ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ АВТОНОМНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
«КАЗАНСКИЙ (ПРИВОЛЖСКИЙ) ФЕДЕРАЛЬНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»

ОБРАЗОВАНИЕ И САМОРАЗВИТИЕ

Научный журнал

№ 3 (45) 2015 г.

**Статьи в данном номере журнала публикуются в рамках реализации проекта Российского гуманитарного научного фонда (грант РГНФ №15-06-14076г) «Пятая международная научно-практическая конференция «Бехтерев и современная психология человечности» (к 130-летию организации первой в России психофизиологической лаборатории в г. Казани)»

Казань, 2015

сти; у лиц, причинивших вред имуществу граждан, наиболее значимые прямопропорциональныевзаимосвязи между показателем гибкости и статусом идентичности

4. Диссоциативные механизмы приводят к повышению рассогласованности структурной организации личностной идентичности и повышению статуса личностной идентичности у лиц, находящихся в местах лишения свободы. Ассоциативные механизмы приводят к повышению согласованности структурной организации личностной идентичности и понижению статуса личностной идентичности у лиц, находящихся в местах лишения свободы.

Литература

1. *Агарков В.А.* Диссоциация как механизм психологической защиты в контексте последствий психологической травмы. Дис. … канд. психол. наук. М.: Институт психологии РАН, 2002. 201 с.
2. *Агарков В.А., Тарабрина Н.В.* Диссоциация и посттравматический стресс. / Агарков В.А., Калмыкова Е.С., Макарчук А.В. и др. Практикум по психологии посттравматического стресса. Спб.: Питер, 2001. С. 76-94.
3. *Агарков В.А., Тарабрина Н.В.* Шкала диссоциации (Dissociarion Experience Scale DES). / Агарков В.А., Калмыкова Е.С., Макарчук А.В. и др. Практикум по психологии посттравм этического стресса. Спб.: Питер, 2001. С. 197-208.
4. *Запесоцкая И.В., Никишина В.Б., Ахметзянова А.И.* Диссоциативные механизмы нарушения личностной идентичности при наркотической зависимости // Неврологический вестник. Том XLVII, выпуск 2. 2015. С. 34-42.
5. *Калшед Д.* Внутренний мир травмы. М.: Академический проект, 2001 368 с.
6. *Коган Б.М.* Проблема диссоциации в психологии и психиатрии // Системная психология и социология. Т. 1. 2010. № 2. URL: http:// systempsychology.ru/journal/2010_1_2/34-kogan-bm-problema-dissociacii-v-psihologii-i-psihiatrii.html (Датаобращения: 09.06.2015).
7. *Прохоров А.О.* Психологиянеравновесныхсостояний. М.: Институт психологии РАН, 1998. 152 с.

УДК 159.99

САМОДЕТЕРМИНАЦИЯЛИЧНОСТИ В ИЗУЧЕНИИ ВНУТРЕННЕЙ МОТИВАЦИИ

Е.Н.Ибрагимова

Статья рекомендована доктором психологических наук, профессором Казанского федерального университета Л.М.Поповым. Email: leonid.popov@inbox.ru

Аннотация

Исследование посвящено изучению роли самодетерминации как ключевой психологической детерминанты в мотивации личности. В ходе изучения внешней и внутренней мотивации личности показано, что если учитывается стремление личности к самодетерминации и не нарушается её внутренняя целостность, то запускается механизм интроцепции внешних целей.

Ключевые слова: личность, мотивация внешняя, мотивация внутренняя, интроцепция, корпоративная культура.

Abstract

The study aims to explore the role of self-determination as a key psychological determinants of motivation of an individual. In examining the external and internal motivation of a personality it is shown that if the desire of an individual for self-determination is taken into account and its internal integrity is not violated, the mechanism of introception of external purposes starts.

Keywords: personality, external motivation, internal motivation, introception, corporate culture.

