отношений с другими людьми; 2) приятие других такими как они есть; 3) уважения своеобразия других; 4) уважение права быть самим собой у других; 5) признание других ценностью; 6) доверие другим; 7) чувство общности с другими людьми
2.	Понимание других	1) Свобода от предрассудков и стереотипов; 2) способность к адекватному восприятию действительности; 3) готовность вступать в личностный контакт с другими; 4) сопереживание другому; 5) эмпатия
3.	Социализированность	1) Стремление к конструктивным социальным отношениям; 2) обретение большей открытости и естественности через социальные контакты; 3) обретение большей реалистичности и гибкости; 4) способность жить с другими в гармонии; 5) способность компетентно разрешать личностные конфликты
4.	Творческая адаптивность	1) Готовность смело и открыто решать жизненные проблемы; 2) готовность смело и открыто справляться с проблемами, не упрощая их; 3) адаптироваться к новым ситуациям; 4) умение выразить всю полноту внутренних возможностей

С.Л. Братченко приходит к обобщенному пониманию механизма личностного роста: если есть необходимые условия, то в человеке актуализируется процесс саморазвития, ведущий к проявлению и возрастанию личностной зрелости. Полноценный личностный рост возможен в том случае, если интраперсональность не будет подавляться интерперсональностью, т.е. внутренний мир не будет подавляться внешним.

Выводы: личностный рост – это сложный, нелинейный процесс, следующий своей внутренней логике и имеющий всегда индивидуальную траекторию восхождения к вершинным точкам. Основой личностного роста может быть механизм расширения сознания, т.е. выход за пределы ситуации.

1.3. «Возможностная» теория развития личности

Автор идеи – доктор психологических наук Дмитрий Алексеевич Леонтьев в своих работах развивает представление о **развитии личности** как **единстве «необходимого» и «возможного»** на основе использования **рефлексивного сознания**. Интервалы «необходимого» и «возможного» взаимообусловлены, они могут сменять друг друга в зависимости от ситуации, в которую попадает человек, поэтому автор использует метафору **«пунктирный человек»**, который по необходимости может существовать в то в сфере «возможного», то в сфере «необходимого».

Личностное развитие протекает в направлении от генетически обусловленных универсальных структур к менее универсальным структурам, изначально существующих в модальности «возможного», т.е. психических возможностей имеющихся у субъекта, находящихся в неразвернутом состоянии (резерв, ресурс). Раскрытие скрытых ресурсов происходит по мере саморазвития субъекта.

Рефлексивное сознание проявляет себя как механизм самоорганизации субъектного начала, реализуемого через собственную активность. Такое представление о развитии человека в экзистенциальной психологии является проявлением возможного, но не обязательного, поскольку сфера возможного может быть использована только субъектом, ориентированным на собственное развитие и самостроительство.

Ключевыми понятиями для Д.А. Леонтьева стали: *пространство возможного, рефлексивное сознание, поступок*.

Основные тезисы теории Д.А. Леонтьева

I. Человек может существовать в интервалах «необходимого» и «возможного». «Необходимое» рассматривается автором как порождаемое причинно-следственными связями (закономерностями). Путь человека к реализации «необходимого» можно трактовать как адаптацию (приспособление) к социальной среде. «Возможное» - это область, в которой не могут проявляться причинно-следственные связи (возможное проявляется через более сложную среду сознания). Путь к приращению «возможного» – это выход за пределы приспособительства, рационального отношения к действительности.

II. Категория «возможное» понимается автором как процесс самодетерминации, т.е. независимого существования личности от внешних причин и условий. Самодетерминация – способность человека к самостоятельному выбору, не обусловленному причинно-следственными закономерностями. Самодетерминация – ориентир на поиск и открытие внутренних причин, ведущих к обретению индивидуальности, свободы, самодостаточности, автономности, – словом, к достижению более высокой точки психического развития личности. Переход категории «возможное» в категорию «действительное» происходит только в результате выбора и принятия решения самим человеком (субъектом). Эмпирическим индикатором в сфере возможного является неспровоцированный выход за задаваемые ситуацией рамки. Этот выход осуществляется по мере развития личности в сторону выбора более вариативных возможностей, в противовес однозначным потребностям.

