

отношениях с людьми не связываются с повышением уровня психологической культуры. Отсутствие потребности в самопознании и работы над собой не приводит к формированию человека как субъекта деятельности по самопреобразованию, в таком случае его развитие становится косвенным продуктом внешней деятельности. Согласно нашим наблюдениям, осознанная потребность в самоизменении чаще появляется у людей, имеющих проблемы со здоровьем, профессиональной самореализацией, взаимоотношениями с другими людьми. В то же время во всем мире наблюдается тенденция усиления внимания человека к своему внутреннему миру, к работе своего сознания.

Психологическая культура – это самостоятельный пласт знаний разного уровня и порядка, включающий методы самопознания и воздействия человека на самого себя в целях самоизменения. Следует признать, что во всех науках, касающихся развития человека, и психологии в том числе, за исключением психотерапии, недостаточно разработаны методы, позволяющие формировать восприятие, понимание себя, отношение к себе как таковому. Значит, для исследования требуется не просто подбор методов, а конструирование особого эмпирического дизайна и определенной логики анализа.

В разделе «Психологическая культура и компетентность» представлены результаты теоретических и экспериментальных изысканий докторантов и аспирантов кафедры, отражающие их подход к проблеме изучения и становления психологической культуры, а также ее целенаправленного формирования в профессионально-образовательном процессе.

Т.Е. Егорова

Становление психологической культуры: теория, эксперимент, практика*

Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Стремление российского общества к демократическим преобразованиям, к этнической, социальной безопасности актуализирует проблему взаимоотношений людей в разных сферах со-

* Работа защищена в Ярославле в 2007 г.

циальной жизни. В настоящее время становится ясно, что человеку в современном обществе мало обладать готовностью к решению социальных и экономических задач, ему нужна еще и психологическая культура, которая позволит в процессе взаимодействия в разных системах социальных отношений воспроизводить нравственные, духовные ценности.

В развитии духовно-нравственного потенциала личности, ее уникальной индивидуальности сегодня многие видят средство предотвращения кризиса культуры и нравственной деформации общества. Такой подход обусловил новые тенденции в развитии науки и привел к повышению значимости исследования в социальной психологии духовно-психического, духовно-нравственного потенциала человека (В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин, П.Н. Шихирев и др.). Становится очевидным, что гуманизация социальных отношений во многом определяется психологической культурой социального субъекта, позволяющей ему воспроизводить духовно-нравственные образцы взаимоотношений людей, что делает изучение данного феномена не только научно, но и социально значимым.

Понятие «психологическая культура» сравнительно новое, введенное в научный оборот в целях разграничения с другими понятиями, разными по терминологии, но сходными по смыслу. Оно возникло на пересечении различных областей научного знания и имело длительную предысторию своего развития. Генезис содержания этого понятия можно проследить во многих донаучных и научных теориях, что позволяет систематизировать результаты изучения разных аспектов психической деятельности человека, которые вне обращения к термину «психологическая культура» в определенной мере отражали его смысл. Например, содержание и функции психологической культуры нашли отражение в эмоционально-волевых характеристиках личности, в особенностях произвольной саморегуляции, познавательных процессов, характеристиках сознания и самосознания людей, а также в характеристиках таких сложных личностных образований, как психологическая, коммуникативная, профессиональная, социальная компетентность (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, А.А. Бодалев, Б.С. Братусь, Ф.Е. Василюк, А.А. Деркач, В.В. Карпов, А.Ф. Корнилов, А.О. Прохоров, В.И. Панов и др.). Все эти феномены психической деятельности человека являлись предметом научных исследований, исходящих из разных предпосылок и подходов, как правило, не совпадающих друг с другом. Результаты этих исследований являются необходимой тео-

ретической предпосылкой при определении сущности психологической культуры, механизмов ее развития, закономерностей и условий становления в обществе.

Трудность исследования феномена и экспликации понятия «психологическая культура» заключается в том, что они содержат характеристики как социально-культурной, так и психической составляющей, которые в сочетании и определяют субъекта психологической культуры. Изучение психического в контексте социально-культурных проявлений привело к выделению в данном феномене духовно-нравственной основы. Как известно, духовно-нравственная сфера человеческой психики с трудом поддается экспериментальному исследованию; ученые сталкиваются с методологическими и инструментальными трудностями. Это приводит к необходимости поиска возможностей интеграции методов теоретического анализа и обращения к системному подходу в исследовании и развитии психологической культуры личности (А.Л. Журавлев, В.В. Козлов, Б.Ф. Ломов, В.А. Мазилев, В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин и др.).

В последнее десятилетие исследование психологической культуры от собирательно-описательной логики переходит к теоретико-экспериментальной. Существующие тенденции в исследовании психологической культуры соответствуют потребностям общества в повышении качества профессиональной подготовки и совершенствовании различных форм взаимодействия людей. Отечественный опыт экспериментального исследования психологической культуры в основном ориентирован на профессиональную деятельность, ее успешность (Е.Н. Гришина, Н.И. Лифинцева, Ф.Ш. Мухаметзянова, Н.Т. Селезнева и др.). В связи с этим в данном феномене больше продуцируется профессиональная составляющая, а духовно-нравственная основа, определяющая субъекта социального мышления и взаимодействия, продолжает оставаться слабо изученной.

Анализ работ показал отсутствие системных исследований психологической культуры в контексте социально-психологической науки. Попытки системного анализа, предпринятые Л.С. Колмогоровой (2001) и В.В. Семикиным (2004), ориентированы на педагогическое взаимодействие, что ограничивает использование результатов этих исследований в других сферах взаимоотношений людей в обществе (межэтнических, экономических, политических, экологических и др.). Все это дает основание

считать проблему психологической культуры актуальной и своевременной для изучения в контексте социальной психологии.

Таким образом, разработку концепции психологической культуры целесообразно проводить в «пространстве» социальной психологии, в предмет которой психологическая культура до недавнего времени не входила. Именно такое местоположение психологической культуры может служить определенным вкладом в развитие и решение важных задач гуманизации российского общества.

Актуальность обозначенного ракурса исследования определяется и практическими задачами, связанными с необходимостью разработки социально-психологического сопровождения становления психологической культуры в разных сферах социальной практики, в том числе и в образовании.

Объект исследования – психологическая культура человека.

Предмет исследования – особенности становления психологической культуры современного российского человека в социальной среде.

Цель исследования заключается в разработке социально-психологической концепции психологической культуры и ее становления.

Гипотезы исследования:

1. В предмете социальной психологии психологическая культура приобретает новые значения, что позволяет рассматривать ее как неотъемлемую характеристику человека современного социума, как условие проявления гуманного и экологичного характера взаимоотношений между людьми и как основу повышения духовно-нравственного потенциала общества.

2. Мы исходим из предположения, что психологическая культура представляет собой системно организованное многофункциональное психическое образование человека и имеет иерархическую многокомпонентную структуру. Психологическая культура является одним из центральных факторов преобразования человека в субъекта саморазвития, повышения его духовно-нравственного потенциала, гуманизации и экологизации взаимоотношений людей в обществе. Для этого ее система должна представлять собой структурно-функциональное единство когнитивного, эмоционально-оценочного, процессуально-деятельностного и ценностно-смыслового компонентов, определяющее качество взаимодействия человека с собой, другими людьми, природой и антропогенной средой. При этом

системообразующим выступает ценностно-смысловой компонент, определяющий целостность феномена.

3. В процессуально-содержательном плане психологическая культура человека включает основные отражательные и регулятивные психологические процессы. Она характеризуется качественно своеобразными уровнями развития, обусловленными степенью овладения людьми содержанием и формами психологической культуры, а также этапностью своего развития: от спонтанного до целенаправленного присвоения ее содержания, форм проявления и способов реализации в поведении и деятельности человека.

4. Повышение уровня психологической культуры позволяет человеку становиться субъектом самопреобразования, снимать внутренние противоречия, находить конструктивные способы воздействия на себя и взаимодействия с окружающим миром. В основе этого воздействия лежит переживание человеком состояния своего единства с миром, что требует особых социально-психологических условий и освоения технологии произвольной регуляции психических процессов, эмоциональных состояний, состояний сознания и поведенческих актов.

5. Изучение онтологии психологической культуры позволяет предположить наличие в процессе ее становления цикличности, включающей стадии от мироощущения к миропониманию и от зарождения нового психического состояния к обретению нового социально значимого качества личности.

6. Становление психологической культуры происходит успешно в том случае, если социальной средой продуцируются условия для развития ее структурных компонентов, проявления гуманистических и экологических форм взаимодействия человека с миром самого себя и окружающим миром (миром других людей, природы и культурного наследия).

7. Эффективность процесса целенаправленного становления психологической культуры достигается технологиями психологического сопровождения, в основу построения которых положено единство гносеологического, онтологического и трансцендентального оснований подбора методов и средств социально-психологической работы с людьми.

Основные задачи исследования:

1. Выявить проблемное поле исследования психологической культуры в контексте социальной психологии.

2. Систематизировать методологические основания и научные предпосылки исследования сущности психологической культуры на основе анализа подходов к ее интерпретации в философских, культурологических, психологических исследованиях.

3. Систематизировать опыт исследования содержания, форм проявления, функций, структуры, уровней и закономерностей развития психологической культуры человека в отечественной психологии.

4. Разработать социально-психологическую концепцию становления психологической культуры человека.

5. Разработать социально-психологическую модель психологической культуры и подвергнуть ее экспериментальной проверке.

6. Определить методологические основания разработки и выбора методов и средств становления психологической культуры. Выявить социально-психологические условия ее успешного становления.

7. Разработать психотехнологию формирования психологической культуры человека в условиях групповой интенсивной подготовки и экспериментально осуществить проверку ее эффективности в разных социальных и половозрастных группах обучающихся.

Методологическую и теоретическую основу работы составили основные положения о методологии и современном состоянии социально-психологической науки (В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин, П.Н. Шихирев и др.), концептуальные положения о социальной сущности человека (Б.Г. Ананьев, В. Вундт, Л.С. Выготский, Л.А. Зеленев, А.Н. Леонтьев, В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин), о всеобщей взаимосвязи человека и мира (А.И. Арнольдов, А.С. Арсеньев, Г. Гегель, М.С. Каган, И. Кант, А.Ф. Лосев, Ф.Т. Михайлов, С.Л. Рубинштейн и др.), человека и природы (Н.А. Бердяев, Ш.Х. Ролстон, П.Тейяр де Шарден, Л. Уайт и др.), о современном состоянии культуры (А.С. Арсеньев, В.В. Томашов, Л.Н. Коган, В.М. Розин, А.Г. Шустров и др.), о взаимоотношениях между культурой и личностью (Д. Мацумото), а также концептуальные положения о становлении психики как формы бытия (А.И. Миракян, В.И. Панов), о ее метасистемной организации (А.В. Карпов, И.М. Скитяева и др.). Исторический подход к исследованию позволили осуществить работы В.В. Большаковой, В.В. Новикова, В.М. Розина и др.

Теоретической базой исследования явились ведущие научные концепции и положения социальной психологии личности (К.А. Абульханова-

Славская, Г.М. Андреева, А.Г. Асмолов, Ю.М. Забродин, В.В. Новиков, А.В. Петровский и др.), концептуальные положения теории отношений личности (Г.М. Андреева, А.А. Бодалев, В.Н. Мясищев, В.В. Новиков и др.), зарубежные концепции гуманистического подхода к развитию личности (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Э. Фромм и др.), теории инстинктов социального поведения и доминанты (У. Мак-Дауголл, А.А. Ухтомский), положение о системной организации психического (П.К. Анохин, В.Н. Бехтерев, Е.П. Ильин, Б.Ф. Ломов и др.), интеграция методов теоретического анализа и подходов к развитию личности (А.Л. Журавлев, В.В. Козлов, В.А. Мазилев, В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин и др.), современные теоретические концепции профессионализации личности (Н.С. Глуханюк, А.А. Деркач, А.К. Маркова и др.), психологической и аутопсихологической компетентности личности (Н.В. Кузьмина, Г.И. Метельский, Л.А. Степнова и др.), психологической культуры (Л.С. Колмогорова, Н.Т. Селезнева, В.В. Семикин и др.).

Интерпретация полученных данных осуществлялась с позиций системного подхода к исследованию и развитию личности (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, А.А. Бодалев, А.Н. Леонтьев, В.С. Мерлин, С.Л. Рубинштейн), а также субъектного и деятельностного подходов (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, К.К. Платонов, С.Л. Рубинштейн, В.В. Рубцов и др.), опирающихся на методологические принципы развития (Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, В.В. Давыдов, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн).

