

РАЗДЕЛ XI ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ИССЛЕДОВАНИЯ

УДК 301.085

Н. И. Айзман

ИЗМЕНЕНИЕ САМОСОЗНАНИЯ ДЕВУШЕК В ПРОЦЕССЕ ПСИХОКОРРЕКЦИОННОЙ РАБОТЫ ПО РАЗВИТИЮ СЕКСУАЛЬНОСТИ

В отечественной психологии существуют различные трактовки самосознания как важнейшей субъективной реальности человека. А. Г. Спиркин дает следующее определение: «самосознание – это осознание и оценка человеком своих действий и их результатов, мыслей, чувств, морального облика и интересов, идеалов и мотивов поведения, целостная оценка самого себя и своего места в жизни. Самосознание – конституирующий признак личности, формирующийся вместе со становлением последней» [11].

Самосознание, как форма сознания, характеризуется специфическим предметным содержанием, прототипом которого выступает человек, осознающий себя самого как познающего, действующего, сознающего себя в различных связях и отношениях с миром, в различных формах своей активности и жизнедеятельности в целом [10; 12]. Главными свойствами самосознания выступают его рефлексивность, выражение отношений человека к действительности, диалогичность. В самосознании выделяют имеющие собственное содержание, но взаимосвязанные компоненты (когнитивный, самоотношенческий, поведенческий).

Одной из составляющих самосознания является «Я–концепция». Соотнесение образа «Я» с реальными обстоятельствами жизни индивида позволяет ему изменять свое поведение и осуществлять цели самовоспитания.

Часть авторов рассматривает «Я–концепцию», как синоним термину «идентичность», которая занимает центральное место в процессе развития [2]. Выделяют различные виды идентичности. Одним из них является социальная идентичность, которая предполагает, что человек определяет себя не только как конкретную личность, но и как члена многих социальных групп. В этой логике базовой структурой социальной идентичности является гендерная идентичность, которая базируется на «природной» предопределенности, но в дальнейшем связывается с принадлежностью к различным социальным группам.

Гендерная идентичность характеризует человека с точки зрения его принадлежности к мужской или женской группе, при этом наиболее значимо, как человек сам себя определяет [6]. Гендерная идентичность – осознание себя

между данными по test и retest). Все результаты обработаны методами математической статистики.

Результаты исследований

Анализ проведенных исследований показал, что после работы 100% испытуемых обеих экспериментальных групп отметили в качестве эффекта психокоррекции приобретение новых знаний, осознали пользу психокоррекции и наличие положительного эффекта, выделили влияние тренера на работу в группе. Эти данные согласуются с результатами анализа ожиданий перед началом работы.

Одно из достижений психокоррекции отражено в группе высказываний, где речь идет о намерении использовать полученные знания и навыки в повседневной жизни. В эту группу были объединены фразы, в которых явно читается установка на активное действие. Например: «Мне хочется прийти домой и сегодня же найти «свои духовные ниши наслаждения»». В некоторых случаях сформировался конкретный план действий и четкое представление о предстоящих шагах. Например: «Теперь я точно знаю, что мне необходимо сделать, чтобы развить чувствительность». Наличие сформулированных, осознанных намерений дает гарантию, что достигнутые изменения не останутся только в сфере знаний и представлений, а смогут трансформироваться в «схемы действия».

88% высказываний участниц первой группы и более половины высказываний участниц второй группы содержат информацию о пересмотре прежних установок, взглядов, мнений: «Раньше я думала, что все в жизни придет само, а сейчас понимаю, что можно прождать всю жизнь, если не начать действовать».

Ревизия взглядов и установок происходила не только путем пересмотра отношения к уже имевшемуся знанию: «Раньше считала, что мужчинам доверять нельзя, а теперь понимаю, это все обобщение...», но и путем смещения круга своего внимания на новые аспекты жизнедеятельности: «Обратила внимание на то, над чем ранее не задумывалась».

