

САМОРАЗВИТИЕ КАК ЯВЛЕНИЕ ТВОРЧЕСТВА

Попов Л.М., Устин П.Н., Ибрагимова Е.Н.

Статья написана в жанре постановки вопроса о рассмотрении саморазвития как «узкого варианта творчества» с представлением базовых идей Я.А. Пономарева по методологии творчества и их включенностью в теорию и практику саморазвития личности. Формулируются гипотетические предположения о типологии людей, помещенных в ситуацию самосозерцания – самопреобразования, о вероятностных этапах, переходящих в уровни саморазвития. Показаны элементы новизны, которые получены с помощью метода «Интервью с самим собой» при смещении акцента на самопреобразование. В организации эксперимента показаны стратегия экспериментатора и стратегии испытуемых, которые создают типологию самодеятельной интерпретации испытуемыми плановой инструкции. Представлены методы оценки результатов самосозерцания и самопреобразования личности как субъекта саморазвития.

Творчество – центральная тема исследований Я.А. Пономарева. Он считал, что при изучении любой частной формы творчества, например, саморазвития личности, «мы сталкиваемся с его общими закономерностями» (Пономарев, 1976).

Предметом исследования является саморазвитие личности и его механизмы, осмысление которых идет с позиции идей Я.А. Пономарева и эмпирических закономерностей, обусловленных практикой самопреобразования личности.

Саморазвитие – это самотворение, самопреобразование, самостроительство, которое осуществляется в процессе взаимодействия человека как субъекта с самим собой. Саморазвитие отличается от развития. Развитие может проходить осознано и неосознанно. Осознанно оно проходит при участии внешних факторов, а неосознанно проходит как естественный природный процесс, когда изменения в человеке обусловлены возрастом, определенной последовательностью социально-культурных воздействий по

социализации личности. Например, физическое развитие человека обусловлено возрастом: приходит время и у человека появляется вторичное оволосение (пубертатный период) ; приходит время и появляются все новые и новые формы сексуальной активности (по З. Фрейду), приходит время, появляются новые интеллектуальные способности (по Ж. Пиаже).

Планированное развитие осуществляется как поэтапное введение человека в мир культуры (бытовой, интеллектуальной, художественной и т.д.), социальных и производственных отношений. Развитие может осуществляться без участия собственной воли человека, так и с ее участием, когда необходимо подчинить все свои действия требованиям извне.

Саморазвитие – это осознанное стремление и процесс изменения себя, включая внешний облик, внутренний мир (психическое), социальные и производственные отношения. Толчком к саморазвитию, пользуясь терминологией Я.А. Пономарева, является «постоянная неуравновешенность в системе компонентов». Чаще всего для отдельного человека – это, видимо, фиксация неуравновешенности между собой (Я - реальное) и своим идеалом (Я - идеальное) в физическом, интеллектуальном, духовном, эмоциональном, волевом, коммуникативном и социальном планах.

Неуравновешенность возникает как осознание собственных недостатков, трудностей, неудовлетворяющих человека способностей во всех указанных планах. Степень осознанности своих проблемных зон зависит от степени включенности собственного сознания и воли. Включенность сознания осуществляется с помощью рефлексии, приведения в действие рефлексивного механизма. Воля проявляется в способности субъекта к выбору и целеустремленным действиям в направлении сделанного выбора. При этом субъект решительно преодолевает возникающие препятствия.

Можно предположить существование трех типов людей по отношению к саморазвитию, исходя из критериев осознанности и воли. Первый тип – это те, у которых предельно малое желание заниматься самокопанием. Они лишней раз не хотят задумываться о себе, своей жизни, живут, наслаждаясь

тем, что есть. В действенном плане они руководствуются принципом «от судьбы не уйдешь», «на все воля божья». Второй тип – это предельно рефлексивный человек, который постоянно наблюдает за собой, склонен к расширенному самопознанию, осознает свои недостатки («да, я ленив»), но живет по принципу «люблю себя таким, какой есть». Третий тип характеризуется заметно выраженной склонностью к осознанию себя, своих достоинств, недостатков и реализации своих способностей по преодолению недостатков. Он в меру рефлексивен и достаточно инициативен в действиях по самосовершенствованию. Волевой параметр проявляется в стремлении выбрать жизненно важную цель, соответствующую смысловым ориентирам субъекта, и целенаправленно двигаться в данном направлении.