Д.А. Леонтьев предложил мультирегуляторную модель личности, в которой в обобщенном виде описал структуру семи режимов существования человека: от полностью детерминированного (зависимого от внешних причин) до полностью свободного и автономного (самодетерминированного):

1) *остановка, пауза* – между стимулом и реакцией для включения в работу рефлексивного сознания, благодаря которому человек может

выстраивать собственное представление об окружающей действительности и, соответственно, модель собственного поведения;

2) ***посмотри на себя со стороны*** – включение рефлексивного сознания осмысление всех вариантов и альтернатив, что ведет к осуществлению человеком любого выбора;

3) ***расщепление чувства собственного Я, осознание несовпадения, что Я именно такой***, Я как личность есть то, каким я выбираю быть, каким делаю себя;

4) ***выявление альтернативности любых выборов и поиск неочевидных альтернатив*** или поиск и выбор из уже имеющегося хорошего – лучшего;

5) ***осознание цены, которую необходимо платить за каждый из возможных выборов***, другими словами это экзистенциальный расчет;

б) ***осознание ответственности за выбор избранной альтернативы***, которую человек может нести в соответствии с использованием *двух стратегий определения собственной идентичности*:

- *стратегия социальной идентичности* предполагает определение себя через принадлежность к какой либо социальной группе. В этом случае человек, как правило, отказывается от собственной личности полностью или частично. Эрих Фромм определил последствия осуществления выбранной человеком стратегии как «бегство от свободы», человек сливается с толпой и чувствует себя при этом хорошо. Поскольку таких людей больше, нежели тех, кто выбирает свободу и автономию, то Д.А. Леонтьев утверждает, что мир наполнен инфантилизмом, бегством от личности в социальные группы;

- *стратегия личностной идентичности* базируется на: 1) процессе развития личности, понимаемого человеком как освобождения себя от различных форм зависимости (социальной, симбиотической и др.) в сторону всё большего обретения себя (самостоятельности, свободы, автономности) через поиск и обнаружение границы между «мной» и «не мной», которая помогает человеку самоотождествляться, расширять границы «себя»; 2)

преемственность себя во времени (идентичность), т.е. проживание различных ситуаций событий, явлений, позволяющих меняться, при этом чувствуя связь с прошлым и ощущением устремленности в будущее. Ключевым понятием преемственности во времени является ответственность, именно ответственностью обеспечивается тождественность самому себе, подтверждением своей состоятельности в будущем; 3) ощущение себя как единственной и уникальной точки в мире, которую не занимает никто другой. Она является источником активности, ответственности, взаимодействия с миром. Процветание общества зависит от наличия в нем критической массы людей, ориентирующихся на стратегию личностной идентичности;

7) обретение самостоятельности, большей степени внутренней свободы, автономности, обретение личностной идентичности.

III. Самодетерминация становится возможной на основе использования **рефлексивного сознания**. Рефлексивное сознание помогает осмыслить возможности последствия совершаемого человеком выбора.

IV. По мере развития личности **причины** начинают замещаться **предпосылками**, которые в отличие от причин порождают не необходимые следствия, а спектр более масштабных возможностей т.е. перехода из ясного, четко структурированного мира в мир, где царит неопределенность. Мир, который человек понимает как заранее неопределенный, как только имеющуюся вероятность для создания нового, - есть экзистенциальное миропонимание. Под «неопределенностью» можно понимать неограниченные по сравнению с «определенностью» возможности развития человека. Характеристиками неопределенности являются: не предсказуемость, вероятностность, стохастичность, спонтанность, – в обобщенном варианте – многомерность, нелинейность. Эти характеристики могут дать представление о результатах развития человека, который может черпать информацию и энергию для собственного развития с более высоких уровней энерго-информационной реальности.

Возможности никогда не воплощаются в действительность сами, это происходит только через усилие, деятельность субъекта, который вкладывает свои ресурсы и силы в реализацию выбранной возможности.

Взгляд Д.А. Леонтьева на проблему личностного развития личности можно представить в виде матричной модели «возможностного» развития школьника» (Рисунок 1).