Решению теоретико-прикладных задач способствовали концептуальные положения о ценностно-смысловой ориентации (Д.А. Леонтьев, В. Франкл, Э. Фромм, Р. Хирау), резервных возможностях психики человека (Л.П. Гримак, А.П. Дубров, В.Н. Пушкин, Э.Я. Цветков и др.), энергетических аспектах взаимодействия людей (Н.Я. Грот, В.И. Вернадский, М.И. Владиславлев, В.О. Оствальд и др.), положения концепции произвольной саморегуляции (О.А. Конопкин, Д.А. Леонтьев, И.Х. Мерзиев, В.И. Моросанова, А.О. Прохоров) и другие научные положения о социально-психологических закономерностях и механизмах развития психики человека. При решении задач экспериментальной части исследования мы опирались на работы С.Д. Дерябо, Б.Т. Лихачева, В.И. Панова, А.А. Реана, В.И. Слободчикова, С.А. Смирнова, В.А. Ясвина и др.

Процедура и этапы исследования. Исследование включало четыре этапа.

На первом этапе – ориентировочном (1986–1989) – проводилась систематизация философских, антропологических, социологических, психологических, эзотерических представлений о духовно-нравственной сфере человека, о резервных возможностях психики и психических механизмах саморегуляции. Осуществлялось изучение используемых в практике социально-психологических тренингов и интегративных психотехнологий, направленных на раскрытие внутреннего потенциала психики человека (сенсорных процессов, памяти, образного мышления), овладение методами саморегуляции, а также оптимизации разнообразных форм межличностного общения на основе развития сензитивности в системах «человек–человек», «человек–общество» и «человек–природа». В результате были систематизированы позитивные и негативные стороны опыта работы тренинговых групп в развитии духовно-нравственного потенциала человека.

На втором этапе – конструктивно-ориентировочном (1989–1991) – была разработана процедура исследования, определена теоретическая база и методологические основания осмысления проблемы психологической культуры, проведена апробация отдельных форм и методов работы с людьми, позволяющих актуализировать гуманистические и экологические принципы в коммуникативном образовательном пространстве. Данный этап включал непосредственное участие автора в работе с обучающимися (география исследования представлена городами Кривой Рог, Новосибирск, Омск, Москва, Луганск, Н.Новгород и др.).

На третьем этапе – экспериментально-исследовательском (1992–1997) – осуществлялись разработка и уточнение целеполагания, процедуры и методов исследования, моделирование психотехнологии работы с людьми разных половозрастных, территориальных и профессиональных групп, анализ и интерпретация результатов экспериментального исследования. В качестве испытуемых были студенты профессиональных училищ, колледжей и вузов, слушатели факультета повышения квалификации Волжского государственного инженерно-педагогического университета (ВГИПУ) (география исследования представлена городами Н.Новгород, Пермь, Подольск, Благовещенск, Обнинск, Адлер, Красноармейск).

Четвертый этап – внедренческий (1998–2005) – был направлен на расширение сферы исследования, включал количественный и качествен-

ный анализ полученных данных, их теоретическое осмысление, выявление вариативных и инвариантных возможностей представленной модели психологической культуры и внедрение разработанной технологии становления психологической культуры в экспериментальных группах. Участниками экспериментальных групп были студенты Московского гуманитарного университета (МосГУ), ВГИПУ, Волго-Вятской академии государственной службы (ВВАГС), Нижегородского бизнес-колледжа, студенты и преподаватели Пермского политехнического колледжа (экспериментальная площадка Министерства образования РФ в 2000–2004 гг.), члены психологических клубов Перми и Благовещенска, слушатели факультетов повышения квалификации нижегородских вузов (ВГИПУ и ВВАГС).

Общее количество испытуемых, охваченных экспериментальным исследованием, составило более двух тысяч человек.

Методы исследования. Для решения поставленных задач в исследовании были использованы теоретические методы: историко-генетический, сравнительный, системный анализ, систематизация и концептуализация научных идей, моделирование объекта и предмета исследования; экспериментальные методы: формирующий эксперимент, включенное наблюдение за процессом становления психологической культуры и ее проявлениями в поведении, действиях обучающихся, в продуктах деятельности (отчетах, устной и письменной речи), специальные задания, оценочные и контрольные экспериментальные исследования; методы сбора данных: беседа, анкетирование, тестирование, самонаблюдение; методы обработки и интерпретации результатов: контент-анализ, комплексный сравнительный анализ, качественные, количественные и статистические методы обработки экспериментального материала, графические методы представления полученных данных.

Основные положения работы, доказываемые автором:

1. Психологическая культура в контексте социальной психологии предстает как регулятор социальных взаимоотношений между людьми и как социально значимая духовно-нравственная характеристика человека современного общества. Она является одним из центральных факторов преобразования человека в субъекта саморазвития. Психологическая культура возникает в процессе взаимодействия людей и определяет его, придавая ему качество гуманистически и экологически ориентированных отношений.

2. Концепция психологической культуры содержит разработку проблем сущности культуры, ее гуманистической направленности, сущности психологической культуры человека, ее духовно-нравственной и психотехнической направленности, закономерностей ее становления. В концепции определяется совокупность теоретико-методологических подходов к построению и управлению процессом становления психологической культуры человека, система принципов, условий и методов ее формирования в процессе профессионального и дополнительного образования.

3. Согласно разработанной нами концептуальной модели, психологическая культура есть системно организованное психическое образование человека, структура которого представлена единством когнитивного, эмоционально-оценочного, процессуально-деятельностного и ценностно-смыслового (системообразующего) компонентов, определяющих взаимодействие человека с собой и окружающим миром. Внутри этой структуры существуют сложные вариативные и инвариантные связи, определяющие такие функции психологической культуры, как познавательная, экологическая, регулятивная, преобразовательная и порождающая.

4. Основным критерием и показателем развития психологической культуры является ценностное гуманистически и экологически ориентированное отношение человека к себе, другим людям, природе и культурному наследию своего этноса и других народов.

5. В генезисе психологической культуры выделяются три качественно своеобразных уровня ее развития: психологическая грамотность, аутопсихологическая компетентность и социально-психологическая зрелость; четыре этапа развития: спонтанное усвоение форм, содержания и способов реализации психологической культуры, рефлекслируемая интериоризация, целенаправленная работа над собой и экстериоризация психологической культуры.

6. Повышение уровня психологической культуры позволяет человеку становиться субъектом самопреобразования, т.е. осуществлять целенаправленное изменение эмоциональных состояний, психических процессов, состояний сознания, включая поведенческие акты. Психологическая культура дает человеку возможность снимать внутренние противоречия, находить конструктивные способы воздействия на себя и взаимодействия с окружающим миром, отвечать на вызовы современной действительности, сохраняя свою психологическую индивидуальность.

7. Целенаправленное становление психологической культуры человека достигается разработкой и выбором методов, отражающих единство гносеологических, онтологических и трансцендентальных оснований проявления социальной активности субъекта. Трансцендентальное основание, выраженное в принципе «единство всех форм мира», позволяет воспроизводить в системе социальных отношений духовно-нравственные переживания и трансформировать их в процесс воздействия человека на свой внутренний мир и взаимодействия с внешним миром.

8. Становление психологической культуры личности происходит успешно, если создается социальная ситуация, обеспечивающая условия прохождения человеком циклов, сопровождающихся стадиями развития психических состояний от их зарождения до превращения в новообразование, порождающее новый цикл в общем процессе присвоения человеком содержания психологической культуры, способов ее реализации.

9. Эффективность процесса целенаправленного формирования психологической культуры происходит успешно в том случае, если интегративная психотехнология способствует становлению всех ее структурных компонентов и создает в образовательной среде условия:

- для проживания и осознания человеком своего единства с окружающим миром, осознания самого себя, своего природного, социального и духовного начала, возможностей своей психики, рассогласования между заданным внешним и внутренним состояниями;
- для обращения к метаценностям в процессе коммуникации;
- для осознания психических механизмов и способов воздействия на себя в целях произвольной регуляции эмоциональных состояний, психических процессов и состояний сознания, включая поведенческие акты;
- для полноценного прохождения человеком каждого из этапов становления психологической культуры.

Основное содержание работы

В теоретической части работы представлено описание проблемы исследования психологической культуры в контексте социальной психологии, состояния социальной среды как фактора актуализации психологической культуры, анализируются методологические, психологические и методические трудности решения задач изучения становления психологической культуры.

Обзор современной литературы, посвященной проблеме исследования, показал, что, несмотря на большое количество работ, она еще далека от своего разрешения. Определение проблемного поля позволило выявить тенденции развития социально-психологических исследований, основные социальные противоречия, определившие значение и актуальность темы становления психологической культуры для социально-психологической науки и практики, трудности ее исследования.

Отношения между людьми характеризуются большим многообразием. Это этническая, семейная, образовательная, информационная, духовная и другие сферы социальной жизни. Все они в последнее время подвергались изменениям, которые не могли не сказаться на психическом состоянии людей, их поведении, отношении к окружающему миру. Поэтому новые социальные проблемы поставили перед психологической наукой и новые задачи, которые обращают исследователя к духовно-нравственной сфере психики человека. Современные тенденции определения предмета отечественной социальной психологии связаны с новой формирующейся парадигмой психологической науки, которая заключается в признании духовной и душевной субстанции человека. Многие авторы указывают, что промедление с исследованиями духовно-нравственной составляющей в социальной психологии грозит обернуться кризисом культуры и духовно-нравственной деформацией общества и личности (Б.Д. Парыгин, П.Н. Шихирев и др.). В то же время подчеркивается возможность расширения «тематических комплексов» социальной психологии, определяющих основные тенденции ее развития (В.В. Новиков). Таким «тематическим комплексом» может стать психологическая культура человека как культура его психической деятельности, обуславливающая нравственное, духовное, социальное, профессиональное и личностное развитие.

Значение психологической культуры в контексте социальной психологии связано с решением задач продуктивного, бесконфликтного взаимодействия людей, что требует от человека толерантности, взаимопонимания, гуманности, ответственности, способности гибкого и эффективного трансформирования представлений о себе, умений изменяться в соответствии с требованиями профессиональной, социальной реальности. Психологическая культура обуславливает эти качества, выступает для человека в роли особого психологического механизма восприятия и овладения способами воздействия на себя в соответствии с требованиями социокультурной

среды. Это дает основание определить данный феномен как неотъемлемую черту человека современного общества.

В.Н. Мясищев подчеркивал, что система общественных отношений, в которую оказывается вовлеченным каждый человек, формирует его субъективное отношение ко всем сторонам жизни. Эта система отношений становится его специфической личностной характеристикой. Психологическая культура человека и соответствующие личностные образования развиваются настолько, насколько общество культивирует их, насколько оно нуждается в данных качествах индивида и насколько у индивидов выработано к ним позитивное отношение. Изучение психологической культуры в контексте социальной психологии должно строиться на базе анализа выявленных социальных проблем, актуализирующих необходимость решения задач развития психологической культуры.

Анализ исследований современного социума позволил выделить его основные проблемы: необходимость сохранения этнических оснований развития российского общества (М.П. Мчедлов, А. Ровнер, Г.Я. Узилевский, А.Г. Шустров), сохранения физического, психического и духовного здоровья граждан страны, повышения их духовно-нравственного потенциала (Л.Н. Арсеньев, О.И. Жданов, Л.Г. Дикая, Л.Ф. Франц и др.) и сохранения экологического равновесия (Л.Н.Гумилев, Н.А. Лымарь, В.И. Панов, Л. Уайт, В.А.Ясвин).

Выявлено, что уровень интенсивности социального запроса к развитию психологической культуры прямо пропорционален:

- уровню культурного развития и усложнения отраслей производства;
- интенсивности и скорости социальных и экономических перемен;
- росту стрессогенных факторов в межличностном взаимодействии в разных социальных группах и между общностями людей;
- развитию экологического кризиса и интенсивности техногенных факторов, разрушительно действующих на здоровье людей;
- разрушению этнических и духовных оснований жизнедеятельности человека, ведущих к внутреннему рассогласованию, потере смыслообразующей основы жизни.

Стремительные социальные перемены выразились в усилении рационализма, эгоцентризма, индивидуализма людей (Э. Геллнер). В то же

время новая социальная реальность акцентировала в человеке и такие качества, как субъектность в самоопределении, предприимчивость. Однако все это не добавило в социальные отношения истинно человеческого и даже негативно повлияло на характерную самобытность менталитета русского человека, под которым всегда понималось его добротолюбие, пассионарность, открытость, доверчивость, соборность (коллективизм), духовность, нравственные искания справедливости, желание не поступиться принципами и др. (Л.Н. Гумилев, А.Ф. Корнилов, Н.М. Лебедева). «Американизация» российского общества не проходит мимо отечественной культуры, опредмеченной во внешнем облике социокультурной и информационной среды, что еще больше отодвигает современного русского человека от коренной этнической культуры, упрощая и рационализируя его язык и мировидение. В связи с разными стрессогенными факторами значительная масса людей испытывает фрустрационные состояния, ведущие к потере терпения и надежды, утрате контроля со стороны воли, упрощению картины мира (А.В. Четвериков).