Развитие (саморазвитие) обусловлено характером взаимодействия того, кто поставлен в эту ситуацию и тех обстоятельств, в которых он оказался. Во внимание может быть принято многообразие факторов внешней среды, воздействующим элементом которой может быть и другой человек. Саморазвитие под влиянием обстоятельств и окружающих условий прекрасно показано на примере Робинзона Крузо у Д. Дефо. Одна из задач нашего рассмотрения состоит в том, чтобы в субъект - субъектном взаимодействии экспериментатора и испытуемого показать значимость роли экспериментатора в создании стимулирующей ситуации, направленной на саморазвитие испытуемого. Предполагается, что испытуемый производит учет данной ситуации, придает ей субъективную степень значимости и разрешает познание и преобразование себя в той форме, которую избирает сам: исполнение; исполнение с авторской импровизацией; исполнение - самопреобразование. Последнее рассматривается как неожиданная возможность системно-профессионально взглянуть на себя, сделать выводы о наличии трудностей в интеллектуально - деятельностном, коммуникативном, регулятивном плане и предпринять попытку решительного преодоления собственных несовершенств.

Саморазвитие как творческий процесс – это самопознание, в ходе которого на первом этапе создается представление о себе, своих сильных и слабых сторонах, т.е. представление о Я в рамках Я - реального и Я - зеркального. Второй этап саморазвития – это осознанное обозначение трудностей, недостатков личности. Третий этап – самопреобразование личности в рамках выделенных трудностей. Четвертый этап – переход от творения себя к творчеству, выходящему за пределы себя, когда личность, занимаясь профессиональной деятельностью, создает новый продукт, новую технологию, развивая себя не только личностно, но и профессионально.

Согласно принципу трансформации, этапы саморазвития трансформируются в соответствующие уровни саморазвивающейся личности. Это одна из методологических идей Я.А. Пономарева. Кроме нее для приложения к теории и практике саморазвития личности применимы следующие идеи Якова Александровича (Пономарев, 1976):

- нестандартное определение творчества как взаимодействия, ведущего к развитию, где центральным элементом является взаимодействие субъект - объектного и субъект – субъектного типов;

- модель психологического механизма творчества с его многоуровневой организацией, центральным и периферическим звеньями;

- дуальность «диалектических пар», образующих гносеологическое (дифференцированное) понимание исследуемого предмета и его онтологическое воплощение (целостность) в преобразующей практике.

- неуравновешенность компонентов во взаимодействующей системе – вероятностное условие запуска развивающих действий.

Основная задача состоит в том, чтобы приложить данные идеи к психологии саморазвития личности и сформировать ряд положений на эмпирическом материале изучаемой личности, помещенной в условия, побуждающие ее к самопреобразованию.

В понимании Я.А. Пономарева «творчество – в самом широком смысле – есть взаимодействие, ведущее к развитию». Взаимоотношения категорий

«взаимодействие» и «развитие» можно понять, по мнению Я.А. Пономарева, через взаимосвязь системы и компонента, процесса и продукта. При этом система близка в его понимании категории «целое». А компонент – это не часть целого, а его сторона, так как субъект как целое не может быть представлен частями. Также подчеркивается, что взаимодействие – двусторонний процесс, где нет абсолютно первичного и абсолютно вторичного.

Процесс и продукт в функциональном отношении отражают временную и пространственную характеристику взаимодействия. Взаимодействие и развитие находятся в неразрывном единстве, хотя взаимодействие сжато во времени, а развитие растянуто во времени, превращаясь в ряде случаев в этапы развития.

Условием всякого взаимодействия (развития) является неуравновешенность в системе компонентов. Результатом развития является перестройка конкретной системы, с образованием в ней качественно новых временных и пространственных структур, а также определенного способа взаимодействия, обусловленного свойствами компонентов.

Взаимодействие в условиях контакта экспериментатора и испытуемого – это специфика общения между ними: вербального и невербального. Можно выделить, по крайней мере три типа общения между ними: ограниченное, расширенное, изменяющееся (Попов, 1990). Ограниченное общение предполагает минимальное вербальное воздействие экспериментатора на испытуемого. Чаще всего это лабораторный эксперимент, где действия экспериментатора ограничены инструкцией, например, при тестовом обследовании. Расширенное общение – это общение в условиях специально организованного группового решения проблемы (например, Мозговой штурм, телевизионные ток-шоу). Изменяющееся общение характерно для лабораторного эксперимента. Экспериментатор в этом случае дает развернуться деятельности испытуемого в рамках инструкции. Если последний испытывает затруднения, то экспериментатор путем косвенных

подсказок (опыты К. Дункера, К.А. Абульхановой, Я.А. Пономарева и др.) старается навести испытуемого на нужное направление деятельности.