Подавляющее большинство отметили, что работа в психокоррекционной группе явилась стимулом к самосовершенствованию (92% опрошенных – в первой группе и 72% – во второй группе).

97% высказываний участниц первой группы и 75% высказываний участниц второй группы указывают на то, что у девушек повысилась уверенность в себе, что соответствует результатам, полученным в процессе тестирования.

Особый интерес, на наш взгляд, представляют высказывания о принятии собственного тела (75% высказываний – в первой и 75% – во второй группах); о повышении тактильной чувствительности (75% – в первой и 75% – во второй); развитии обоняния, вкуса (65% и 53%); об умении управлять своим настроением (83% и 66%). Высказывания о сексуальности составляют 92% среди участниц первой группы и 72% среди участниц второй группы: «Мне

было выделено три группы: контрольная группа и две экспериментальные: первая – девушки, посещавшие длительную психокоррекцию (1 раз в неделю по 4 часа в течение 2 месяцев), вторая группа – короткую психокоррекцию (2 дня по 7 часов). Общее количество испытуемых контрольной группы – 33 человека, экспериментальных групп – 72 человека.

На одном из этапов исследования в качестве источника информации о динамике самосознания, развитии этого процесса, а также об эффекте психокоррекции были выбраны «Я-высказывания» участников в процессе работы. Под «Я-высказываниями» мы понимаем любую вербализованную информацию о себе, о своих чувствах и переживаниях, об осознаваемых состояниях, личных характеристиках и их изменении, которую участники выражали в письменной форме в процессе психокоррекции (записи в дневнике между сессиями). Все фиксировалось на бумаге, затем было дословно переписано и обработано методом контент-анализа.

Данный выбор диктовался следующими соображениями.

1. В литературе есть данные о том, что индивидуальные изменения, произошедшие под влиянием психокоррекционной работы, выступают как объект и одновременно как продукт тех интрасубъективных процессов, которые связывают знание о себе с мотивами деятельности, с эмоциями и с личностными чертами [3]. Иными словами, порождение, проявление и динамика существования эффекта психокоррекции теснейшим образом связаны с деятельностью по осознанию этих изменений. Общей целью психокоррекции является расширение сферы самосознания и рост самопонимания, создающие возможности для более полноценного функционирования человеческой личности. В нашем исследовании, в сфере психологического анализа оказываются в первую очередь характеристики самого действующего субъекта, сознающего себя (самоотчеты испытуемых). Эта часть работы построена на анализе продуктов самосознания участников группы.

2. Особое значение наше исследование приобретает в свете исследований процесса самопознания внутренних психических актов и состояний – рефлексии. Как отмечает М. С. Мириманова [8], анализ различных видов психотерапевтической деятельности убедительно показывает, что развитию и личностному росту предшествует рефлексия, т. е. рефлексия выступает как механизм развития и преобразования личности. Самоанализ – это способ, которым индивид познает, осмысливает свой опыт, анализируя, преобразуя и развивая самое себя. Отображенные результаты самосознания в нашем исследовании закрепляются в виде текстов. Процесс их возникновения отображается во внутреннем тезаурусе личности. Продуктом этого процесса осознания становятся в том числе и «Я-высказывания» участников.

В нашей работе выводы о наличии изменений делались как по самоотчетам испытуемых, так и на основании изменений по результатам использования психодиагностической методики «Личностный дифференциал» (различий

Низкие значения фактора силы (С) до психокоррекции (6,8) свидетельствуют о недостаточном самоконтроле, зависимости от внешних обстоятельств и оценок. После психокоррекции этот показатель вырос до 12,3 балла, что свидетельствует о повышении уверенности в себе, независимости.

По фактору активности (А) до и после психокоррекционной работы существенных различий в данной группе выявлено не было. Значения (12,0 – 11,1 баллов) указывают на среднюю активность, общительность участниц этой группы.