Накопленный психологической наукой опыт убеждает, что разрешение многих социальных проблем возможно при изменении самого человека, его внутреннего мира, что, по словам А.С. Арсеньева, соответствует изменению его взаимоотношений с окружающим миром. Такое изменение требует от человека способности становиться и быть субъектом своей активности, направленной на самопреобразование, которая во многих исследованиях рассматривается как проявление психологической культуры человека (Т.Ф. Ковалевич, Л.С. Колмогорова, Н.И. Лифинцева, О.В. Пузикова и др.). Способность человека быть субъектом психологической культуры включает его психофизическое здоровье (Л.Г. Дикая, О.И. Жданов, А.С. Гусева, В.В. Лешин, А.О. Прохоров), успех социально-профессиональной адаптации (Н.С. Глуханюк, А.А. Деркач, Н.В. Кузьмина, Е.В. Селезнева, Л.А. Степнова), сохранение этнических особенностей жизнедеятельности людей (Л.Н. Гумилев, А.А. Деркач, Д. Мацумото), изменение экологического сознания (А.В. Гагарин, С.Д. Дерябо, В.И. Панов, В.А. Ясвин). Возможность изменения сознания человека через включение механизма повышения психологической культуры ставит данную проблему в число значимых проблем социально-психологических исследований.

В результате анализа были выявлены противоречия между объективной необходимостью повышения психологической культуры населения

страны и отсутствием достаточных научных, теоретически обоснованных представлений о данном феномене, особенностях его становления и практических возможностях.

Практика показала, что массовое повышение психологической культуры не может быть осуществлено одними локальными мерами (подготовкой психологов, введением психологических служб, изменением взаимоотношений субъектов образовательного пространства и др.).

Не решает общей проблемы и фрагментарное воспроизведение психологической культуры. Там, где опора делается не на культуру взаимоотношений, а только на развитие психологических знаний и умений саморегуляции, она способна принимать уродливые формы. Есть опасение, что в руках человека бездушного, бесчувственного, негуманного, доминантного, эгоистичного высокий уровень психологической подготовки может стать средством манипулирования другими людьми, способом достижения эгоистических целей. В этом заключена одна из теоретико-методологических трудностей восприятия и толкования феномена психологической культуры и соответственно определения стратегий ее становления.

Проблема нравов людей современного российского общества – это особая социальная проблема, связанная не столько с соблюдением установленных в обществе норм взаимодействия между людьми, сколько с готовностью личности в любых ситуациях к нравственному акту, который в своем «первофеномене» имеет духовное происхождение (Н.А. Бердяев). Повышение психологической культуры человека – это повышение «человечности в отношениях и взаимодействии людей» (В.В. Семикин), что неразрывно связано с решением задач формирования гуманистического мировоззрения, восхождения к новой парадигме экологического и социального мышления. Как социально значимая характеристика человека, отражающая его духовно-нравственное развитие, психологическая культура становится регулятором взаимоотношений между людьми. В этом заключен основной смысл обращения к психологической культуре как объекту социально-психологического исследования.

Психологическая культура человека развивается в разных формах взаимодействия людей, большую роль играет социализация, профессионализация личности. Однако активное становление психологической культуры возможно тогда, когда человек начинает осознавать, что отсутствие психологической культуры – это ограниченный и даже рискованный спо-

соб жизнедеятельности, и не только отдельного человека, но и социума в целом.

Спонтанное, нерегулируемое усвоение психологических знаний и умений сегодня видится неоправданным и даже опасным. С одной стороны, это может привести человека к регенерации качества зависимости (социально опасные секты, псевдодуховные сообщества – яркие прообразы социальных групп, формирующих зависимую личность). С другой стороны, владея психологическими методами взаимодействия людей без духовно-нравственной основы, можно поставить под угрозу не только межличностные, межэтнические отношения, но и любой социальный строй. Поэтому следует различать психотехнические умения как способность к саморегуляции и управлению другими людьми и психологическую культуру как интегративное качество личности, обеспечивающее позитивное развитие человека и решение стратегических задач общества.

Методологические трудности исследования психологической культуры в социально-психологической науке обусловлены имеющимся разнообразием подходов к исследованию психического, многообразием направлений, школ, концепций становления психических функций, методологической и инструментальной непроработанностью развития духовно-нравственной сферы человека. Феномен «психологическая культура» требует междисциплинарного, системного подхода к его изучению, что порождает необходимость многоаспектного анализа и оценки разных исследовательских подходов к определению понятия культуры и ее психологического содержания.

Трудности становления психологической культуры заключаются в эволюционной особенности развития психики человека. Сознание человека возникает во внешней предметной деятельности (Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн и др.). А.В. Петровский писал, что человек представляет себя в другом, т.е. переводит восприятие себя во внешний план. Поэтому способы внутренней работы если и формируются, то только относительно и посредством внешнепредметного плана. В таком случае они плохо фиксируются и осознаются человеком. Эта трудность в самовосприятии и самопознании обусловлена ходом филогенеза человека и способа его мышления (А.В. Карпов, А.И. Миракян, В.И. Панов).

Возможно, этим объясняется и факт проявления психологического бескультурья, отсутствие запроса общества на освоение человеком способов внутренней работы, лежащей в основе развития психологической культуры, а у самого человека – осознанной необходимости в ее обогащении. Как правило, в бытийном сознании людей здоровье человека, его успешность в профессиональной деятельности, самореализации, во взаимоотношениях с людьми не связываются с повышением уровня психологической культуры. Отсутствие потребности в самопознании и работы над собой не приводит к формированию человека как субъекта деятельности по самопреобразованию, в таком случае его развитие становится косвенным продуктом внешней деятельности. Согласно наблюдениям, осознанная потребность в самоизменении чаще появляется у людей, имеющих проблемы со здоровьем, профессиональной самореализацией, взаимоотношениями с другими людьми. В то же время во всем мире наблюдается тенденция усиления внимания человека к своему внутреннему миру, к работе своего сознания (И.М. Городецкая, М.Г. Рогов и др.).

Психологическая культура – это самостоятельный культурный пласт знаний разного уровня и порядка, включающий методы самопознания и воздействия человека на самого себя в целях самоизменения. Следует признать, что во всех науках, касающихся развития человека, и психологии в том числе, за исключением психотерапии, недостаточно разработаны методы, позволяющие формировать восприятие, понимание себя, отношение к себе как таковому. Значит, для исследования целенаправленного становления психологической культуры требуется не просто подбор методов, а конструирование особого эмпирического дизайна, определенной логики анализа, разработки и выбора методов.

Теоретическое исследование психологической культуры включало ретроспективный анализ сущности культуры и человека в работах отечественных и зарубежных исследователей в области философского, антропологического, культурологического и психолого-педагогического знания (К.А. Абульханова-Славская, А.С. Арсеньев, Н.А. Бердяев, Л.А. Зеленев, Э.В. Ильенков, М.С. Каган, И. Кант, А.Ф. Лосев, Ф.И. Минюшев, Ф.Т. Михайлов, Д. Мацумото, А.А. Оганов, В.И. Панов, В.М. Розин и др.).

Результатом исторического анализа стали выявление смысловых характеристик понятия «культура» и рассмотрение их генезиса в системе общечеловеческого знания. Развитие понятия происходило от простого

(«отработанное», «возделанное», «искусственное») – к более сложному и многогранному (духовная жизнь общества, достижения науки и искусства, совокупность норм деятельности и поведения и др.); от житейского представления – к научному; от общефилософского осмысления понятия «культура» – к осмыслению его в прикладных науках; от «созерцательного» подхода в исследованиях – к экспериментальному. Термин «культура» указывает на бесконечный процесс взаимодействия человека и социокультурной среды, который является условием существования самой культуры. Одновременно это и непрерывный процесс воспитания, развития, совершенствования, что в равной степени относится к активности человека в процессе его развития.

Анализ дефиниций культуры в разных подходах показал противоречивость определений культуры как социального явления и явления психики человека. Это противоречие разрешается, если в центр анализа понятия «культура» поставить человека. Тогда культуру можно определить как совокупность позитивно значимых явлений общества, функциональных ценностей, детерминирующих гуманистически и экологически ориентированную деятельность и взаимодействие людей в разных системах социальных отношений, что характерно для социально зрелых личностей.

Культура едина, хотя и имеет две стороны проявления: духовную и материальную, внешнюю и внутреннюю. Их нельзя противопоставлять и важно рассматривать во взаимодействии. Любой продукт деятельности общества, как и конкретный человек, может быть подвергнут оценке с позиции культуры, т.е. позитивного влияния на людей и их взаимоотношения с окружающим миром. Психологической культуре можно противопоставить не только психологическое бескультурье, но и психологическую антикультуру, которая сопровождается отсутствием нравственных установок на взаимоотношения и взаимодействия людей в обществе, но может быть представлена достаточными психологическими знаниями и умениями человека, высоким уровнем саморегуляции.

Единство человека и окружающего мира как основной принцип становления психики человека, наиболее ярко отраженный в трудах зарубежных мыслителей (Г.В.Ф. Гегель, Г. Спенсер и др.) и многих наших соотечественников (А.С. Арсеньев, Ф.Т. Михайлов, В.Н. Мясищев и др.), является методологическим основанием исследования проблемы становления психологической культуры.

В основу выделения способов отношений человека с миром положен анализ взаимодействия в системе «человек – окружающая среда». Миры, с которыми он взаимодействует, представлены сферами: «мир людей», «рукотворный мир» (мир культурного наследия), «мир природы» и «мир сущностного Я». Выделенные сферы играют роль внешних факторов (средовых условий) становления психологической культуры, и каждый из них в общем процессе ее развития выполняет свою функцию. Отсутствие возможности проживания психологического содержания в процессе взаимодействия человека с какой-либо из сфер может привести к нарушению целостности системы, а значит, только к фрагментарному воспроизведению человеком психологической культуры. В то же время особая роль в этой системе отношений отводится другому человеку, психологическим и социально-психологическим отношениям (Г.М. Андреева, В.Н. Мясищев, С.Л. Рубинштейн).

Важнейшим продуктом взаимодействия человека с другими людьми является его опыт (В.Н. Мясищев), в том числе и метакогнитивный (А.В. Карпов, И.М. Скитяева). В опыте запечатлено отношение человека к себе, другим людям и окружающей действительности, в том числе к деятельности, что в определенной степени характеризует психологическую культуру человека. Психологические отношения как система избирательных связей субъекта с окружающей действительностью (В.Н. Мясищев) связаны с проблемой выбора человека, с его ответственностью как сознательной, активной, социально оправданной деятельностью (В.В. Томашов).

Психологические механизмы взаимодействия человека с социальной средой раскрываются в разных направлениях социальной психологии (Г.М. Андреева, В.М. Бехтерев, А.А. Бодалев, В.В. Новиков, Б.Д. Парыгин, Ю.П. Платонов, П.А. Сорокин, А.А. Ухтомский и др.), психологии субъектности (К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, А.В. Брушлинский, В.А. Петровский, Д.А. Леонтьев, В.И. Панов и др.), психологии метакогнитивных процессов личности (А.В. Карпов, И.М. Скитяева и др.). Социальная обусловленность развития психики человека, уходящая корнями в глубокую древность (Аристотель, Гераклит, Платон), является основополагающей в социальной психологии и продолжает интерпретироваться в разных учениях современной психологической науки (учения о доминанте А.А. Ухтомского, о социальных инстинктах У. Мак-Дауголла, о психологических механизмах подражания Г. Тарда, теория установки

Д.Н. Узнадзе, социальная рефлексология В.М. Бехтерева, психология народных масс В.В. Вундта, М. Лацаруса, Г. Штенталя, психология социальных предрассудков, кросскультурная психология Д. Мацумото). Исторический анализ исследований социальной обусловленности психики человека широко представлен в работах В.В. Новикова. Данные теоретические положения подчеркивают социальную сущность психологической культуры, ее социальную предопределенность, биосоциальную природу, детерминированность социальными отношениями.

Психологическая культура предполагает высокий уровень осознанности человеком своей биосоциальной обусловленности, что позволяет преодолевать многие негативные социальные установки, идущие вразрез со «здравым смыслом» (В.В. Новиков), руководствоваться общепринятыми нравственными ценностями, олицетворенными в образе тех людей, жизнь и деятельность которых признается объективным примером высокой нравственности и духовности. В этом случае человек становится субъектом психологической культуры, т.е. своей психической деятельности, в том числе и деятельности по самопреобразованию. В этом заключена особая функция психологической культуры по отношению к другим видам культуры человека, она «одухотворяет» их, находит в них свое воплощение, придает смысл и целенаправленность деятельности. Человек осознает и сохраняет в них свою целостность и единство, определяет границы своей субъектной активности, руководствуясь нравственными, экологическими принципами общежития.