Работа выполнена при финансовой поддержке РГНФ (ГРАНТ № 14-06-00585а)

Мировоззренческие позиции В.М.Бехтерева поражают своей масштабностью и неразрывным единством теории и практики. Количество теоретических идей и установленных им фактов, те вопросы которые он ставил перед собой и на которые пытался отвечать – отличают бехтеревскую научную школу от любого другого научно-исследовательского направления в истории психологии. Фундаментальные идеи Бехтерева, являясь новаторскими и опережая свое время, до сегодняшних дней развиваются в исследовательском творчестве его последователей, в том числе, и в Казанской психологической школе. Л.М.Попов в своих работах, осмысляя идею В.М.Бехтерева, подчеркивает подверженность человека, как одного из представителей материального мира, действиям базовых законов, распространяющихся на все мировые явления [1].

Психологическая организация человека включает ряд подсистем: когнитивную, регулятивную, коммуникативную [2]. Предметом нашего внимания является регулятивная подсистема, которая будет

рассмотрена как комплексная детерминация. В условиях постоянного взаимодействия человека с миром и самим собой [3], реальное поведение, общение и деятельность обусловлены внешними и внутренними детерминантами. Продолжая традиции В.М.Бехтерева [4], Б.Ф.Ломова [2] и Казанской психологической школы, исследование внешней и внутренней мотивации личности строится на основе целостного, системно-структурного понимания психологической организации человека, в его взаимодействии с окружающим миром, в проявлениях внешней и внутренней активности субъекта, где важнейшими показателями являются действия по саморазвитию личности. Мотивация является важной составляющей детерминантного комплекса личности [5]. В свою очередь, метод исследования содержания и структуры внешней и внутренней мотивации наименее разработаны по сравнению с другими компонентами структуры личности. В настоящем исследовании экспериментальный метод включает в себя несколько психодиагностических процедур по изучению мотивации личности как внешней, так и внутренней, на примере вегетарианцев.

Идея вегетарианства основательно была обоснована и введена в 1842 году. Происходящее от латинского vegetus — «крепкий, здоровый, свежий, бодрый», словосочетание homovegetus, в его английском употреблении, относится к духовно и физически развитой личности. Понятием «вегетарианский» обозначены характеристики гармоничной личности с физической и морально-нравственной точки зрения, организующей и ведущей особый образ жизни, а не просто поддерживающей фруктово-овощную диету. Таким образом, это человек, стремящийся предотвратить насилие, очистить свое тело и сознание, с проявлением человечности в своем поведении, деятельности, общении. Л.Н.Толстой указывает о необходимости порядка добрых поступков в стремлении человека к доброй жизни. Одной из важнейших добродетелей личности в этом аспекте – это воздержание и самообладание. Писатель указывает, что одним из первых предметов воздержания может стать пища – или употребление продуктов животного происхождения, и подчеркивает, что «…употребление ее прямо безнравственно, так как требует противного нравственному чувству поступка – убийства, и вызывается только жадностью, желанием лакомства» [6]. Качество жизни современного человека зачастую сопряжено с несбалансированным питанием, вредными привычками, стрессами, отсутствием достаточного количества физических нагрузок. Все это негативно сказываются на самочувствии, количестве заболеваний, продолжительности жизни. Вегетарианство сегодня рассматривается, как часть здорового образа жизни, становится все более популярным, при этом каждый человек находит свои мотивы для приобщения к нему. Мотивация приверженности к вегетарианству может быть раскрыта как через описание системы внешних мотивов, детерминации жизнедеятельности человека, так и в аспекте рассмотрения процессов самодетерминации. При этом научное психологическое осмысление этого вопроса остается не раскрытым. В психологии личности и в общепсихологических исследованиях человека, включенного в постоянное взаимодействие с миром и самим собой, назрела необходимость смещения акцентов от того, что есть внутренний мир человека (свойства, состояния), к тому, как этот внутренний мир реализуется во вне. Это возможно в аспекте рассмотрения включения механизма интроцепции [7]. Интроцепция предполагает сдвиг в сознании личности с целей, которые заданы извне (внешняя детерминация), к целям, которые принимаются им как внутренние, свои. Тогда мотивация к их воплощению становится внутренней и рассматривается как самодетерминация [3, 8]. Именно тогда намечается диалектический переход от детерминации к самодетерминации, а продуктом ее воплощения становятся внешнеплановые процессы в виде новых содержаний и новых технологий на уровнях: «для себя» и «для данной субкультуры» [9]. Таким образом, значимым в современных психологических исследованиях может стать не столько объяснение психоло-гических механизмов субъектности, инициатив-ности, сколько приведение в действие механизма самодетерминации личности.