Таким образом, можно сделать вывод, что в процессе психокоррекционной работы возрастает самоуважение участников, развиваются волевые стороны личности, повышается уверенность в себе, склонность рассчитывать на собственные силы, меняется самосознание человека, стимулируется аналитическая активность. Длительная психокоррекционная работа дает более продолжительный и устойчивый эффект по сравнению с короткой психокоррекцией.

Полученные результаты могут стать основой для разработки программ психокоррекционной работы с девушками и женщинами, в семейном консультировании.

Библиографический список

Личностный дифференциал (ЛД), в баллах

ЛД	Показатель	Контроль (n=33)	Группа 1 (n=40)		Группа 2 (n=32)	
			до	после	до	после
Оценка	M	12,8	13,3	18,1	7,8	16,8
	±m	2,4	1,1	1,3	1,8	1,2
	p			≤0,05		≤0,01
Сила	M	5,4	6,8	12,3	2,5	10,8
	±m	1,0	0,7	1,2	1,7	0,9
	p			≤0,01		≤0,01
Активность	M	7,7	12,0	11,1	0,5	5,5
	±m	1,6	1,4	0,9	1,4	0,9
	p			> 0,1		≤0,05

1. Алешина, Ю. Е., Волович, А. С. Проблемы усвоения ролей мужчины и женщины // Вопросы психологии. – 1991. – № 4. – С. 74–82.
2. Бернс, Р. Развитие «Я-концепции» и воспитание. – М.: Прогресс. – 1986.
3. Зайцева, Т. В. Диагностика зоны ближайшего развития личности в процессе психологического тренинга. Диссертация канд. психол. наук. – М. – 2003.
4. Зинченко, Ю. П. Вестник Московского Университета. Серия 7. Философия. – № 5. – 2003. – С. 53–61.

говорят, что я очень изменилась за последнее время, стала более женственной и сексуальной».

Более половины высказываний содержат информацию о том, что возросло доверие к людям вообще и к мужчинам, в частности: «Я стала более открытой, стала больше доверять людям».

Об исчезновении одиночества сообщает 95% опрошенных в первой группе и 22% девушек второй группы: «Я перестала чувствовать одиночество».

Улучшению коммуникативных навыков посвящено 78% высказываний в первой группе и 30% высказываний во второй группе. Улучшение общения с противоположным полом отмечено в 68% высказываний участниц длительной психокоррекции. Девушки, прошедшие короткую психокоррекцию, сразу после работы группы на этот вопрос не отвечали.

Более половины высказываний участниц обеих групп выделили значимость обратной связи и атмосферу доверия в процессе работы: «Очень важно получение обратной связи от тренера и от группы».

Для создания компактного и валидного инструмента изучения определенных свойств личности, ее самосознания мы использовали методику личностного дифференциала (ЛД) (Таблица).

В процессе проведенного исследования нами были получены следующие результаты: до психокоррекции значения факторов оценки, силы, активности у девушек 2 группы были значительно ниже, чем в контрольной и 1 группах. Это говорит о том, что изначально участницы, пришедшие на короткую психокоррекцию, более критично относились к себе, у них отмечался недостаточный уровень принятия себя, астенизация, тревожность. После психокоррекции у девушек этой группы значение фактора оценки (О) возросло по сравнению с первоначальным значением (с 7,8 до 16,8 баллов). На основании этого можно сделать вывод, что в процессе работы участницы группы стали осознавать себя как носители позитивных, социально желательных характеристик, у них возросла удовлетворенность собой.

Также увеличилось у данной группы значение фактора силы (С) (с 2,5 до 10,8 баллов). Фактор силы в самооценках свидетельствует о развитии волевых сторон личности, как они осознаются самим испытуемым. В данном случае, мы можем говорить о том, что у девушек 2 группы повысилась уверенность в себе, они больше стали рассчитывать на собственные силы в трудных ситуациях.

Повышение значения фактора активности (А) (с 0,5 до 5,5 баллов) может свидетельствовать о том, что у участниц данной группы возросла активность, общительность.