В трудах И. Канта, В. Вундта, К. Маркса, а также наших современников А.С. Арсентьева, Л.А. Зеленова, Ф.Т. Михайлова, А.Г. Спиркина и др. рассматривается понятие родовой сущности человека. Опираясь на труды К. Маркса, Л.А. Зеленов определяет родовую сущность человека как систему трех сущностных сил: потребностей, способностей, порождающих третью силу – деятельность, которые лежат в основе определения родовых качеств человека (общение, речь, сознание, деятельность). Обращение к родовой сущности человека явилось одним из методологических оснований рассмотрения психологической культуры как культуры психической деятельности, которая детерминирует сущностные силы человека, придает им культурно обусловленный характер, а в родовых качествах находит свое воплощение и получает развитие. В этом проявляется особая роль

психологической культуры в общекультурном развитии человека и общества в целом.

Человек как природное существо обладает способностью к актуализации своих природных способностей (В.И. Панов). Становление психологической культуры предполагает обращение к природной основе индивида. Человек – субъект своих природных возможностей, а роль психологической культуры заключается в создании внутренних условий для их оптимального раскрытия. Проявление себя как субъекта деятельности требует предварительной социализации, «вживания» в социальную среду (В.И. Новиков). Это значимое условие развития психологической культуры личности, с одной стороны, как продукта социализации человека в обществе, а с другой – как целенаправленной деятельности субъекта.

На значение раскрытия природных резервных способностей человека особое внимание обращается в работах многих авторов, с ними связывается и духовно-нравственный потенциал человека (Л.П. Гримак, Б.Д. Парыгин, Г. Селье, Р. Штайнер и др.). Предпосылки их раскрытия Б.Д. Парыгин видит в культуре психической саморегуляции личности, где особую роль следует отвести рефлексии, позволяющей человеку «выходить за пределы» системы психических процессов в целях их осознания и произвольного управления ими (А.В. Карпов). Исследование проблемы резервных возможностей психики человека в контексте социальной психологии позволило задуматься о необходимости соблюдения принципа достаточности и необходимости при определении границ развития психотехнического компонента психологической культуры, которые не должны выходить за рамки уровня духовно-нравственного развития человека.

Обращение к человеку как духовному существу – это обращение не только к его духовным силам, волевым качествам, «духовным способностям» как способностям становиться субъектом саморазвития (В.Д. Шадриков), но и к душевным качествам как мере «человеческого в человеке». Это способность человека не только к диалогу, но и к «триалогу», где «третий» всегда сопряжен с приближением человека к источнику истины, справедливости, олицетворенных в их носителях. Источниками истины может выступать сама человеческая природа, Высший разум, Бог, совесть, человек как образец высокой нравственности и духовности и другие высшие ценности. Это то, что позволяет человеку трансцендировать (И. Кант), выходить за пределы системы отношений, обусловленной внешней пред-

метной деятельностью, ограниченной парадигмой «Я, Он, Они», и приходиться к парадигме «Мы» (К.А. Абульханова-Славская). Для таких взаимоотношений всегда характерны гуманизм и экологичность (чистота помыслов и действий). Духовность определена системой смысложизненных ценностей, олицетворенных в идеалах высокой нравственности человека. Нравственность не сводится к институционально заданным установкам конкретной социальной группы, а определена социально-психологической зрелостью индивида, его субъектностью, готовностью к гуманистическому и экологичному характеру взаимодействия с окружающим миром.

Под гуманистическим характером отношений понимается ценностное, субъект-субъектное взаимодействие (Б.С. Братусь, Э. Шостром), основанное на эмпатии, стремлении к взаимопониманию. Сопутствующими личностными качествами могут выступать добросердечность, доброжелательность, эмпатия, отсутствие агрессивности, доминантности, эгоистичности во взаимоотношениях с людьми (В.В. Семикин). Под экологичными взаимоотношениями мы понимаем чистоту помыслов, действий, формирующих пространство взаимоотношений. В основе их лежит «чувство долга» (И. Кант), ответственность как «внутренний контроль и побудитель сознательно выбираемых действий» (В.В. Томашов), порядочность, открытость отношений, основанных на равноправии, принципиальности, чувстве справедливости, «природного добра» (неприятя жизни за счет других).

Теоретический анализ подходов к исследованию культуры и ее психологических составляющих позволил выявить значимость каждого из них в определении основных характеристик психологической культуры и проектировании ее целенаправленного становления. Рассмотренные подходы (аксиологический, процессуально-деятельностный, функциональный, культурологический, субъектно-личностный, системно-синергетический) позволили концептуализировать представления о психологической культуре и явились теоретическим основанием моделирования процесса ее становления.

Для современной психологической науки характерны тенденции к использованию системно-синергетического подхода при исследовании явлений психики, который ориентирует на понимание и культуры, и человека как открытых, динамических и самоорганизующихся систем. Самоорганизация выступает ведущим принципом их развития, позволяющим преодолевать разного рода детерминации. Б.Ф. Ломов неоднократно подчер-

кивал, что для сложных психических явлений характерны многомерность, нелинейность связей, иерархичность состояний. С позиции системно-синергетического подхода психологическая культура человека воспринимается как сложноорганизованная, обладающая внутренними и внешними вариативными и инвариантными связями, саморазвивающаяся система. Поэтому способы воздействия на человека в целях становления его психологической культуры должны быть ориентированы на механизмы самоорганизации, саморегуляции, обеспечивающие человеку свободу выбора и самоопределения. Выявление сущности системно-синергетического подхода открыло возможности для его применения в построении социально-психологической модели психологической культуры и в определении ряда теоретических концептуальных положений нашего исследования.

Таким образом, выделены такие критерии культуры, как гуманистический и экологичный характер ценностей и смыслов. Определены признаки системности – ее многофункциональность и многозначность. Выявлены внешние и внутренние взаимосвязи (единство внешнего и внутреннего, материального и духовного, социального и индивидуального, объективного и субъективного).

Теоретически обосновано, что психологическая культура играет роль внутренней силы, одухотворяющей, запускающей и определяющей развитие человека, которая проявляется в спонтанно и целенаправленно усвоенных способах преобразования человеком своей психической деятельности, а также выступает условием осуществления качественного взаимодействия человека с внешним миром.

Согласно системному подходу, психологическая культура является сложным полисистемным образованием, включенным в системы более широкого порядка, такие как «культура», «человек», «окружающий мир». Выявлена системообразующая взаимосвязь культуры и психологической культуры как единой системы смыслов, ценностей, определяющих духовно-нравственный потенциал человека, гуманистический и экологичный характер его взаимоотношений с миром. Психологическая культура проявляется на индивидуальном, личностном и субъектном уровнях психики человека. В основе развития психологической культуры лежит принцип субъектной активности человека.

Базовыми теоретико-методологическими основаниями построения концепции психологической культуры стали положения о человеке как социальном, природном и духовном существе, о родовой сущности человека, о культуре как внешней социокультурной среде, о культуре человека как личностном образовании, определяющем типы отношений с окружающим миром, о психологической культуре как культуре психической деятельности, позволяющей соединять внешнюю и внутреннюю составляющие культуры.

Основными задачами анализа состояния теоретических и прикладных исследований феномена психологической культуры были вычленение той реальности, которая описывается понятием «психологическая культура человека» в психологии XIX–XX вв., обобщение и систематизация содержания психологической культуры в работах отечественных исследователей, выделение основных концептуальных положений о сущности психологической культуры и разработка ее модели.

В отечественной науке нет единства в определении понятия «психологическая культура», ее структурных составляющих и связанных с ними характеристик.

Уже в работах соотечественников прошлых столетий рассматривались вопросы содержания психологических знаний и умений, их соответствие требованиям нравственного, этического компонентов культуры. Привлекалось внимание к той стороне сущности человека, которая позволяла ему оказывать влияние на самого себя, проявлять культуру по отношению к своей психике, выстраивать в себе человека культурного. В 20-е гг. XIX в. в творческом наследии декабристов личность трактуется как наделенная способностью к «самопознанию», «самовыражению своей сущности» (Н.А. Крюков). И.Д. Якушкин обращал внимание на отношение человека к окружающему миру. В.Ф. Одоевский в первой половине XIX в. писал о значимости отношения человека к самому себе. К.Д. Ушинский в способности к самосознанию и самооценке усматривал социально-психологический аспект самосознания, который проявляется в его нравственной определенности. В 60-е гг. XIX в. Н.А. Добролюбов, осмысливая личность в условиях непрерывного изменения общества, подчеркивал ее «активную самодеятельность», единство духовного и физического развития. Д.И. Писарев, Н.В. Шелгунов и др. трактовали личность как наделенную самосознанием, видели в ней субъекта своего развития. В конце

XIX в. поднимается вопрос о роли психологических знаний и умений. Согласно Н.Я. Гроту (1890), психологические знания дают человеку ключ к «полному самопознанию и самообладанию», помогают познать законы творчества, постигнуть способы воздействия человека на других, приемы и условия культуры подчинения людей общественной дисциплине.

В советские годы к проблеме сознания и самосознания личности обращались К.А. Абульханова-Славская, Б.Ю. Берзин, Т.Б. Карцева, И.С. Кон, Н.А. Логинова, Е.А. Родионова, С.Л. Рубинштейн, В.В. Столин и др. На основании проведенного анализа в нашем исследовании были выделены качественные характеристики психологической культуры человека, вскрывающие его отношение к себе и окружающему миру. Психологическая культура как любая психическая функция проявляется в сознании человека, закрепляясь в индивидуальных особенностях его структурных компонентов. Она антиципирует деятельность, поведение и поступки человека и может проявляться как выбор между различными способами поведения, например нравственным и безнравственным (С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин). В качестве сфер самосознания, определяющих целостность восприятия и воздействий человека на свою психическую организацию, мы выделили телесную, эмоциональную, интеллектуальную, личностную и духовно-нравственную сферы, опыт работы с которыми описывается в психологии экологического сознания (В.И. Панов). Механизм развития функций психологической культуры в контексте данных исследований представлял собой поэтапный процесс: от знаний о себе и формирования образа Я к отношению и оценке себя, затем – к самоорганизации, самореализации через сформированные регулятивные возможности индивида.

Результаты теоретического исследования позволили сделать вывод, что психологическая культура представляет собой образование, определяющее качество психической деятельности человека в процессе становления его как субъекта саморазвития, которая согласуется с природными и духовно-нравственными основаниями взаимодействия с окружающим миром.

Исследования возможностей саморегуляции человека в разных сферах психической жизни (Л.Г. Дикая, О.А. Конопкин, Н.Ф. Талызина, А.О. Прохоров и др.) подвели к необходимости выделения самоорганизации в структуре психологической культуры и позволили разработать стратегии ее развития. Данное направление определило значимость осознания

человеком ценности собственной жизни, самооценности других и окружающей среды, а также позволило понять роль духовной и интеллектуальной работы в процессе самосовершенствования (Б.С. Братусь, А.Ф. Корнилов, Ю.М. Орлов и др.), роль рефлексии в саморегуляции и других метакогнитивных процессах (В.В. Карпов, И.М. Скитяева), значение психологических знаний и умений, способствующих здоровьесбережению и преодолению сложных жизненных и профессиональных проблем (О.И. Жданов, И.Х. Мирзиев, А.О. Прохоров, М. Папуш и др.). Проблема субъектной активности, возможностей человека управлять своей активностью, проявляющихся в способности к самостоятельности, саморегуляции и самоорганизации, остается в науке дискуссионной (К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский). Однако данная область научных исследований способствовала определению функций психологической культуры, ее роли в саморегуляции функциональных состояний, поведенческих актов, а также позволила определить систему методов позитивного воздействия человека на себя. К таким методам мы отнесли аутотренинг, релаксацию, психорегулирующую тренировку, медитацию, социальные, психокоррекционные, интенсивные интегративные психотехники и др. (В.В. Козлов, А.С. Огнев, Ю.В. Пахомов, А.Э. Тамбиев, И.Шульц, Н.В. Цзен, R. Davidson, D.J. Diamond, D. Goleman и др.).

Не менее значимыми в исследовании психологической культуры явились теоретические концепции разных видов компетентности (психологической, аутопсихологической, коммуникативной, социальной). Одно из первых обращений к феномену психологической культуры, не считая профессиональной деятельности практических психологов, прозвучало в исследовании коммуникативной компетентности А.А. Бодалева. Построению нашей концепции психологической культуры способствовали работы в области психологической и аутопсихологической компетентности (Н.С. Глуханюк, А.С. Гусева, Н.В. Кузьмина, А.К. Маркова, Г.И. Метельский, Л.А. Степнова, Н.В. Яковлева и др.), акмеологической культуры (Н.Т. Селезнева). Эти исследования, объединенные идеей направленности человека на самопреобразование, позволили определить базовые уровневые характеристики успешности становления психологической культуры человека.

Положение о том, что человек является субъектом своего развития, в частности своей психологической культуры, определило вектор поиска структурных интегративных личностных новообразований, детермини-

рующих высокий уровень саморегуляции в разных сферах самосознания человека и на разных уровнях его психической жизни (психофизическом, личностном, социальном, духовном). В качестве такого новообразования мы выделили аутопсихологическую компетентность.