Общее, что характеризует все три вида взаимодействия-общения – это их совместное пребывание в условиях единого пространства и времени. Для психологии саморазвития может быть введен еще один вид общения – инструктивно-отстраненного во времени и пространстве. В этом случае экспериментатор сообщает инструкцию и позволяет испытуемому выполнить задание в домашних условиях и в период длительного времени.

Исследования Я.А. Пономарева периода 60-90-х гг. XX века связаны с этапом развития психологии в большей степени теоретической, чем практической. При этом психика человека, включая творчество, рассматривалась более абстрактно - аналитически, чем целостно. Дифференциация доминировала над интеграцией. Однако движение к интегративному пониманию действующего человека было уже тогда. Оно представлено философскими исследованиями С.Л. Рубинштейна, где он проводит мысль о необходимости рассматривать человека как субъекта в его взаимодействии с миром и с самим собой (Рубинштейн, 1972). Мир в этом случае мог бы быть представлен системой объектов. Достаточно полная картина таких объектов может быть получена путем преобразования пяти типов профессий Е.А. Климова в типы аналогичных объектов. Так профессии типа «Человек-человек» позволяют выделить объекты типа «другой человек», «люди»; профессии типа «Человек-природа» говорят о выделении объектов природного типа и т.д. Саморазвитие позволяет говорить о взаимодействии субъекта с самим собой, где объектом познания и преобразования становится он сам.

Акцент на субъекте как действующем, инициативном человеке в рамках творчества как взаимодействия, ведущего к саморазвитию, потребовало анализа не столько механизмов познания, сколько механизмов преобразования. Если Я. А. Пономарев сосредоточил свое внимание на детальной проработке внутриспоровых действий человека при решении

творческой задачи, то мы сделали предметом изучения внешние (внешнеплановые) действия субъекта саморазвития и их поэтапно-уровневую представленность.

Внутриплановые и внешнеплановые действия субъекта саморазвития образовали интеллектуально-деятельностный механизм саморазвития субъекта (Попов, 2005), где внутриплановые фазы несли функцию познания предмета, а внешнеплановые – его воспроизведение (репродукцию) и преобразование (содержательное и технологическое). Рассматривая саморазвитие как самопреобразование, мы считаем необходимым детализировать фазы внешнеплановой деятельности. Такими фазами являются: репродукция (воспроизведение) внутрипланового продукта, репродукция с импровизацией, созидание содержательного плана («для себя», «для немногих других», «для культуры») и созидание технологического плана в виде разноранговых способов, техник, приемов при создании содержаний.

Если Я.А. Пономарев, построив модель психологического механизма творчества, сосредоточил исследовательское внимание на его центральном звене (фазы творчества), то мы стремились понять устройство и роль периферического звена данного механизма. Представление о нем в трактовке Я.А. Пономарева связано с «мотивационной напряженностью» субъекта, т.е. теми факторами, которые мы включаем в понятия «внутренняя детерминация», «самодетерминация».

Мотивационная напряженность в этом случае рассматривается как фон, на котором осуществляется когнитивный процесс. Структурно мотивационная характеристика является частью регулятивной составляющей субъекта саморазвития. Она включает характеристику его направленности (мотивация, смыслы, цели), личностные черты, эмоционально-волевые, коммуникативные, статусные метаиндивидуальные особенности.

Запуск процесса по самоизменению личности, на наш взгляд, может быть произвольным и непроизвольным. Произвольный вариант

предусматривает как косвенное воздействие извне («подсказка»), так и волевое участие самого субъекта, включая самооценку, нахождение слабого звена в психологической составляющей, его целенаправленное изменение. Непроизвольный вариант предполагает инициативное включение, своего рода, внутреннего источника активности субъекта, его инициативное, спонтанное действие по преобразованию ситуации или себя как личности.

Метод саморазвития личности

Идея глубинного понимания феномена сознания личности в сочетании с его участием в преобразовании самой личности была воплощена в методе «Интервью с самим собой» (Попов, 1990).

Метод возник в силу практической необходимости при работе со студентами как возможность увидеть реальные проявления деятельности студенческого сознания по овладению психологическими знаниями путем применения их к самому себе, где созерцательное начало было «принудительно» связано с преобразующим. Объектом изучения становился сам студент. Этот метод стал ещё одной вариацией метода интроспекции, который признавался субъективным, не научным и более критикуемым, чем принимаемым. Однако, благодаря тому, что он обслуживал реальную практику и имел положительный эффект, его невозможно было игнорировать. В свою очередь – это давало опытное подтверждение тому, что в психологии сосуществуют две дополняющие друг друга стратегии: абстрактно-аналитическая, где психика рассматривается поэлементно, дифференцированно, «научно»; и стратегия целостного подхода, где выделялась ветвь системно-структурного и типологического видения психики (сознания) человека (Попов, 2008). При этом системно-структурное видение психологии человека было отнесено к научному знанию, а типологическое – к прикладному (практическому), когда знание о человеке сосредоточивалось не столько на его созерцании, сколько на участии самого человека в преобразующей деятельности.