Анализ полученных результатов участниц 1 группы показал, что у девушек, прошедших длительную психокоррекцию, изначально были средние показатели по фактору оценки (О), которые в процессе работы достоверно возросли (с 13,3 до 18,1 баллов). Высокие значения этого фактора говорят о том, что испытуемые принимают себя как личность, удовлетворены собой.

педагогического общения преподавателей.

Одним из главных условий успешности военно-профессиональной подготовки является сознательность, активность и мотивированность обучаемых. Данные психологические характеристики субъектов военной подготовки имеют большое значение как для эффективности военного обучения, так и для реализации военно-профессиональной деятельности. Специалист с высоким уровнем активности, сознательности и мотивации способен ставить адекватные профессиональные цели, варьировать способы и средства их достижения. Обретение студентом в ходе военного обучения личностного смысла способствует формированию высоких морально-психологических и военно-профессиональных качеств личности. При этом овладение военно-учетной специальностью происходит за счет собственных усилий, ядро которых составляют воля, ответственность, активность, самостоятельность.

Факультеты военного обучения имеют дело со студентами, пришедшими в вуз приобрести гражданскую специальность, большинство из которых видит свою деятельность в экономике, бизнесе, а не в Вооруженных Силах. Несмотря на наличие конкурса среди студентов, желающих обучаться на ВК (ФВО) по программе подготовки офицеров запаса, мотивацию большинства студентов можно рассматривать как иррелевантную и не имеющую прямого отношения к приобретаемым знаниям, умениям и навыкам в области военного дела. Об этом говорят следующие факты. Выпускники ВК (ФВО) используют все имеющиеся возможности для получения права на отсрочку от призыва. К ним, например, относится такой законный способ получения права на отсрочку, как поступление в аспирантуру. Анализ сведений, регистрируемых в листах бесед, проводимых с выпускниками, подлежащими призыву, показывает, что более 50% студентов принимают решение о поступлении в аспирантуру только после постановки вопроса о возможном призыве.

Добровольный выбор обучения на военной кафедре на контрактной основе обусловлен тем, что неизбежность действительной военной службы выпускников в качестве офицера предпочтительнее, чем в качестве рядового. Офицер запаса, проходящий действительную военную службу, пользуется определенными материальными и бытовыми льготами, обладает специальной подготовкой к военной службе, военно-профессиональными знаниями, умениями и навыками, предающими уверенность и облегчающими процесс адаптации. Среди не имеющих права на отсрочку постепенно актуализировался мотив максимального облегчения военной службы. Проведенный социологический опрос с привлечением 283 студентов второго курса четырех вузов Нижнего Новгорода, получающих специальность «Юриспруденция» показал, что обучение на ФВО по специальности военного юриста – другая, более выгодная форма прохождения обязательной службы в армии.

Поэтому можно сказать, что на сегодняшний день подготовка абсолютного большинства офицеров запаса по сути базируется на принципе «вынуждения»:

5. **Клецина, И. С.** Самореализация и гендерные стереотипы // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 2 СПб.: Изд-во СПбГУ. – 1998. – С. 188–202.
6. **Кон, И. С.** Введение в сексологию: Учебное пособие длч студентов вузов. М.: Олимп, ИНФРА, 1999.
7. **Малкина-Пых, И. Г.** ООО «Издательство Эксмо». – 2006.
8. **Мириманова, М. С.** Конфликтология. – М. – 1996.
9. **Осипова, А. А.** Общая психокоррекция. – Творческий центр «Сфера». – 2000. – 512 с.
10. **Рубинштейн, С. Л.** Основы общей психологии. В 2 томах. – Т. 2. – М.: Педагогика. – 1989.
11. **Спиркин, А. Г.** Сознание и самосознание. – М.: Политиздат. – 1972.
12. **Столин, В. В.** Самосознание личности. – М.: МГУ. – 1983.
13. **Уэст, К.,** Зиммерман, Д. Создание гендера // Гендерные тетради. Вып. 1. – СПб.: филиал Института социологии РАН. – 1997. – С. 94–124.