Психологическая культура в контексте компетентностного подхода может быть представлена сложноорганизованным комплексом интер- и интрапсихических действий, создающим оптимальные внутренние условия для проявления человеком своей субъектности в саморегуляции на основе психологических знаний и умений. Механизмы такой саморегуляции должны быть доступны самоконтролю и неподвластны манипулированию.

В последнее десятилетие проблема психологической культуры привлекает особое внимание и теоретиков, и практиков, появляются прикладные исследования в области психологической культуры. Современный уровень представлений о данном феномене позволяет решать целый ряд задач, ориентированных на практику воспитания подрастающего поколения, повышения уровня педагогического взаимодействия (Л.С. Колмогорова, В.В. Семикин и др.), профессиональной успешности (Н.И. Лифинцева, Ф.Ш. Мухаметзянова, Н.Т. Селезнева) и др. Однако анализ работ показал недостаточный уровень изученности психологической культуры в отечественной социальной психологии.

Психологическая культура в основном исследовалась применительно к конкретной профессиональной деятельности. Сегодня сложно говорить о наличии достаточных системных исследований психологической культуры, исключение составляют работы В.В. Семикина и Л.С. Колмогоровой. В.В. Семикин использовал системный подход применительно к проявлению психологической культуры в педагогическом взаимодействии. В качестве средств развития психологической культуры автор рассматривал непрерывное психологическое образование и предлагал системную психологическую подготовку. Л.С. Колмогорова использовала системный подход к изучению психологической культуры применительно к взаимоотношениям «ученик–учитель».

При несомненном вкладе в науку и практику представленные в данных исследованиях модели становления психологической культуры в системе образования имеют ряд ограничений, не позволяющих использовать их в широкой социальной практике. Во-первых, ограниченность системой отношений «ученик–учитель», по нашему мнению, способствует эпизоди-

ческому воспроизведению функций и содержания психологической культуры, следствием которого является фрагментарность их проявления в условиях окружающей среды. Во-вторых, традиционная модель образовательной системы, каким бы содержанием она ни была наделена, не решает во всем объеме проблему воспроизводства нравственного компонента психологической культуры (С.Д. Дерябо, В.А. Ясвин). Мы считаем, что модель психологической культуры должна содержать те компоненты, которые позволят осуществлять ее становление в любых средовых условиях взаимодействия человека с окружающим миром и в любых формах, как спонтанных, так и произвольных (развитие, саморазвитие, становление, формирование).

Наша исследовательская позиция заключается в том, что мы обращаемся к разным системам взаимоотношений людей, поскольку становление психологической культуры возможно только при условии деятельности и взаимодействия человека с разными сферами социокультурной среды и природной действительности. При построении нашей теоретической модели психологической культуры мы учитывали, что психологическая культура проявляется в разных аспектах человеческой психики – индивидуальном, личностном и субъектном, имеет разные уровни развития по качественным и количественным показателям.

В качестве значимых составляющих ее содержания мы выделили:

- активное отношение человека к своему внутреннему миру в целях его познания и преобразования, интерес к психологической осведомленности, к использованию рефлексивных механизмов самоуправления;
- обращенность в процессе становления психологической культуры к преобразовательным, регулятивным и другим функциям психики, определяющим мотивационную основу субъекта самопреобразования и культуротворческой деятельности;
- ориентацию на смыслообразующие жизненные ценности, метаценности, обращение к духовно-нравственной сфере человека, его «человечности» в процессе взаимоотношений с миром.

Изменения психологической культуры могут происходить в контексте как спонтанного, так и произвольного (в результате специально организованного формирующего воздействия) процесса становления.

Основное содержание нашей социально-психологической концепции психологической культуры представлено в следующих положениях.

Психологическая культура является полисистемным образованием. Развитие психологической культуры подчиняется законам существования и развития сложных систем.

Психологическая культура человека – это социально-психологический феномен, который проявляется в разных сферах взаимодействия человека с социокультурной и природной средой, включая природу самого себя.

Психологическая культура представляет собой совокупность культурно-исторических способов человеческой деятельности по восприятию и произвольной регуляции человеком переживаемых им эмоциональных состояний, психических процессов и состояний сознания, включая поведенческие акты, имеющих характер гуманистически и экологически ориентированного отношения человека к окружающему миру и самому себе.

Психологическая культура имеет два плана проявления: внешний (объективный), представленный разными сферами отношений, – социокультурная среда, во взаимодействии с которой человек обретает психологическую культуру, и внутренний (субъективный), представленный индивидуально-личностными особенностями человека.

Специфика психологической культуры человека предполагает:

- высокий уровень духовно-нравственного развития и самореализации личности, ее социально-психологическую зрелость;
- высокий уровень развития самосознания и саморегуляции;
- особую чувствительность человека к окружающему и самому себе, эмпатию, чувство долга и ответственности;
- гармонию между рациональным и чувственным, личностным и общественным, между психологическими знаниями, умениями и уровнем нравственно-духовного развития;
- способность быть субъектом психологической культуры, субъектом своего развития.

В нашей модели согласно системному подходу психологическая культура представлена функциями и структурой с определенным составом компонентов.

К основным функциям психологической культуры мы отнесли когнитивную, регулятивную, преобразовательную (творческую) и порождаю-

щую, а также функцию построения экологических отношений (экологическая функция).

В структуру психологической культуры входят следующие компоненты:

- ценностно-смысловой (системообразующий), включающий мотивы поведения, деятельности и определяемый системой ценностей человека, в том числе ценностью психологической культуры как личностного качества;
- когнитивный, включающий восприятие социальных, духовных и нравственных образцов взаимодействия, проявляющийся в психологических знаниях и умениях, определяемый социально значимым опытом поведения и взаимодействия, метакогнитивным опытом, открытой познавательной позицией человека;
- эмоционально-оценочный, представляющий собой эмоционально-чувственное и интеллектуально-рефлексивное отношение человека к воспринимаемому и усваиваемому психологическому опыту, определяемый высоким уровнем развития рефлексии, метапознавательных процессов, ценностным отношением человека к себе, к другим и к окружающему миру, развитостью моральных чувств;
- процессуально-деятельностный (технологический), определяющий способы взаимодействия человека с окружающей средой и самим собой, способы саморегуляции.

Между перечисленными структурными компонентами существуют сложные вариативные и инвариантные связи, в том числе и гетерохронная связь, которая предполагает, что ранее сложившиеся компоненты выполняют функцию предрасполагающих факторов разворачивания последующих. Значение каждого из данных компонентов в системе психологической культуры определяется благодаря взаимосвязи с системами иного порядка, такими, например, как «отношение» или другие менее и более сложные системы, определяющие гуманистический и экологичный характер взаимодействия людей.

«Отношение» в нашей модели рассматривается как критерий и показатель проявления психологической культуры, который определяется духовно-нравственной ценностно-смысловой ориентацией человека. Оно обусловлено сферами взаимодействия человека с окружающим миром (ми-

ром людей, культурных ценностей и природы) и миром самого себя. В многообразии связей вышеуказанных компонентов с категорией «отношение» психологическая культура человека в целом обретает свой смысл, свое значение и содержание, в частности, определяя систему потребностей и способностей человека.

Качественные уровни становления психологической культуры в нашей модели представлены в двух планах:

- качественном – по степени усложнения системы овладения психологической культурой (уровень психологической грамотности, аутопсихологической компетентности и социально-психологической зрелости);
- количественном – по степени усложнения и расширения содержания структурных компонентов психологической культуры (высокий уровень – наличие ценностной духовно-нравственной позиции по отношению человека к себе и окружающему миру, субъектность в саморазвитии, владение содержанием психологической культуры и ее проявление в разных сферах социальных отношений; средний уровень – наличие интереса, знаний, умений, проявляющихся ситуативно, и неустойчивость субъектной позиции; низкий уровень – наличие знаний, понимания, желания повышать психологическую культуру при слабой реализации намерений, низкая субъектность в саморазвитии).

В основу оценки уровня развития психологической культуры нами положена субъектная активность человека, т.е. способность быть субъектом психологической культуры, определяющей саморазвитие человека. В систему оценивания проявления психологической культуры мы также включили следующие критерии:

- широта, которая предполагает объем психологических знаний, умений, владение способами саморегуляции и применение их в разных сферах взаимодействия человека со средой и самим собой;
- осознанность психологического содержания, которая проявляется в понимании психологических механизмов саморегуляции в разных сферах самосознания и осознанности их при взаимодействии с окружающей действительностью;
- интенсивность, проявляющаяся в способности человека становиться и быть субъектом своей активности, направленной на самопреобразование, на восприятие, усвоение и непрерывное использование психоло-

гических знаний и умений саморегуляции в общении и взаимодействии людей.

Таким образом, предложенная нами социально-психологическая модель психологической культуры представлена дефинициями, планами и сферами проявления, спецификой определения в социальной психологии, структурой, функциями, показателями, уровнями развития и критериями оценки. Структура психологической культуры имеет четыре компонента, два плана измерения. Самым общим признаком и показателем психологической культуры человека является экологичное и гуманное отношение человека к себе и окружающему миру.

Теоретическая модель психологической культуры позволила определить характер эмпирического дизайна исследования, основу системы качественных и количественных критериев оценки психологической культуры.

Культурно-исторический анализ генезиса психологической культуры, определение методологических оснований изучения закономерностей становления психологической культуры, описание технологий формирования ее структурных составляющих позволили прийти к разработке социально-психологической концепции становления психологической культуры.

Обзор культурологических сценариев развития общества (П.С. Гуревич, М.С. Каган, Л.Е. Кертман, Ф.И. Минюшев, А.А. Оганов, В.М. Розин и др.) показал, что становление психологической культуры обусловлено ходом эволюционного развития человечества и общественной культуры. Психологическая культура как культура психической деятельности, направленная на преобразование человеком своей психики, развивалась неоднородно, поскольку менялись социально-экономические условия развития общества. Основными факторами, стимулировавшими становление психологической культуры в разных ее проявлениях, были: 1) усложнение социально-бытового, профессионального и духовного компонентов культуры; 2) изменение типа отношений в системе «человек – социокультурная среда» в соответствии с формирующимся типом общественного сознания; 3) изменение парадигмы социального мышления. Значимость разных сторон психологической культуры менялась в зависимости от исторического периода (запроса общества, общественных отношений, степени свободы человека в процессе самотворчества).

Развитие психологической культуры шло по пути усовершенствования способов внутренней деятельности, расширения возможностей человеческой психики, мироощущения, мировосприятия, включая мир себя, миропонимания, что в конечном счете поднимало человека на новый, более высокий уровень психического развития.

Выявлены закономерно протекающие изменения в содержании и функциях психологической культуры в процессе эволюции общества и человека. Выделена цикличность, проявляющаяся в развитии психологической культуры. Она представлена исторически обусловленными периодами: мироощущение (мирочувствование), мировосприятие (миросозерцание), мировоззрение (миропонимание), которые составляют целостный цикл, одновременно являясь элементами общего эволюционного развития психологической культуры как системы. Эти периоды применимы к процессу овладения человеком психологической культурой и могут быть использованы в качестве инструмента для анализа и разработки методов ее становления.

Теоретический анализ позволил прийти к заключению, что на развитие психологической культуры влияют природно-территориальные, исторические и социально-этнические факторы жизнедеятельности человека. Поэтому в нашей концепции при исследовании особенностей становления психологической культуры мы сделали акцент на осмыслении текущего исторического момента развития культуры, на этнических особенностях формирующегося в культуре типа сознания, на основную парадигму социального мышления и традиции духовной культуры.

Становление психологической культуры как процесс ценностно-смыслового взаимодействия человека с окружающим миром, расширяющий внутренний потенциал качественных проявлений человеческой психики, обеспечивающий возрастание возможностей творческой самореализации личности, проходит ряд этапов:

1) этап стихийной, спонтанной и потому неосознанной (нерефлексивной) интериоризации психологических знаний;

2) этап осознания необходимости самоизменения и поиска соответствующих ему способов. Это этап рефлексивной интериоризации психологических знаний, на котором происходит личностное самоопределение, формируется критичное отношение к себе и другим;

3) этап целенаправленной интериоризации психологической культуры, на котором человек находит те проявления социокультурной среды, которые позволяют ему целенаправленно работать над собой (религия, психологические семинары, кружки, курсы, клубы и даже обучение на психологическом факультете);

4) этап экстериоризации психологической культуры как передача психологического опыта другим людям.

Динамика становления психологической культуры кроме этапов имеет циклы развития, определяющиеся последовательными стадиями. Основой их выделения является принцип формопорождения, предложенный в концепции трансцендентальной психологии восприятия (А.И. Мирякин) и расширенный в психологии экологического сознания (В.И. Панов). Согласно этому принципу формируемые психические качества должны пройти следующие стадии:

- «рождение» – возникновение нового психического состояния (новое самоощущение, другое восприятие, иной способ взаимодействия, общения и т.д.);
- развитие состояния, включающее познавательные процессы, антиципацию, осознание, установление каузальных связей в разных системах отношений, связей с разными личностными проявлениями;
- «умирание» состояния как переход в новое качество, что говорит о появлении новообразования в психике человека (иной качественный уровень взаимоотношений, образа Я, поведенческой реакции, привычки, умения саморегуляции и т.п.).