Метод «Интервью с самим собой» давал системно-структурное представление психологии человека, где на основе работ отечественных психологов, выделялись когнитивная, регулятивная и коммуникативная (Б.Ф. Ломов), а также метаиндивидуальная (А.В. Петровский) подсистемы. Метод давал возможность получить и более целостное представление о психологии человека.

Практическая ценность метода состояла в возможности через самосозерцание в первую очередь ответить на вопрос: «какой Я по характеру, темпераменту, интеллекту, эмоциональности, общительности, влиятельности?».

Во вторую очередь человеческое сознание было рассмотрено не только как хранилище образов, детерминированное внешними и внутренними факторами, но и как проявление субъектного начала в инициативных действиях, направленных на преобразование мира и самопреобразование.

Субъектом в чистом виде является тот, кто иницирует познание, общение, деятельность, поведение и созерцание (Брушлинский, 1994), отсюда - тех, кто был испытуемым в данном методе можно называть субъектами самосозерцания и самопреобразования. Обоснованием их субъектности является то, что побуждение их к самосозерцанию и самопреобразованию осуществлялось в виде не прямого, а косвенного воздействия и в условиях свободы выбора.

Любопытство, новизна процедуры делали своё дело и более чем в половине случаев за все годы работы студенты выбирали сочинение о себе как реальную форму метода «Интервью с самим собой», предпочитая ее традиционному экзамену. Тем более, что это задание можно было делать задолго до экзамена, в домашних или библиотечных условиях, пользуясь всеми доступными источниками, избегая стресса. Было замечено, что интроверты охотнее пользовались этой процедурой, а трактаты некоторых испытуемых достигали 20-30 страниц описания себя, своих проблем и достижений.

Научная проблема состояла в том, чтобы из имеющихся методологических подходов анализа и объяснения внутреннего мира человека надо было остановиться или на предельно дифференцированном его понимании, сохраняя критерии научного видения психологии человека, или – на целостном. В первом случае внутренний мир должен быть представлен принятыми в психологии как науке психическими процессами, состояниями, свойствами, точными психодиагностическими результатами. Во втором – отображение внутреннего мира могло иметь ненаучный вариант изложения, где оперирование научными категориями хотя и было представлено, но имело несистематизированный характер.

Памятуя о том, что студенты овладевают научной психологией, им предлагалось в соответствии с основными разделами «Общей психологии» совершить акты самосозерцания по предлагаемому плану, где каждый раздел должен излагаться не вообще, а применительно к себе: моя потребностно-мотивационная сфера, мой характер, мой интеллект и т.д. Кроме этого требовалось в каждом разделе определить перечень проблем, трудностей и вероятностных путей их преодоления. Так, ненавязчиво закладывалась база для последующего саморазвития личности и достигалась цель косвенного воздействия по систематизированному овладению психологической культурой: понятиями, методами получения данных. Достигался эффект системного самопознания, которое делалось впервые в жизни, а для большинства – единственный раз в жизни.

Одновременно с этим возникла и задача для экспериментатора: как оценивать целостное сочинение. Сложилось два варианта оценки. В первом варианте использовался метод количественного подсчета тех научных понятий, которые были использованы автором сочинения. Это дало возможность создать формулу вычисления показателя способности личности к самопреобразованию. Обследование студентов выявило, что при разбросе этого показателя от 0 до 0,4 (предельное значение 1,00) в среднем представленность показателя способности к саморазвитию оказалась 0,2.

Второй вариант оценки по аналогии с двумя стратегиями психолога носил экспертно-целостный характер и потребовал разработки критериев с учетом качественной и количественной оценки. В основу критериев легла идея о двух полюсах активности субъекта: репродуктивном и креативном. При этом было выделено две базовые способности, которые оценивались: способность к овладению психологической культурой (самопознание) и способность к саморазвитию (самопреобразование).

Каждая способность была представлена рядом параметров со своим коэффициентом значимости и одинаковым числом градаций с соответствующим балльным коэффициентом. В итоге – оценка и вычисление окончательного балльного показателя осуществлялось экспериментатором сразу после прочтения сочинения испытуемого. Обобщенный показатель саморазвития оценивался как сумма показателей по таким критериям как уровень самораскрытия, уровень оригинальности текста, уровень скрытности-доверительности. Диапазон показателей оценивался от 3 до 81 балла (Попов, Ибрагимова, 2012).