Проявления человечности личности заключаются в доброжелательном отношении к другим людям, к миру, самому себе. Следуя идеям С.Л.Рубинштейна, А.В.Брушлинского, К.А.Абульхановой–Славской, – важным аспектом проявления человечности личности следует определить ее субъектность, активную, сознательную, производительную и творческую деятельность. Все это выступает первейшим условием, средством, формой самоопределения в системе общественных и межличностных отношений. Человечность же и непосредственно проявляется в самопроизвольности и субъектности в деятельности личности, в непосредственном общении.

Самоопределение субъекта С.Л.Рубинштейн понимает как единую совокупность внутренних условий, через которые преломляются все внешние воздействия [3]. В.Д.Шадриков в своей работе «Происхождение человечности» определил человечность как сущностное качество человека. В рамках теоретического осмысления и рефлексии русской культуры, одной из значимых составляющих человечности он выделяет «доминирование свободы-для» (т.е. свободы для творчества, созидания) над «свободой – от» (т.е. свободы от социальных ограничений, нравственных нормативов и т.д) [10]. С позиций этической психологии (Л.М.Попов) человечность может выступать критерием оценки поведения личности – является оно добродетельным актом в терминах «добра» или порочным – «зла». Внешними факторами оценки поведения личности можно назвать социально-психологические нормы и

ценности, внутренними – ценностно-смысловую сферу, мотивы и т.п. Диалектическое взаимодействие внешних и внутренних причин определяет степень человечности личности в ее жизнедеятельности, развитии выборе траектории, линии жизни. В аспекте анализа концепции самодетерминации личности, в работах зарубежных исследователей, ключевым положением, как отмечает Т.О.Гордеева, является выраженная склонность людей к автономии, как проявлению права на выбор, самостоятельность, независимость и ответственность, ограниченную контролируемость [11].

В работах Е.А.Сергиенко самодетерминация рассматривается с позиции анализа субъективного отношения к себе и к миру, как соотносятся в представлении о себе идеальный и желаемый образ, а также их взаимосвязь с психологическим благополучием.

В исследовании принимали участие 2 выборки. Первая выборка – вегетарианцы. В эту выборку входит 20 человек в возрасте от 14 лет до 36 лет. Из этих людей 4 мужчины и 16 женщин. Стаж вегетарианства от 6 месяцев до 9 лет.

В ходе теоретического анализа работ в рамках психологии здоровья, психологии личности, клинической психологии, научно-практических статей по вопросам диетического питания, было выявлено, что вегетарианство бывает разных видов:

• веганство – строгое вегетарианство, при котором исключаются любые виды мяса животных, птиц, рыбы, морепродуктов, а также яйца, молоко и молочные продукты, а в некоторых случаях даже мед;

• лактовегетарианство – молочно-растительное вегетарианство, при котором в питании допустимо употребление молока и различных молочных продуктов;

• лактоововегетарианство – молочно-яично-растительное вегетарианство, растительная пища сочетается с молочными продуктами и яйцами домашних птиц.

В первой группе испытуемых представлены два вида – это веганство и его придерживаются 8 из 20 испытуемых, а так же лактоововегетарианство и его придерживаются 12 из 20 испытуемых.