Под состоянием мы понимаем ограниченное во времени проживание системного, функционального или ситуационно обусловленного единства всех сфер психики. Цикличность предполагает, что любое психическое новообразование в своем развитии представляет собой завершённый цикл, в котором обретаемое новое психическое состояние, прежде чем закрепиться в структурах сознания и самосознания человека, стать его личностным новообразованием, должно пройти цикл развития, состоящий из стадий, от зарождения нового психического состояния к его качественному преобразованию. Новое качество способно порождать новое психическое состояние, которое становится условием порождения нового цикла развития состояния.

Таким образом, изменение психологической культуры характеризуется уровнями, этапами, циклами и стадиями. Если уровни развития психологической культуры свидетельствуют о количественных и качественных изменениях в содержании и функциях психологической культуры, то этапы развития свидетельствуют о прохождении субъектом пути от неосознанного присвоения психологической культуры к целенаправленному. Психологический механизм, обеспечивающий динамику психологической культуры и определяющий смену уровней и этапности развития психологической культуры, заключен в цикличности развития психических состояний человека.

На основе выделенных закономерностей становления психологической культуры стала возможной разработка социально-психологических условий и подходов к созданию психотехнологии становления психологической культуры. К условиям становления психологической культуры в процессе групповых форм работы мы отнесли методическое обеспечение, систему принципов, методов и средств работы с людьми, что составило основу нашей интегративной психотехнологии групповой интенсивной подготовки и позволило разрабатывать разноуровневые программы организации образовательного процесса.

Важным этапом нашего исследования стало определение методологических оснований моделирования социально-психологических условий при решении задач становления психологической культуры обучающихся. Для их выделения осуществлялся анализ и интеграция трех исторических подходов к исследованию психики человека: гносеологического, онтологического и трансцендентального, процедура применения которых изложена в работе В.И. Панова (2004). Используя возможности данного подхода, мы смогли определить процедуру анализа и экспертизы методов и средств социально-психологического воздействия на человека в целях стимулирования его субъектной активности в процессе становления психологической культуры, а также выделить социально-психологические условия и разработать интегративную психотехнологию становления психологической культуры в разных сферах образовательной практики.

Таким образом, в нашей социально-психологической концепции закономерности становления психологической культуры представлены следующими параметрами: детерминирующими факторами, этапами, циклами, стадиями и условиями развития психологической культуры.

К факторам становления психологической культуры относятся:

- объективные – внешняя среда, во взаимодействии с которой человек обретает свою психологическую культуру; представлена обществом (другой человек, группа, этнос, человечество) и территориально-природными условиями жизни людей, а также средой образовательного учреждения;

- субъективные – внутренний мир человека, его индивидуальные, личностные, субъектные качества, особенности мышления, социальный, интеллектуальный опыт, отношение к окружающему миру и самому себе.

В предложенной концепции нами выделены условия становления психологической культуры в обществе:

- изменение парадигмы социального и экологического мышления на основе гуманизации и экологизации общественных отношений во всех сферах общественной жизни (экономической, политической, правовой, культурной и т.п.);

- воспроизведение духовно-нравственного этнического компонента окружающей среды.

В системе образования к основным условиям повышения уровня психологической культуры мы относим:

- непрерывное психологическое образование;
- создание особой образовательной среды для реализации принципов гуманизма и экологичности социальных взаимоотношений;
- пропаганду психологической культуры на всех уровнях образования как основы повышения духовно-нравственного потенциала человека, залога его успешности в учебной, профессиональной деятельности и в социальных контактах.

Предложенные концептуальные положения становления психологической культуры были операционализированы нами в интегративную психотехнологию. Она предполагает систему психолого-педагогических мероприятий, дающих возможность осуществить холистический подход к развитию личности. Психотехнология включает систему методов, позволяющих воздействовать на все структурные компоненты психологической культуры, формировать различные уровни ее выраженности, проживать цикличность формируемых состояний, проходить этапы становления психологической культуры, а также систему методов, способствующих про-

живанию человеком своего единства с окружающим миром, самопознанию и осознанию себя как природного, социального и духовного существа, возможностей своей психики, психических механизмов и способов произвольной саморегуляции.

Таким образом, методологический подход к изучению и разработке процедур развивающего взаимодействия участников образовательного процесса определил возможность построения и широкого внедрения психотехнологий становления психологической культуры, позволяющих воздействовать на все ее структурные компоненты при создании условий, детерминирующих ее развитие. В диссертационном исследовании была проведена эмпирическая проверка разработанной концепции и модели, представлена детализация системы методов и средств, способствующих становлению психологической культуры человека.

Результаты исследования и их обсуждение

Исследование проходило в разных возрастных и профессиональных группах системы образования в течение 16 лет. В нем приняло участие более двух тысяч человек. В данной работе представлены результаты по пяти направлениям исследования: 1) динамика становления компонентов психологической культуры; 2) динамика эмоциональных состояний в процессе становления психологической культуры; 3) роль психологической культуры в социально-психологической адаптации студентов колледжа; 4) особенности становления психологической культуры в процессе изменения экологического сознания; 5) формирование аутопсихологической компетентности в условиях групповой интенсивной подготовки. Все эти направления были подчинены задаче апробации разработанной нами социально-психологической модели психологической культуры и концептуальных положений ее становления.

Первое направление экспериментального исследования заключалось в изучении изменений компонентов психологической культуры человека, происшедших в процессе спонтанного становления и целенаправленного формирования психологической культуры в условиях специальной подготовки. В исследовании приняли участие 172 чел. Группы испытуемых подбирались таким образом, чтобы была видна разница между теми, кто осознанно повышал уровень своей психологической культуры, и теми, у кого

этот уровень формировался спонтанно, в процессе жизнедеятельности и профессионального роста. Первая группа представлена людьми разной профессиональной направленности и разного возраста от 23 до 52 лет, изъявившими желание сознательно повышать свой уровень психологической культуры в целях успешности в общении, в профессиональной деятельности и ставшими участниками клубной работы. В качестве контрольной группы были взяты слушатели факультета повышения квалификации Волго-Вятской академии государственной службы (84 чел. в возрасте от 25 до 55 лет).

В специально разработанной диагностической методике компоненты психологической культуры были представлены в следующих показателях. Когнитивный компонент фиксировался через выявление знаний человека о своих эмоциях, чувствах, познавательных процессах, механизмах саморегуляции, духовных традициях, определяющих саморазвитие. Эмоционально-оценочный компонент включал определение отношения к своему физическому состоянию, потребности в управлении своими эмоциями, отношения к развитию резервных способностей, потребности в изменении отношений к другим и природе. Процессуально-деятельностный компонент отражался владением методами саморегуляции, улучшающими понимание других, способностью принимать самооценку других и природы. Ценностно-смысловой компонент определялся наличием активной практики самооздоровления, саморегуляции, управления эмоциями, применением методов улучшения понимания других, практики саморазвития в русле духовной традиции.

Уровень выраженности компонентов психологической культуры в результате экспериментального воздействия увеличился. Так, уровень выраженности когнитивного компонента в экспериментальной группе повысился на 33%, эмоционально-оценочного – на 18,8, процессуально-деятельностного – на 36,8, ценностно-смыслового – на 38,9%. Данные, полученные в контрольной и экспериментальной группах, имеют достоверно значимые различия (t-критерий Стьюдента для уровня значимости $p=0,05$ имеет значение $t_{кр}=1,96$).

Полученные результаты позволили сделать следующие выводы:

- состояние современной общественной среды способствует спонтанному становлению психологической культуры, но уровень ее выражен-

ности невысок. Повышение психологической культуры возможно при создании особой развивающей среды, в которой человек обретает навыки и умения работы над собой (клубы и другие формы организации);

- структурные компоненты психологической культуры полифункциональны. Содержанием, мотивирующим становление психологической культуры, может являться любой аспект жизнедеятельности человека, отражающий его взаимодействие в различных сферах отношений, включая сферу природной среды;

- становление психологической культуры способствует интенсивному развитию духовно-нравственной сферы личности, что проявляется в обращении человека к духовному пути своего развития;

- психологическая культура – это целенаправленный труд человека по самопреобразованию, поэтому психическая деятельность людей, обладающих психологической культурой, отличается яркой выраженностью ценностно-смыслового и процессуально-деятельностного компонентов;

- становление психологической культуры происходит при воздействии на разные сферы самосознания человека, в этих сферах она и проявляется;

- выявленная нами динамика компонентов психологической культуры определяет новое качество отношения человека к себе и окружающему миру, что проявляется в его потребности и способности использования психологических знаний и умений в жизнедеятельности и социальных отношениях.

Вторым направлением эмпирической проверки концепции становления психологической культуры было исследование динамики эмоциональных состояний, влияющих на здоровье людей и их взаимоотношения. Проведенный теоретический анализ проблемы саморегуляции эмоциональных состояний в отечественной и зарубежной науке позволил выделить состояния тревожного ряда как основные переживаемые человеком состояния современной действительности, что определило выбор методов формирования компонентов психологической культуры.

Основная цель данной части исследования заключалась в выявлении изменений эмоциональной сферы человека в контексте психологической культуры. Формирующее воздействие осуществлялось на все ее компоненты. Организовывалось такое взаимодействие людей, при котором

создавалась ситуация развития, вызываемая противоречиями между желаемым состоянием и умением его достижения. Технология включала в себя методы, позволяющие человеку в процессе взаимодействия пережить состояние единства и различия с другими людьми, осознать ценность психофизического здоровья как психологического условия повышения своего духовно-нравственного потенциала. Выборка была представлена студентами трех вузов (ВВАГС, ВГИПА и МосГУ) в количестве 205 чел. В число методов оценки показателей психологической культуры вошли индивидуальная и групповая рефлексия, тест А.Н. Лутошкина, методика Ж.Тейлора «Беспокойство, тревожность», опросник О.П. Елисеева «Самочувствие, активность, настроение», а также контент-анализ дневников самонаблюдения участников групп. Изучение эмоциональных и психофизических изменений велось методами включенного наблюдения, беседы, опроса, ежедневного фиксирования физического состояния. Для изучения изменений личностных характеристик использовались методики В.В. Столина, С.Р. Пантилеева, тесты Ю.М. Орлова, В.И. Шкуркина.

На рис. 1 представлены полученные нами данные. Приведены только те показатели, значения которых оказались достоверно различными. Уровень достоверности считался высоким, если $t_{\text{набл}} \geq t_{\text{кр}}$; $t_{\text{кр}}=1,98$ при $p = 0,05$.

Полученные результаты исследования эмоциональных состояний респондентов в процессе становления психологической культуры позволили сформулировать следующие выводы:

- воздействие, оказываемое на компоненты психологической культуры, сопровождается позитивными изменениями отношения человека к себе и к другим людям, что влияет на его эмоциональное и физическое состояние;
- становление психологической культуры обеспечивается созданием тех внутренних условий, которые позволяют человеку находить конструктивные способы выхода из состояний тревожного ряда;
- становление психологической культуры происходит успешно, если оно ориентировано на внутренние проблемы и переживания человека, которые раскрываются в процессе межличностных отношений, создающих противоречие между желанием человека обрести опыт успешного взаимодействия и отсутствием необходимых для этого психологических знаний и умений.

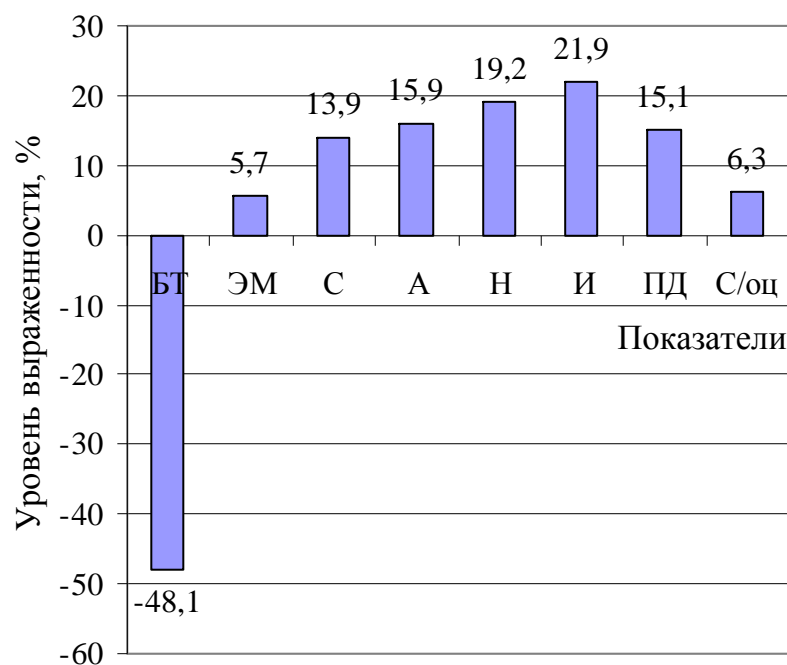


Рис. 1. Разница в выраженности показателей между данными констатирующего и оценочного измерений в группе студентов:

БТ – беспокойство – тревожность; ЭМ – эмпатические способности;
 С – самочувствие; А – активность; Н – настроение; И – интернальность;
 ПД – потребность в достижении; С/оц – самооценка

Третье направление исследования было связано с выявлением особенностей становления психологической культуры и развития экологического сознания человека. Данные теоретического анализа свидетельствуют, что в становлении психологической культуры большую роль играет мир природы, проживание со-субъектных отношений с объектами природы, что повышает уровень осознанности единства человека и окружающего мира и способствует изменению экологического сознания. Диагностический инструментарий был расширен и дополнен методами анализа и оценки развития экологического сознания человека (методика С.Д. Дерябо, В.А. Явина), использовался контент-анализ.