Стратегия экспериментатора

Замысел состоял в том, чтобы «запустить» механизм самопреобразования студента. Здесь использовались идеи Л.С. Выготского о зонах ближайшего развития, идея взаимопереходов внешних действий во внутренние и наоборот (Леонтьев, 1975), идея В.М. Бехтерева о ритме в живых системах (Бехтерев, 1994) и представление об интеллектуально-деятельностном механизме концепции психологической организации субъекта саморазвития (Попов, 2005). Толчком к включению этого механизма служили сформулированные экспериментатором вопросы о возможных проблемах, трудностях, вероятностных путях их преодоления и накопленном опыте решения проблем.

В ходе работы с материалами испытуемых по уровню продвижения в зоны ближайшего развития было выявлено 2 группы: одну группу составили те студенты, которые в соответствии с ожиданиями научного анализа создали

текст сочинения в точном соответствии с предложенной структурой. И это легко поддавалось анализу и количественной обработке. Другую группу составили те, которые приняв идею задания в целом, постарались подойти к себе как целостному объекту изучения, который представлялся экспериментатору как целостный продукт, где в лучшем случае соблюдалась последовательность ответов, согласно плану, а в «худшем» (наиболее самостоятельно-творческом) шел рассказ о себе, своих трудностях, творческих достижениях по своему сценарию и налицо был выход «за пределы требуемого». Второй вариант сочинения давал более полное и целостное впечатление о человеке.

Здесь экспериментально подтверждалась идея двойственного видения личности и её сознания: парциального, дизъюнктивного, абстрактно-аналитического, с одной стороны, и - неделимого, недизъюнктивного, целостного - с другой. Это дает основание лишней раз убедиться в праве выбора 2-х стратегий психолога при анализе психологического материала и практической работе на его основе с реальным человеком. Наш вывод состоит в том, что исследовательский, созерцающий, познающий вариант более предпочтителен для научного самоосмысления, а целостный - для самопреобразования, т.е. для практики.

Отмечено противоречие научных устремлений экспериментатора и желаний испытуемых соответствовать этим ожиданиям. Оно проявлялось в том, что самосозерцание в этом случае осуществлялось по предложенному плану, где психика испытуемого рассматривалась как дифференцированно-упорядоченное образование, а формулировка проблем испытуемым часто формулировалась на непривычном для научной психологии языке: «Мой муж постоянно охвачен новыми идеями, стремится увлечь меня. Я хочу его поддержать, но мне недостаточно все принимать на веру, мне обязательно нужна аргументация, доказательства. От этого наше непонимание», «Не люблю, когда меня учат жить», «У меня нет гордости, а превалирует никому не нужная доброта. Как быть».

Есть основания считать, что самосозерцание и самопреобразование – это два неразрывно связанных процесса. Они аналогичны по взаимосвязанности как внешне - и внутривидовые, интеллектуальные и деятельностные процессы. Они образуют два полюса субъектности и дают представление о всем диапазоне субъектных действий человека. В этом отношении возврат к интроспективному методу вполне обоснован и достаточно эвристичен для нужд прикладной психологии.

В настоящее время создано несколько модификаций метода «Интервью с самим собой»: для студентов-психологов – это метод самосозерцания своих профессиональных знаний и умений в научной деятельности и практике; для аспирантов всех специальностей - это метод актуализации личностной предрасположенности к преподавательской или исследовательской деятельности и осознанию своего научного метода написания диссертации. Для наркозависимых – это метод преодоления склонности к употреблению наркотиков (Попов, Сиафетдинова, 2008); для аспирантов консерватории – это метод художественного самосознания и самовыражения.

В основу метода «Интервью с самим собой» положена идея интроцептивного развития личности В. Штерна, когда извне заданные цели (цели сформулированные экспериментатором) становятся внутренними целями самой личности (целями испытуемого). Именно тогда их взаимодействие становится развивающим: испытуемый совершает рефлексивные действия по самосозерцанию, переходящие в самопреобразование. Подсказкой, стимулирующей такой переход является выделение в предлагаемой экспериментатором плановой инструкции двух ступеней: «ваши трудности» и «как можно было бы их преодолеть». Эти ступени находятся между первой ступенью (рефлексивный самоанализ) и последней ступенью (опыт самопреобразования) действий по саморазвитию. В итоге – косвенное воздействие четырехступенчатого типа создает стимулирующие условия для интроспективного анализа и последующего развития личности, т.е. саморазвития. Развивающий эффект присутствует и

на полюсе экспериментатора. Он состоит в постоянном поиске экспериментатором средств оценки действий испытуемого по изменению самого себя, в теоретической интерпретации имеющихся изменений, в стремлении сделать этот метод применимым для разных видов психологической практики: педагогической, управленческой, клинической, художественно-творческой.