На сегодняшний день выделены основные мотивы перехода на вегетарианскую диету:

1. Этический (моральный) — подразумевает не причинение вреда животным, отказ от жестокости, эксплуатации животных и их убийств;

2. Медицинский – вегетарианская диета способна снизить риск атеросклероза, рака, ряда сердечно-сосудистых заболеваний и некоторых болезней желудочно-кишечного тракта;

3. Религиозные убеждения;

4. Экономический – убеждённость в том, что вегетарианская диета помогает экономить денежные средства, расходуемые на потребление мясных продуктов;

5. Экологический – убеждённость в том, что выращивание животных негативно сказывается на экологии;

6. Необходимость похудеть. Одной из причин появления тучности ученые считают ничем не оправданное разнообразие пищи, постоянную гонку современного человека за вкусовым эффектом, что стимулирует переедание и получение избытка калорий, запасов жиров в большем количестве, чем это нужно;

7. Обеспечение собственного активного долголетия, то есть замедление процессов старения с помощью вегетарианских рационов, богатых биологически активными веществами.

Исходя из опроса, была выявлена система мотивов приверженности к вегетарианству. Наибольшее внимание члены выборки уделили «Этическим или моральным» мотивам (20 из 20). Далее на одном уровне остались «Медицинский» мотив (9 из 20), а так же «Экологический» (9 из 20). Третьими в списке по важности выступили «Обеспечение собственного активного долголетия» (5 из 20) и «Впечатления от просмотра ужасающих видео» (5 из 20). «Религиозные» мотивы остаются на последнем месте (2 из 20). «Экономические» мотивы не затрагивают никого из данной группы.

Вторая выборка – люди, употребляющие в пищу мясо. В данной выборке так же 20 человек в возрасте от 19 до 28 лет. Из них 14 женщин и 6 мужчин. Исходя из опроса, можно сказать, что большая часть группы относится к вегетарианству нейтрально (15 из 20). Лишь малая часть группы разделилась во мнении: негативно (3 из 20), а положительно (2 из 20).

Исходя из полученных в ходе исследования данных возникает возможность осмыслить проблему приверженности к вегетарианству в аспекте внешней и внутренней мотивации.

В ходе исследования было выявлено то, что вегетарианцы считают, что их долголетие, как и многие другие факторы зависят исключительно от них(имеется различие r=-2.882, на уровне значимости P=0,01). Так же, вегетарианцы ищут свободу в своей профессиональной деятельности (имеется различие r=-2.059, на уровне значимости P=0,05), стремятся связать ее с общением, а соответственно стараются быть ближе к людям и стараются вести себя с ними свободно, не скрывая своей натуры, в отличии от людей, которые употребляют мясо. Вегетарианцы стремятся окружить себя людьми со схожими интересами и мировоззрением (Показатель «Общение» связан сильной прямой связью (r=0,78) с показателем «Мое окружение»). Кроме того, они нацелены на продуктивную деятельность вне домашнего хозяйства (имеется различие r=-2.288, на уровне значимости P=0,05), это говорит об их результативности в других сферах жизни, в то время, когда люди употребляющие мясо, нацелены в большей степени на быт, так как чувствуют себя свободным только внутри него. Исходя из получен-

ных связей, можно говорить о том, что семья вегетарианцев произвела на них меньшее влияние, чем на людей употребляющих мясо. В данной группе видно, что у вегетарианцев были более сложные и негативные отношения с отцами, чем у не вегетарианцев (имеется различие r=3.094, на уровне значимости P=0,01). Так же у вегетарианцев меньше стремление завести собственную семью, чем у людей употребляющих мясо. Отметим, что в ходе исследования была выявлена тенденция, что у вегетарианцев более развита внутренняя мотивация, а у людей, употребляющих мясо – внешняя.