Респондентами данного исследования были представители психолого-экологического клуба, студенты и подростки. Общая выборка составила 486 чел. Значимыми результатами стали позитивные изменения в сторону увеличения измеряемых показателей психологической культуры и экологического сознания. Физическое состояние улучшилось у 87% участников

эксперимента, эмоциональное состояние стабилизировалось у 92% участников, изменения самооценки в сторону адекватности отмечены у 94% участников, позитивные изменения во взаимодействии и общении с людьми произошли у 83% участников, а во взаимодействии с природой – у 98% участников. У большинства испытуемых сформировалось осознание своей тождественности с природным миром, понимание того, что человек является частью природы (83%); участники отметили, что общение с природой улучшает и соматическое, и психическое состояние (75%), вселяет бодрость и уверенность в своих силах (21%). Осознание общих закономерностей, связывающих все живое в природе, закономерностей, которые существуют вне зависимости от человека и являются важнейшими законами мироздания, отметили 79% участников. При этом установлена взаимосвязь между различными смысловыми единицами, которая показывает, что возникновение чувства тождественности человека с природой повышает его самооценку ($r=0,366$) и улучшает эмоциональное состояние ($r=0,736$), а также повышает чувствительность к собственному эмоциональному состоянию ($r=0,812$) и состоянию других людей ($r=0,436$), что помогает преодолевать барьеры в общении, налаживать контакты и взаимопонимание с окружающими.

Полученные результаты достоверны и подтверждают наше теоретическое положение о том, что становление психологической культуры неразрывно связано с развитием экологического сознания, формирующим фактором которого может выступать не только социальная среда, но и природная. Также подтверждается положение о многозначности, многофункциональности представленной нами структуры психологической культуры, что говорит о возможности ее применения в разных формах и системах взаимодействия субъектов. Использование природы в качестве фактора становления психологической культуры повышает интенсивность общего процесса ее формирования, поскольку создаются условия для проживания трансцендентальных оснований построения отношений с миром, актуализирующих духовные ценности и смыслы сосуществования человека в мире. В то же время человек, становясь субъектом психологической культуры, способен изменять свое экологическое сознание в природоцентрическую сторону.

Четвертое направление исследования раскрывает результаты апробации концепции психологической культуры в процессе социально-

психологической адаптации человека к новой образовательной среде. Базой для проведения данного исследования послужила экспериментальная площадка Пермского политехнического колледжа (ППК), открытая Министерством образования РФ. В контрольные группы вошли студенты других колледжей Перми, в которых программы формирования психологической культуры не реализовывались. В русле нашей концептуальной модели становления психологической культуры была разработана программа психологической поддержки студентов и преподавателей, реализуемая в течение четырех лет. Основной гипотезой экспериментального исследования было предположение о том, что повышение уровня психологической культуры способствует успешной социально-психологической адаптации студентов, повышению уровня морально-нравственного развития.

Экспериментальная и контрольная выборки, с которыми проводилось исследование, были представлены студентами трех курсов обучения разных колледжей Перми. Выборка являлась адекватной по объему и репрезентативной по своей структуре относительно гендерной совокупности студентов, ориентированных на технологические, преимущественно мужские специальности. Общее число респондентов по всем группам выборки составило 346 чел., из них 130 чел. – студенты ППК; 114 чел. – студенты колледжа 1 (К1); 102 чел. – студенты колледжа 2 (К2).

В числе измеряемых параметров были учебная мотивация и учебная активность, самооценка, самоотношение, уровень морально-нравственного развития, отношение к сверстникам (оценка психологического климата), тревожность, агрессивность, социальная пластичность, фрустрированность. В качестве диагностического инструментария использовались тесты учебной активности (А.А. Волочков), оценки психологической атмосферы в коллективе (А.Ф. Фидлер), самооценки психических состояний (Г. Айзенк), рисуночный тест и экспериментальная разработка-дополнение к тесту Сильвера (С. Леденева).

Результаты исследования показали, что уже в конце первого года обучения студенты ППК отличались от других первокурсников города более благоприятным позитивным эмоциональным состоянием, меньшей агрессивностью, что достаточно сложно достигается в условиях современного социума. Это говорит о более сформированных компонентах психологической культуры, о более высоком уровне морально-нравственного развития, о формирующихся ценностно-смысловых ориентациях, укрепляю-

ших нравственные позиции по отношению к себе и окружающему миру. Аналогичные результаты были получены в группах студентов второго и третьего курсов обучения. Все полученные данные статистически достоверны и позволяют признать эффективность программы психологической поддержки субъектов образования, направленной на повышение уровня психологической культуры.

В таблице приведены результаты однофакторного дисперсионного анализа, в котором было выделено влияние одного фактора на другие диагностические показатели.

Таблица

Значимые эффекты фактора «формирующая среда»
на диагностируемые показатели психологической культуры студентов
первого курса

Диагностические показатели	MS effect	MS error	F	p
ЭМ+ (эмоциональный позитив)	8,333	2,023	4,1201	0,018
ТРВ (тревожность)	77,929	11,480	6,7881	0,001
АГР (агрессивность)	94,96	17,22	5,5153	0,005
МНР+ (морально-нравственное развитие)	5,5962	1,4455	3,8714	0,023

Примечание. Термин «влияние» на языке статистики заменяется другим – «эффект фактора на определенный показатель». MS effect – влияние фактора (условия обучения, или формирующая среда) на личностные особенности студентов, MS error – влияние остальных факторов на личностные особенности студентов, F – насколько исследуемый фактор (условия образования) преобладает в своем влиянии на личностное развитие над всеми остальными факторами, p – вероятность ошибки (достоверность обеспечивается, когда $p < 0,05$).

Таким образом, в качестве условия, определяющего эффективность становления психологической культуры субъектов образования, нами выделено непрерывное психологическое сопровождение. Повышение психологической культуры выступает как необходимое условие успешной социально-психологической адаптации человека к новым требованиям социальной среды, что подтверждает наше положение об особом значении психологической культуры человека в условиях социальных перемен и о повышении духовно-нравственного потенциала общества, гуманистичности и экологичности социальных взаимоотношений.

Пятое направление заключалось в исследовании становления аутопсихологической компетентности как базового уровня психологической культуры. Аутопсихологическая компетентность рассматривается нами как совокупность и иерархия личностных свойств, обеспечивающих высокий уровень саморегуляции. На данном этапе также проверялась эффективность разработанной нами психотехнологии. Изучение эффективности групповых методов формирования аутопсихологической компетентности проводилось на выборке взрослых и студентов гуманитарных и технических вузов и колледжей. Выборка представлена группами: «Взрослые» – 77 чел. в возрасте от 24 до 52 лет (административно-преподавательский состав высших и средних учебных заведений); «Подростки» – 59 чел. в возрасте от 14 до 17 лет (студенты бизнес-колледжа); «Студенты» – 202 чел. в возрасте от 17 до 19 лет (студенты ВГИПА и ВВАГС). Общая численность выборки – 338 чел. Ранее применяемый диагностический инструментарий был дополнен опросником 16 PF (Р. Кеттелл), дополнительно введены шкалы отношений «Я и мир», «Я, деятельность, мир», а также итоговое сочинение на тему «Я и мир».

Результаты формирования аутопсихологической компетентности по всем группам испытуемых представлены в виде разницы выраженности показателей между констатирующим и оценочным измерениями (рис. 2).

Исследование позволило установить позитивные изменения в эмоциональной сфере. Обнаружено повышение активности и уверенности в себе. В Я-концепции изменилось отношение к себе и другим в сторону принятия, интереса, симпатии и самооценности, снижения эгоцентризма, повысилась эмпатия. Возрос уровень потребности в достижении профессионально значимых результатов, проявилась потребность в рефлексии субъективного опыта изменяющихся состояний, расширилась картина мира, повысился уровень осознания диапазона сенсорной чувствительности, уровень знаний о себе, природных механизмах и методах саморегуляции.

В результате контент-анализа сочинений реципиентов выявились изменения отношения участников к своему здоровью, к другим людям, природе и культуре своего народа. Зачетные занятия свидетельствовали об успешности запоминания, применения образов в саморегуляции психосоматических состояний, использовании обретенных умений в практике взаимодействия с другими людьми и самоизменении. Проведенное

исследование позволило установить, что повышение уровня психологической культуры начинается с формирования психологических знаний и умений, применение которых по отношению к самому себе позволяет повышать уровень аутопсихологической компетентности, становится субъектом самопреобразования, что в совокупности с позитивной ценностной ориентацией способствует достижению человеком психологической и социально-психологической зрелости.

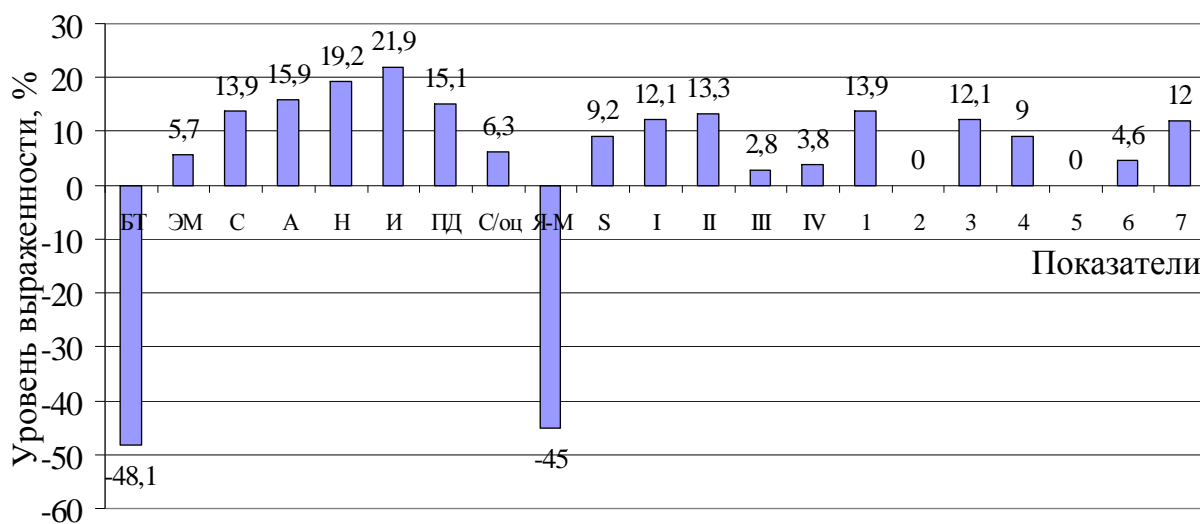


Рис. 2. Разница выраженности показателей констатирующего и оценочного измерений (указаны только те показатели, которые имеют достоверные различия по t-критерию Стьюдента):

БТ – беспокойство–тревожность; ЭМ – способность к эмпатии; С – самочувствие; А – активность; Н – настроение; ПД – потребность в достижении; С/оц – самооценка своих качеств; Я–М – отношение к себе и окружающему миру; S – интегральная шкала самоотношения; I – самоуважение; II – аутосимпатия; III – ожидание положительного отношения других; IV – самоинтерес; 1 – самоуверенность; 2 – ожидаемое отношение; 3 – самоприятие; 4 – саморуководство; 5 – самообвинение; 6 – самоинтерес; 7 – самопонимание

Таким образом, экспериментально подтверждена гипотеза о наличии разных качественных уровней развития психологической культуры, этапов ее становления. Структурные компоненты психологической культуры развиваются в процессе формирования аутопсихологической компетентности, позволяющей человеку становиться субъектом собственного развития и изменения. Доказана эффективность разработанной нами технологии фор-

мирования психологической культуры в условиях групповой интенсивной подготовки в разных социальных и половозрастных группах обучающихся.