Стратегии испытуемых

Обобщение материалов по методу «Интервью с самим собой» показывает, что в ответ на инструкцию в виде предлагаемого плана самораскрытия личности и возможностей ее саморазвития возникло несколько типов интерпретации задания испытуемыми, которые могут быть выстроены по степени нарастания склонности испытуемых к самораскрытию и последующему самопреобразованию.

На основе самостоятельного осмысления инструкции экспериментатора в виде предлагаемого плана самоанализа выделены шесть стратегий испытуемых с учетом двух составляющих экспериментального поведения: степени следования плану, предложенного экспериментатором; акцента в самоанализе и саморазвитии:

Первая стратегия. Полное принятие плана. Акцент на расширенном самоанализе и самопредставлении. Текст сочинения о себе выполняется как стимулированное извне самораскрытие, строго по плану. Может быть оценено как организованное извне самопознание, переходящее в самооценку. На начальном уровне саморазвития может быть представлено как бытовое самописание. Более высокий уровень идентичен созерцательно-объяснительному типу знания (Пономарев, 1983), когда интерпретация своих особенностей идет в рамках какой-либо заимствованной теории, а характеристика индивидуальных особенностей (интеллект, эмоции, темперамент и др.) осуществляется с учетом самотестирования. Вот один из примеров интерпретации в рамках данной стратегии:

«Я - как личность. Я, как личность довольно интересная и незаурядная, естественно по своему собственному мнению, нашел раскрытие своих принципов существования и построения личности в гуманистической теории личности в концепции А. Маслоу.

Конечно не все аспекты этой концепции меня устраивают и я готов принять их на 100%, но общая суть самосовершенствования и идея самоактуализации мне очень близки по духу и нраву. Еще будучи студентом МИСиС, где я получал 1-е высшее образование, я сделал свои выводы по поводу смысла жизни, можно сказать, сформулировал кредо, которым определял внутреннюю суть своей личности все уже прожитые годы, формируя ее и развивая в ней характеристики, как мне кажущиеся, необходимые для того, чтобы жить, а не существовать. Вот оно: «Смысл жизни в движении», а истина в покое». Хотелось бы пояснить: по поводу движения – это и есть самоактуализация (этот термин я узнал только сейчас, обучаясь по специальности психолога), а вот «покой» - следует понимать как душевное равновесие, благополучная атмосфера внутри себя, согласие с самим собой. Ну, если с первым у меня все в порядке, то со вторым не всегда. Но справедливости ради нужно заметить, что это намного сложнее, чем находить в себе силы просто для движения вперед, к чему-то новому и интересному. Согласно этому кредо моя жизненная направленность является стремлением двигаться постоянно вперед во всех аспектах жизни, искать и открывать для себя что-то новое, удивляться необычным, а порой и простым, но до этого неизвестным мне вещам, и интересоваться окружающей меня действительностью.....»

Вторая стратегия. Полное принятие плана. Акцент на самоанализе профессиональной деятельности. Стимулированное раскрытие себя по плану с акцентом всех пунктов на профессиональную деятельность. Так, в сочинении о себе испытуемая Н.М., которая профессионально занимается баскетболом, строит свое сочинение по следующему плану:

Я как личность, мое профессиональное лицо; Мой игровой интеллект; мой эмоционально-чувственный мир и мое психическое состояние во время игры; мое взаимопонимание с подругами по команде; влияние, которое я испытываю в своей профессиональной деятельности и которое оказываю на других.

Пример выдержки из интерпретации в рамках второй стратегии: «...Под игровым интеллектом я понимаю способность к познанию и решению проблем, определяющую успешность в спортивной деятельности. Игровой интеллект включает в себя систему всех познавательных способностей спортсмена: ощущение, восприятие, память, мышление.....»

Третья стратегия. Полное принятие плана. Акцент на типологическом подходе. Самопредставление строится системно, по предложенному плану, где не только сохранен объем и структура плана, но в каждом случае фиксируются «косвенные подсказки» типа «мои трудности, как я их преодолеваю и опыт работы над собой». Тип саморазвития сознательно-плановый без стихийных отклонений типа немецкого «Ordnung».

Пример выдержки из интерпретации в рамках третьей стратегии: «.....Мои трудности. Плохо работает абстрактно-логическое мышление. 1. Туговато с обобщениями на высшем уровне. 2. Вербально - акустическая память развита недостаточно. 3. внимание могло бы быть более цепким. 4. Скорость мышления нужно повысить. 5. Необходимо развить аудиальный канал информации.....».