Таким образом, будет целесообразно продолжать исследования в сфере внешней и внутренней мотивации вегетарианства, поскольку популярность данного образа жизни человека набирает обороты и важно выяснить все причины и последствия выбора в психологическом аспекте.

Литература

1. *Попов Л.М., Кашин А.П., Старшинова Т.А.* Добро и зло в психологии человека. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2000. 176 с.
2. *Ломов Б.Ф.* Методологические и теоретические проблемы психологии. М.: Издательство «Наука», 1984. 444 с.
3. *Рубинштейн С.Л.* Бытие и сознание. Человек и мир. СПб.: Питер, 2003. 512 с.
4. *Бехтерев В.М.* Сознание и его границы. Казань, 1888.
5. *Попов Л.М., Ибрагимова Е.Н.* Общефилософские категории субъекта саморазвития // Человек, субъект, личность в современной психологии. Материалы междунар. конф., посв. 80-летию А.В. Брушлинского: в 2 т. М.: Изд-во ИП РАН, 2013. Т. 1. С. 150–153.
6. *Л.Н.Толстой*, Полное собрание сочинений в 90 томах, академическое юбилейное издание. Т. 29. С. 57-85.
7. *Штерн В.* Персоналистическая психология // История зарубежной психологии / Под ред. П.Я.Гальперина, А.Н. Ждан. М.: Изд-во МГУ, 1986. С. 186-199.
8. *Гордеева Т.О.* Теория самодетерминацииЭ.Диси и Р.Райана // Психология мотивации достижения: учеб. пособие. М.: Смысл: Академия, 2006. С. 201-245.
9. *Попов Л.М., Кашин А.П., Старшинова Т.А.* Добро и зло в психологии человека. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 2000. 176 с.
10. *Шадриков В.Д.* Происхождение человечности. М., 2001. 296 с.
11. *Гордеева Т.О.* Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Ч. 2: Вопросы практического применения теории // Психологические исследования. 2010. № 5 (13). – URL: http:// psystudy. ru/index.php/num/2010n5-13/378-gordeeva13.html, свободный.

УДК 159.9.943

СОВЛАДАНИЕ С РОЛЕВОЙ ПЕРЕГРУЗКОЙ КАК ПРОЯВЛЕНИЕ ЖИЗНЕННОГО СТИЛЯ СОВРЕМЕННЫХ ЖЕНЩИН

Т.Л.Крюкова, М.В.Сапоровская

Статья рекомендована доктором психологических наук, профессором Казанского федерального университета Л.М.Поповым. Email: leonid.popov@inbox.ru

Аннотация

Актуальность проблемы обусловлена ускорением и изменениями динамики жизни современников в современной нестабильной ситуации в обществе. Цель статьи - анализ изменений, касающихся жизненного стиля современных женщин, в том числе, женщин-руководителей. Ведущей методологией выступает психология субъекта в сочетание с когнитивно-поведенческим подходом, методы исследования - опросники, шкалы, интервью. Результаты включают описание феноменологии и закономерностей двойной занятости или «двойной карьеры» женщин, составляющих их жизненный стиль, т.к. им приходится интенсивно совмещать различное ролевое поведение, а также задачи развития собственной идентичности как в семейной, так и в профессиональной сферах: решать дилемму семья и работа. Выявлены деловые/поведенческие и личные трудности женщин как стрессоры, в том числе, ролевая перегрузка, требующие особых способов совладания.Материалы статьи могут быть полезными для индивидуальной консультативно-психологической практики и в групповой работе с женщинами, в том числе, совмещающими две карьеры.

Ключевые слова: жизненный стиль, карьера, «двойная» карьера, стрессоры, стратегии совладания женщин.

Abstract

Dynamics of people`s living increases in unstable modern world which makes a problem up-to-date. The aim of the paper concerns women's life style changes, including women-top-managers. The main methodology is psychology of a subject combined with cognitive-behavioral approach; the method includes self report and an interview. The