Рисунок 1. Матричная модель «возможностного» развития личности

Развитие личности:						
«необходимое»			«возможное»			
Линейные характеристики необходимого: простота, рядорасположенность объектов, использование рациональности			Нелинейные характеристики возможного: вероятность, спонтанность, неопределенность, стохастичность, выход за пределы ситуации			
Общество	Человек как существо: - пассивное, - управляемое; - влекомое; - предсказуемое; - не свободное; - не рефлексирующее; - использующее только хорошо известное; - использующее 1,2,3,4 ступени потребностей (по А.Маслóу) и т.д.		Человек как субъект: - активен; - самостоятелен; - сопротивляется чуждому; - креативен; - свободен; - рефлексирует; - использует креативные возможности хаоса (неопределенности), выход за пределы рациональности; - использует 5 ступень потребностей – потребность в самоактуализации и творчестве (по А. Маслóу) и т.д.			Личность
	Режимы существования человека					
→ самодвижение к личностной идентификации						
1 этап Остановка, пауза	2 этап Посмотри на себя со стороны	3 этап Расщепление собственного Я	4 этап Поиск неочевидных альтернатив	5 этап Осознание цены за выбор	6 этап Осознание ответственности за выбор	7 этап Свобода, автономность, расширение себя
Результаты						
Включение рефлексивного сознания	Осмысление вариантов и альтернатив	Проживание парадоксального состояния (Я-действительное – Я-будущее)	Выявление скрытых (неочевидных, но продуктивных) альтернатив	Осознание цены за выбор	Осознание ответственности за выбор	Результат: Личностное развитие

Выводы: «Возможностная» теория личностного развития человека (школьника) Д.А. Леонтьева ориентирует педагогическое сообщество к пониманию процесса личностного развития человека как сверхсложного, стохастического (угадывающего направление и качество развития) процесса. Зоны «необходимого» и «возможного» в процессе жизнедеятельности человека могут чередоваться, ориентируя его как на «определенность», так и на «неопределенность», но зоной настоящего (подлинного) развития является зона «возможного», где личностные возможности человека могут проявляться в полную силу. Категория «возможное» как экзистенциальный ориентир помогает человеку осознать малые продуктивные возможности «определенности» и устремить свои взоры к освоению «возможного» как наиболее креативного направления движения к обретению личностной самоидентичности.

Общий вывод: личностное развитие – сверхсложный нелинейный процесс изменения характеристик личности в сторону обретения авторской позиции, внутренней свободы, автономности, проявления индивидуальности, ответственности. Личностное развитие протекает в двух режимах:

- 1) осмысление реальности при помощи логики;
- 2) проживание расширенных (измененных) состояний сознания, позволяющих приращивать новую информацию и энергетически её проживать.

Теоретически источник получения нового находится выше интеллекта – на уровне интуиции. Интуиция – источник получения новой информации, а интеллект – механизм её осмысления. Саморазвитие происходит благодаря интеллекту и интуиции, выполняющих различные функции, но работающих в контексте одного процесса.

3. Психологический анализ подросткового возраста

В психолого-педагогической литературе данный возраст описан под разными названиями: подростковый переходный, пубертальный, пубертатный, отрочество, негативная фаза возраста полового созревания, возраст второй перерезки пуповины. Разные названия отражают разные стороны происходящих в жизни подростка перемен.

Наступление подросткового возраста со всей очевидностью проявляется в резком возмужании организма, внезапном увеличении роста и развитии вторичных сексуальных признаков. У девочек это процесс начинается приблизительно на 2 года раньше и длится в течение более короткого времени (3-4 года), чем у мальчиков (4-5 лет). Этот возраст считается периодом выраженного увеличения сексуальных желаний и сексуальной энергии, особенно у мальчиков.

С фазами биологического созревания у подростков совпадают: фазы развития интересов. С одной стороны, теряется интерес к вещам, которые его интересовали раньше (презрительное отношение к детским забавам и т. д.). При этом не утрачиваются ни навыки, ни сложившиеся механизмы поведения. С другой стороны, возникают новые интересы: новые книги, в основном эротического характера, острый сексуальный интерес.

Во время смены интересов есть момент, когда кажется, что у подростка вообще отсутствует какой бы то ни было интерес.

Ведущая деятельность - интимно-личностное общение со сверстниками. Отношения со сверстниками более значимы, чем со взрослыми.