Четвертая стратегия. Частичное принятие плана. Акцент на максимальном выделении собственных проблем и опыте их преодоления. Самораскрытие строится как выделение одной-двух черт, которые, на взгляд автора, доминируют в его характере.

В рамках типологии – это целостное осмысление себя автором, что соответствует созерцательно-объяснительному типу знания и стратегии целостного подхода в ее типологическом варианте.

Пример выдержки из интерпретации в рамках четвертой стратегии: «...То, что мне нравится – конформность – присутствует во мне в большей степени. Я стремлюсь приспособиться к обстоятельствам, и отсюда моя «запасливость» на все случаи жизни, своего рода плюшкинизм. Я стремлюсь нравиться людям и не хочу остаться в одиночестве.....».

Пятая стратегия. План изменен, акцент на художественно-творческом, автобиографическом самоанализе. Самопредставление осуществляется спонтанно, когда предложенный план принят во внимание, но творческая мысль и стремление действовать в соответствии со своей субъектностью преобладает. Доминирует стихийно-созидательное начало как в содержательном, так и технологическом плане.

Пример выдержки из интерпретации в рамках пятой стратегии: «Вступление. «Мой путь»...Все таки полезно писать такие работы. Это помогает представить жизнь в виде пути, пройденного мной самой, а не кем-то другим, и приведшим меня в эту точку – точку, в которой я нахожусь здесь и сейчас. И, конечно, приятней всего вспоминать, как все начиналось. Ведь начало – всегда самое прекрасное, самый смак всего, что мы делаем. И начало моего Пути было не исключением. Неизвестность манила за собой, не давала покоя, приоткрывала свои двери, позволяя лишь одним глазом заглянуть внутрь, разжигая интерес. Что ознаменовало начало моего пути? Могу сказать – я открыла в себе психолога, когда впервые увидела море. Ничто в жизни не оказало на меня большее влияние и не вдохновляло больше, чем море. При взгляде в его глубины, что-то всколыхнулось внутри, и все мелкие заботы, которые волновали меня, померкли, чудесным образом отошли на второй план. Я будто заново родилась. И все более явственно я начинала видеть в нем отражение своей души. А вскоре и души других людей. Такое же оно глубокое, загадочное, неизведанное. Мы видим лишь поверхность, все его чудеса скрыты под тоннами литров воды. И мне было приятно думать, что я отправлюсь в путешествие по исследованию глубин

человеческой души. Первым объектом моего исследования, конечно же, стала моя собственная психическая жизнь....».

Шестая стратегия. План изменен. Акцент на описании процесса творчества при создании художественного продукта (асимметричный эффект). Самораскрытие творческого человека с показом содержательной и технологической частей творчества. Представлены все ступени внешнеплановой деятельности с показом перевода ее вовнутрь. Заметно выражен эффект асимметричности, когда взаимопереходы осуществляются, однако с большим креном во внешнеплановую деятельность. Скорее всего, это свойственно для саморазвития людей с художественно-творческой направленностью.

Пример выдержек из интерпретации в рамках шестой стратегии: «...Я с детства мечтала стать пианисткой и все свободное от учебы время проводила за фортепиано. Кроме «тщательного» разучивания произведений из программы, мне ужасно нравилось читать «с листа» новые произведения (у нас дома нот было достаточно), как классические, так и популярные, например, мелодии из кинофильмов. Моя первая учительница составляла мой репертуар таким образом, чтобы он мне нравился (это обязательное условие) и был стилистически разнообразен....». «...Я постоянно что-то сочиняла, иногда «подражая» любимым мною Баху, Шопену, но чаще я тогда старалась создать что-то совсем новое, непохожее ни на кого, шокировать слушателей яростными диссонансами или необычными ритмами...». «...Я сочиняю сразу же до конца “на одном дыхании”. Происходит это примерно так. Я проигрываю новую музыку шаг за шагом: я начинаю интонировать, одновременно вслушиваясь в то, что выходит из-под пальцев, тут же корректирую, ищу более верную интонацию, точнее, ритмо-интонацию, и сразу же запоминаю сочиненное. Затем повторяю то, что запомнила, опять изменяю (если необходимо), запоминаю и так постепенно, всегда начиная с первых тактов, двигаюсь дальше к финальному аккорду.

Когда появившаяся на свет песня выверена, выучена, я еще много раз исполняю ее, любуюсь и радуясь. Исполняю сочинение и для самых близких своих друзей. В это время уже возникают мысли об исполнителе – очень хочется, чтобы сочиненная музыка звучала. Когда произведение звучит, оно живет.