Основные результаты исследования

В результате теоретического анализа выявлено проблемное поле исследования психологической культуры в контексте социальной психологии, что позволяет рассматривать ее как неотъемлемую характеристику человека современного социума, как условие проявления гуманного и экологичного характера взаимоотношений между людьми и как основу повышения духовно-нравственного потенциала общества. Установлено, что психологическая культура возникает в процессе взаимодействия людей, является регулятором социальных отношений, а также одним из центральных факторов преобразования человека в субъект саморазвития.

Концептуализированы методологические основания и научные предпосылки исследования сущности психологической культуры на основе анализа подходов к ее изучению в философских, культурологических, психологических исследованиях. Определено, что психологическая культура представляет собой совокупность культурно-исторических способов деятельности по восприятию и произвольной регуляции человеком переживаемых им эмоциональных состояний, психических процессов и состояний сознания, включая поведенческие акты, имеющих характер гуманистически и экологически ориентированного отношения человека к окружающему миру и самому себе. Разработана модель психологической культуры.

Систематизирован опыт исследования содержания, форм проявления, функций, структуры, уровней и закономерностей развития психологической культуры человека в отечественной психологии. Выявлено, что психологическая культура представляет собой системно организованное психическое образование человека, структура которого представлена единством когнитивного, эмоционально-оценочного, процессуально-деятельностного и ценностно-смыслового (системообразующего) компонентов, определяющих такие функции психологической культуры, как познавательная, экологическая, регулятивная, преобразовательная и порождающая.

Разработана социально-психологическая концепция становления психологической культуры человека, в которой представлена совокуп-

ность теоретико-методологических подходов, система принципов, условий и методов ее формирования. Установлено, что основным критерием и показателем развития психологической культуры является ценностное гуманистически и экологически ориентированное отношение человека к себе, другим людям, природе и культурному наследию.

Установлено, что становление психологической культуры характеризуется тремя качественно своеобразными уровнями развития: психологической грамотностью, аутопсихологической компетентностью и социально-психологической зрелостью; четырьмя этапами развития: спонтанным усвоением, рефлексивной интериоризацией, целенаправленной работой над собой и экстерииоризацией психологической культуры. Выявлено наличие цикличности в процессе ее становления, включающей стадии зарождения психического состояния, развития и перехода в новое социально значимое качество личности.

Определены методологические основания – гносеологическое, онтологическое и трансцендентальное – для разработки методов становления психологической культуры. Трансцендентальное основание, выраженное в принципе «единство всех форм мира», позволяет воспроизводить в системе социальных отношений духовно-нравственные переживания и трансформировать их в процесс воздействия человека на свой внутренний мир и взаимодействия с внешним миром.

Разработана интегративная психотехнология целенаправленного формирования психологической культуры, которая прошла успешную апробацию и внедрена в разные образовательные системы. Теоретически обосновано и экспериментально доказано, что становление психологической культуры возможно при условии создания такой социальной ситуации, которая обеспечивает прохождение человеком всех стадий, способствует становлению всех структурных компонентов психологической культуры. К данным условиям относятся:

- осознание человеком своего единства с окружающим миром, своего природного, социального и духовного начала, возможностей своей психики;
- обращение к метаценностям в процессе коммуникации;
- осознание психических механизмов и способов воздействия на себя в целях произвольной регуляции.

Установлено, что значимым социальным эффектом становления психологической культуры являются позитивные изменения, которые проявляются в повышении интернальности, эмпатии; гармонизации эмоциональной сферы; расширении диапазона таких психических процессов, как ощущение, восприятие, память, внимание, образное мышление; изменении экологического сознания; проявлении нравственных форм поведения; социально-психологической адаптации.

Таким образом, полученные результаты теоретического и экспериментального исследования существенно уточняют, дополняют и углубляют знания о психологической культуре как феномене психической реальности отдельного человека и общества в целом.

Научная новизна настоящего исследования заключается в том, что впервые в социальной психологии:

- разработана социально-психологическая концепция психологической культуры как многофункционального и многокомпонентного субъектного качества человека современного общества, которое является результатом взаимоотношений человека с окружающим миром (миром природы, миром людей, миром культурного наследия и миром самого себя);
- разработана социально-психологическая модель психологической культуры, в которой выделены функции: познавательная, регулятивная, преобразовательная, экологическая и порождающая; структура – единство когнитивного, эмоционально-оценочного, процессуально-деятельностного и ценностно-смыслового компонентов; уровни развития: психологическая грамотность, аутопсихологическая компетентность и социально-психологическая зрелость;
- выделены существенные признаки психологической культуры как социально значимой духовно-нравственной характеристики человека: способность быть субъектом самопреобразования, гуманистическая и экологическая направленность во взаимоотношениях между людьми;
- теоретически обоснованы особенности становления психологической культуры как характеристики социальной среды, как личностного образования и субъектного качества человека;
- выявлены гносеологические, онтологические и трансцендентальные основания анализа стратегий и технологий становления психологической культуры в системе образования;

- установлены социально-психологические условия эффективного становления психологической культуры человека;
- разработана интегративная психотехнология формирования психологической культуры в условиях групповой интенсивной подготовки.

Теоретическая значимость работы заключается в следующем:

1. Теоретически обоснована необходимость системного исследования психологической культуры человека в контексте социальной психологии.

2. Систематизированы подходы философских, культурологических, психологических наук к изучению сущности культуры и ее психологических составляющих в контексте решения социально-психологических проблем общества и человека.

3. Разработана и апробирована концептуальная модель становления психологической культуры в контексте социальной психологии, дополняющая и углубляющая теоретические знания о факторах, условиях и механизмах развития человека в социуме.

4. Теоретически обоснованы циклы и стадии становления психологической культуры. В генезисе психологической культуры выделены три основных качественных уровня: психологическая грамотность, аутопсихологическая компетентность и социально-психологическая зрелость.

5. Получила дальнейшее развитие идея аутопсихологической компетентности как базового уровня в генезисе психологической культуры. Выявлены показатели и условия ее формирования в целостном процессе становления психологической культуры.

6. Теоретически обосновано и экспериментально доказано, что эффективность становления психологической культуры субъекта повышается, если создается особая социальная ситуация, в которой происходит осознание человеком своего единства с окружающим миром, обращение к метаценностям, обеспечивается этапность присвоения содержания психологической культуры и цикличность становления новых психических состояний (качеств).

7. Установлено, что значимыми социальными эффектами становления психологической культуры являются позитивные изменения отношения человека к себе, к природе, к другим людям, к культуре своего народа в сторону признания их ценности, повышение чувства ответственности, развитие эмпатии и интернальности, нравственных форм поведения,

улучшающих межличностные отношения, изменение экологического сознания в сторону природоцентрического типа, снижение уровня тревожности.

Таким образом, полученные результаты теоретического и экспериментального исследования существенно уточняют, дополняют и углубляют знания о психологической культуре как феномене психической реальности отдельного человека и общества. Данные положения могут служить теоретическим развитием содержания разделов общей, социальной, педагогической психологии.

Практическая значимость работы и использование полученных результатов. Теоретические и эмпирические сведения о генезисе и стратегиях становления психологической культуры человека могут использоваться в образовательном процессе, при повышении квалификации и профессиональной переподготовке психологов и педагогов, при организации просветительской, консультационной, развивающей деятельности в контексте социально-психологической поддержки населения.

Проведенные исследования позволили внедрить форму групповой интенсивной подготовки в учебные курсы системы среднего, высшего и дополнительного образования.

Созданные программы становления психологической культуры в системе среднего профессионального образования позволяют психологизировать учебно-воспитательный процесс.

Разработанные методические рекомендации и диагностический инструментарий могут быть использованы для мониторинга процесса становления психологической культуры в системе образования.

Методические рекомендации для руководителей по саморазвитию могут быть использованы при повышении квалификации руководящих кадров и профессиональной подготовке специалистов разного профиля.

Описанные в диссертации теоретико-эмпирические данные и сделанные на их основе обобщения и выводы могут быть применены в массовой практике подготовки будущих психологов к работе в различных учреждениях, социально-профессиональных группах и группах реабилитационного типа.

Разработанная социально-психологическая концепция становления психологической культуры обладает возможностями инвариантного при-

менения, что доказано апробацией ее в различных возрастных группах, в группах разной профессиональной направленности и социального статуса.

Итоги работы. Теоретически и экспериментально доказано, что решение социальной проблемы повышения духовно-нравственного потенциала человека связано с развитием психологической культуры, которая является основным регулятором взаимодействия людей в обществе. Напряженность во взаимоотношениях людей имеет причины, которые лежат во внутреннем мире человека, в его психологическом бескультурье.

Определение психологической культуры в контексте социальной психологии привело к анализу современных условий жизнедеятельности российского социума. К сожалению, ситуация во внешней среде побуждает задуматься над перспективами развития человека, которые при гонке за прибылью остаются сомнительными в плане движения к культуре. Это положение вызвало необходимость уточнения сущности понятия «культура» как основания понятия «психологическая культура».

При всех возможных вариантах интерпретации данных понятий основной характеристикой в них является гуманистическая и экологическая направленность ценностей и смыслов. Культурная деятельность людей – это процесс «улучшения», «возделывания», «совершенствования», «развития», что позволяет посмотреть на психологическую культуру как на процесс становления и развития сознания человека во всем многообразии его проявлений.

Сущность проблемы становления психологической культуры в современных условиях становится объектом повышенного внимания ученых и практиков разных научных направлений. Ретроспективный взгляд на разработку данной проблемы показал отсутствие системного анализа психологической культуры в контексте социальной психологии.

Несмотря на имеющийся опыт формирования психологической культуры в системе образования, возможности этого процесса остаются слабо реализованными и не ориентируют на решение задач повышения культуры взаимоотношений людей в разных сферах социального взаимодействия.

Нами выявлено, что достижение гармоничности взаимоотношений с миром людей и природы возможно только тогда, когда они переживаются человеком как жизненные ценности, что определяется осознанием им своего природного и духовного начала, а также возможностей своей психики. Расширение сферы осознанности в мире себя и других людей определяет ценностные ориентиры человека, его поступки и поведение.

Разработанная нами технология развития психологической культуры показала, что путь человека к себе требует труда над психической организацией, который начинается с осознания человеком рассогласования между объективно заданным внешним и внутренним состоянием. Повышение уровня психологической культуры позволяет человеку становиться субъектом самопреобразования, снимать внутренние противоречия, находить конструктивные способы воздействия на себя и взаимодействия с окружающим миром. В основе такого воздействия лежит переживание человеком состояния единства с миром, что требует особых социально-психологических условий.

В нашем исследовании представлена социально-психологическая концепция становления психологической культуры и построена ее социально-психологическая модель.

Таким образом, на теоретическом и экспериментальном уровнях подтвердилась гипотеза о том, что психологическая культура является одним из центральных факторов преобразования человека в субъект саморазвития, повышения его духовно-нравственного потенциала, гуманизации и экологизации взаимоотношений людей в обществе.

Широкомасштабные многолетние пилотажные и экспериментальные исследования с высокой достоверностью доказали правомерность концептуальных положений о сущности психологической культуры, закономерностях ее становления в разных сферах социально-образовательной практики. Экспериментально доказано, что повышение уровня психологической культуры является фактором успешной адаптации молодых людей к социальной среде, гуманизации отношений человека с окружающим миром, что позволяет ему становиться субъектом собственного развития и изменения.

Результаты исследования дают основание утверждать, что психологическая культура и ее становление у подрастающего поколения – значимый фактор в решении проблем, возникающих в обществе. Высокий уровень психологической культуры можно рассматривать как способность человека отвечать на вызовы современной действительности, сохраняя свою психологическую неповторимость.

Таким образом, поставленная цель – разработка социально-психологической концепции психологической культуры – реализована в полной мере.

Результаты исследования представляют собой законченный этап в изучении сущности психологической культуры и особенностей ее становления. Данная работа является одной из первых попыток системного анализа проблемы психологической культуры в предмете социальной психологии. Поэтому проведенное исследование можно рассматривать как самостоятельное направление, которое охватывает целый спектр проблем социальной психологии и касается:

- сущности психологической культуры, духовно-нравственной и психотехнической направленности ее функций, гуманистических и экологических способов взаимоотношений людей в обществе;
- совокупности теоретико-методологических подходов к построению и управлению процессом становления психологической культуры в обществе;
- закономерностей становления психологической культуры (факторы, этапы, циклы, стадии), а также условий, принципов и эффективных стратегий становления;
- субъектной позиции человека в процессе становления психологической культуры.

Н.Ю. Певзнер

Психологическая культура педагога и эффективность профессиональной деятельности*

Общая характеристика работы

Актуальность исследования. Особенности социокультурных процессов, происходящих в российском обществе, привели к обострению проблем в сфере образования, одна из которых – невысокая эффективность педагогической деятельности, не удовлетворяющая возросшим требованиям к качеству современного общего, среднего и высшего профессионального образования. Становится актуальной проблема определения факторов оптимизации профессиональной деятельности педагогов всех видов образовательных учреждений независимо от их специфики.

* Работа защищена в Казани в 2007 г.