В подростковом возрасте среди детей начинают выделяться группы. Сначала они состоят из представителей одного пола, впоследствии возникает тенденция к объединению подобных групп в более крупные компании или сборища, члены которых что-то делают сообща. С течением времени группы становятся смешанными. Еще позже происходит разделение на пары, так что

компания состоит только из связанных между собою пар. Ценности и мнения референтной группы подросток склонен признавать своими собственными. Типичная черта подростковой группы - чрезвычайно высокая конформность. К мнению группы и ее лидера относятся некритически. Диффузное «я» нуждается в сильном «мы», инакомыслие исключено. Также одной из особенностей этого возраста является возникающее чувство взрослости. Объективной взрослости у подростка еще нет. Субъективно она проявляется в развитии чувства взрослости и тенденции к взрослости:

1. Эмансипация от родителей. Ребенок требует суверенности, независимости, уважения к своим тайнам. В возрасте 10-12 лет дети еще пытаются найти взаимопонимание у родителей. Однако разочарование неизбежно, так как ценности их различны.

2. Новое отношение к учению. Подросток стремится к самообразованию, причем часто становится равнодушным к отметкам. Порой наблюдается расхождение между интеллектуальными возможностями и успехами в школе: возможности высокие, а успехи низкие.

3. Взрослость проявляется в романтических отношениях со сверстниками другого пола. Здесь имеет место не столько факт симпатии, сколько форма отношений, усвоенная от взрослых (свидания, развлечения).

4. Внешний облик и манера одеваться.

Следующие серьезные изменения подросткового возраста связаны с бурными внутренними переживаниями эмоциональных трудностей. Временами подростки чувствуют себя настолько несчастными, что плачут и хотят бросить всех и все, им кажется иногда, что люди смотрят на них, говорят о них, смеются над ними, некоторым в голову приходят идеи суецида.

Подростки становятся застенчивыми и придают большое значение недостаткам своей внешности и поведения, что приводит к нежеланию встречаться с некоторыми людьми. Иногда тревожность парализует социальную жизнь подростка настолько, что он отказывается от большинства

форм групповой активности. Появляются страхи открытых и закрытых пространств.

Отклонения в поведении свойственны почти всем подросткам. Характерные черты этого возраста - чувствительность, частая резкая смена настроения, боязнь насмешек, снижение самооценки. У большинства детей со временем это проходит само собой, некоторым же нужна помощь психолога.

Расстройства бывают поведенческие и эмоциональные. Эмоциональные преобладают у девочек. Это депрессия, страхи и тревожные состояния. Причины обычно социальные. Нарушения в поведении в четыре раза чаще бывают у мальчиков.

В этот период происходит ценностно-смысловая саморегуляция поведения. Если человек научится объяснять, а, следовательно, регулировать свои действия, то потребность объяснить свое поведение волей-неволей приведет к подчинению этих действий новым законодательным схемам. У подростка наблюдается «интоксикация» сознания, он оказывается поверженным в сомнения, раздумья, мешающие активной деятельности.

В психолого-педагогической литературе подростковый возраст неизменно описывается как период кризиса. Это кризис социального развития относится к числу острых. Характеризуется падением успеваемости, снижением работоспособности, дисгармоничностью во внутреннем строении личности.

Симптомы кризиса

1. Наблюдается снижение продуктивности и способности к учебной деятельности даже в той области, в которой ребенок одарен.

Это связано с переходом от наглядности и знания к пониманию и дедукции (выведение следствия из предпосылок, умозаключение). На смену конкретному приходит логическое мышление. Это проявляется в критицизме и требовании доказательств. Подросток теперь тяготится

конкретным, его начинают интересовать философские вопросы (проблемы происхождения мира, человека). Охладевает к рисованию и начинает любить музыку.

Происходит открытие мира психического, внимание подростка впервые обращается на других лиц. Разделяется мир внутренних переживаний и объективная действительность. В этом возрасте, многие подростки ведут дневники.

2. Второй симптом кризиса - негативизм. Иногда эту фазу так называют фазой второго негативизма по аналогии с кризисом 3 лет. Ребенок как бы отталкивается от среды, враждебен, склонен к ссорам, нарушению дисциплины. Одновременно испытывает внутреннее беспокойство, недовольство, стремление к одиночеству, к самоизоляции.

У мальчиков негативизм проявляется ярче и чаще, чем у девочек, и начинается позже – в 14-16 лет.