И от фортепиано я перехожу за компьютер. Красками виртуального оркестра я могу придать сочинению тембровый объем, плотность, фактуру, выделить мелодические линии, «вылепить» драматургию, создать кульминации. При этом музыкальное полотно можно увидеть (в виде треков, графиков, символов, настроек), услышать во множестве вариантов. Окрыляет ощущение бесконечной власти над этим новым звуковым существом. Далее – напряженное вслушивание, поиск. Слушаю с перерывами. После нескольких часов непрерывной работы перестаю адекватно воспринимать звучание: появляется ощущение, что уже ничего не слышу и не понимаю. Чтобы завершить аранжировку, мне требуется хотя бы один значительный перерыв (например, ночь), а лучше – два...».

Выводы

Подтверждена идея Я.А. Пономарева о том, что саморазвитие личности является частной формой творчества, на которую распространяются общие закономерности. В свою очередь, саморазвитие как практика творчества обогащает теорию творчества в следующем:

1. В структуре психологического механизма творчества установлены параллели между фазами его центрального звена и фазами мыслительного процесса (школа С.Л. Рубинштейна). Они образуют две альтернативные ветви внутриплановых действий. В каждую из них введено звено «насыщение».

2. Разработана структура внешнеплановых действий субъекта саморазвития. Она по аналогии с внутриплановыми ветвями представлена ветвью и стадиями созидания новых содержаний (что создано) и ветвью созидания новых технологий (как создано). Технологическая составляющая в

работах Я.А. Пономарева была лишь намечена и включена в содержательную часть творчества.

3. Введено понятие «психологического маятника» для объяснения постоянных взаимопереходов (по А.Н. Леонтьеву) внешнеплановых действий во внутриплановые и наоборот. Установлен, своего рода, сдвиг оси колебаний психологического маятника. Он состоит в эффекте асимметричности, когда взаимопереходы осуществляются с большим охватом зон внутриплановых или внешнеплановых действий. Так у людей мыслительного плана типа сдвиг идет в сторону внутриплановых действий, а у людей практической ориентации – в сторону внешнеплановых действий.

4. Установлена аналогия взаимопереходов интеллектуально-деятельностной составляющей центрального звена психологического механизма творчества и мотивационной составляющей периферического звена данного механизма. Мотивация в процессе выполнения деятельности по саморазвитию переходит из внешней (детерминация) во внутреннюю (самодетерминация) и наоборот. Тем самым расширяется идея В. Штерна об интроцепции как однонаправленном мотивационно-целевом процессе, когда фиксируется только однонаправленный переход: от целей, заданных извне к переводу их в цели самого субъекта.

5. Важнейшим фактором косвенного воздействия в методе «Интервью с самим собой» является двухступенчатая подсказка («Ваши трудности» и «Как можно было бы их преодолеть»). Они побуждают к включению механизма интроцепции.

6. Показано многообразие форм авторских интерпретаций испытуемым исходной инструкции экспериментатора: от созерцательно-исполнительской до созерцательно-преобразующей с акцентом на личностное и профессиональное саморазвитие.

Представлено три версии оценки результатов по методу «Интервью с самим собой» в основу которых положены материалы дифференцированного и целостного оценивания сочинений о себе.

Литература

1. Бехтерев В.М. Избранные работы по социальной психологии. М.: Наука, 1994.
2. Брушлинский А.В. Проблемы психологии субъекта. М.: Институт психологии РАН, 1994.
3. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975
4. Пономарев Я.А. Психология творчества. М.: Наука, 1976.
5. Попов Л.М. Концепция человека как субъекта развития и саморазвития // Ученые записки Казанского университета. Серия Гуманитарные науки. 2005. Т. 147. Кн. 2. С . 123-138.
6. Попов Л.М. Психология самодеятельного творчества студентов. Казань: Изд-во Казан. ун-та, 1990.
7. Попов Л.М., Голубева О.Ю., Устин П.Н. Добро и зло в этической психологии личности. М.: ИП РАН, 2008.
8. Попов Л.М., Ибрагимова Е.Н. Интервью с самим собой – метод экспериментального исследования личности // Экспериментальный метод в структуре психологического знания. М.: Институт психологии РАН, 2012. С. 443-447.
9. Попов Л.М., Сиафетдинова Ф.З. Технология психологической помощи в преодолении наркозависимости // Ученые записки Казанского университета. Серия Гуманитарные науки. 2008. Т. 150. Кн. 3. С . 189-203.
10. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. М.: Педагогика, 1973.