

Рассмотрим образ состояния «Спокойствие»: 60% показателей демонстрируют рост значений в недельных интервалах и резкий спад значений через месяц на уровень ниже фонового во всех четырех блоках. Колебания в пределах фонового уровня наблюдаются у 30% показателей, в основном относящихся к блокам «психические процессы», «физиологические реакции» и «переживания». Также обнаружено стабильное снижение значений показателей в блоках «психические процессы», «физиологические реакции» (8,5%) и повышение значений показателей относительно уровня фонового состояния в блоке «поведение» (2,5%).

Образ состояния «Интерес» характеризуется следующими особенностями: у 50% показателей (в основном в блоках «психические процессы» и «физиологические реакции») отмечаются колебания в пределах значений фонового состояния. Рост значений показателей в недельных интервалах и резкий спад значений через месяц составляет 20%. Тенденция к стабильному снижению значений наблюдается в основном по показателям блока «физиологические реакции» (15%). Такое же количество показателей в основном в блоке переживания демонстрируют стабильный рост значений.

В характеристике образа состояния «Сонливость» 50% показателей, относящихся ко всем четырем блокам, имеют тенденцию к стабильному снижению значений, 35% – обнаруживают колебания в пределах значений фонового состояния по всем блокам. Рост значений показателей в недельных интервалах и резкое их снижение через месяц обнаружено у 10% показателей. Стабильное повышение значений демонстрируют 5% показателей в блоках «психические процессы», «физиологические реакции».

Также было обнаружено, что тип динамики, при котором происходит рост значений показателей, менее характерен для данных состояний. И показатели каждого из четырех блоков имеют почти в равной мере тенденцию ко всем видам динамики в зависимости от переживаемого состояния. Некоторые показатели в динамике времени устойчиво сохраняют свои характеристики, т.е. в разных временных срезах имеют одинаковые значения. В большей степени такая особенность выражена в образе состояния «интерес» (60,5% показателей), тогда как в образе состояния «сонливость» 17,5% по-

казателей имеют устойчивые значения, а в образе состояния «спокойствие» – всего 7,5%.

В заключение можно сказать следующее, что образ психического состояния, как и представления, т.е. образы памяти, репродуцируется в измененном виде. И, как сказал Н.Н. Ланге о представлениях, является вместе с тем и иным. Динамика изменения образа психического состояния имеет свою специфику в зависимости от самого переживаемого состояния. Также было обнаружено, что каждое состояние имеет свой ключевой тип динамики.

М.В. Батенева  
г. Екатеринбург, РГППУ

### **Самосовершенствование и**

#### **самореализация человека в творчестве**

Леонардо да Винчи, А. Суворов, А. Эйнштейн, Л. Толстой, Г. Гейне, С. Прокофьев, П. Ришар, Б. Гейтс, М. Тайсон, А. Свиридова и великое множество известных и неизвестных имён, представителей различных профессий может продолжить этот список – список людей проявивших творческий подход в каком либо виде деятельности и реализовавшие свои способности на каком либо поприще.

Как правило, родные и близкие, склонившиеся над колыбелью младенца, улавливая его первые движения и реакцию на окружающий мир, пророчат новорожденному великое будущее. Фантазия родителей в данной сфере не имеет границ. Здесь, плодотворно выдвигаются гипотезы по поводу того, кто находится перед ними. Поле реализации личности безгранично и предполагает две крайности достигнутого человеком уровня самореализации – это гениальность и бездарность, посредственная и непосредственная личность.

Вопрос о присутствии у человека творческого начала и потребности в самореализации являлся и является актуальным с древних времен и до нашего времени. Способность творить — что это, данность или результат огромных усилий личности на стезе развития и самосовершенствования? Однозначного ответа на этот вопрос не существует и вряд ли кто-либо когда-нибудь сможет на него исчерпывающе ответить.

Как объект исследований, творчество представляет интерес для таких наук как – философия, психология, социология и др., поэтому принципы интерпретации творчества имеют

философский, психологический, социологический, культурологический аспекты анализа.

Творчество является производной реализации индивидом уникальных потенций в определённой области. Реализация способностей в самодетельности человека рассматривается как потребность в самореализации, которую личность никогда не может полностью удовлетворить.

Большой интерес вызывают взгляды и индивидуальные точки зрения на процесс творчества известных личностей.

Естественное желание и потребность человека внести свой вклад во благо общества, а также потребность в самореализации, предоставляет личности возможность прожить прекрасную и полную гармонии жизнь, возможность жить в веках в своих творениях и наследии, оставленном потомкам.

Рассматривая процесс художественного творчества, необходимо осветить его психологические аспекты. К. Юнг отмечал, что психология в своём качестве науки о душевных процессах может быть поставлена в связь с эстетикой. В своё время о загадочности процесса творчества говорил Кант: «...Ньютон все свои шаги, которые он должен был сделать от первых начал геометрии до своих великих и глубоких открытий, мог представить совершенно наглядными не только себе самому, но и каждому другому и предназначить их для преемства; но никакой Гомер или Виланд не может показать, как появляются и соединяются в его голове полные фантазии и вместе с тем богатые мыслями идеи, потому что сам не знает этого и, следовательно, не может научить этому никого другого». А.С. Пушкин писал: «Всякий талант неизъясним. Каким образом ваятель в куске каррарского мрамора видит сокрытого Юпитера и выводит его на свет, резцом и молотом раздробляя его оболочку? Почему мысль из головы поэта выходит уже вооруженная четырьмя рифмами, размеренная стройными однообразными стопами? – Так никто, кроме самого импровизатора, не может понять эту быстроту впечатлений, эту тесную связь между собственным вдохновением и чуждой внешнею волею...».

Некоторые теоретики полагают, что художественная гениальность есть форма умственной патологии. Так, Ч. Ламброзо писал: «Какой бы жестокой и мучительной не выглядела теория, отождествляющая гениальность с неврозом, она не лишена серьёзных оснований...».

Эту же мысль высказывает и А. Шопенгауэр: «Как известно, гениальность редко встречается в союзе с преобладающей разумностью; напротив, гениальные индивидуумы часто подвержены сильным аффектам и неразумным страстям».

Существует иерархия ценностных рангов, характеризующая степень предрасположенности человека к художественному творчеству: способность – одарённость – талантливость – гениальность.

По мнению И.В. Гёте, *гениальность* художника определяется силой восприятия мира и воздействием на человечество. Американский психолог Д. Гилфорд отмечает проявление в процессе творчества шести *способностей* художника: беглости мышления, аналогий и противопоставлений, экспрессивности, умения переключаться с одного класса объектов на другой, адаптационной гибкости или оригинальности, умения придавать художественной форме необходимые очертания.

Художественная *одарённость* предполагает остроту внимания к жизни, умение выбирать объекты внимания, закреплять в памяти эти впечатления, извлекать их из памяти и включать в богатую систему ассоциаций и связей, диктуемых творческим воображением. Талант порождает художественные ценности, имеющие непреходящее национальное, а порой и общечеловеческое значение. Гениальный же мастер создаёт высшие общечеловеческие ценности, имеющие значимость на все времена.

Художественное творчество начинается с обострённого внимания к явлениям мира и предполагает «редкие впечатления», умение их удерживать в памяти и осмыслить. Важным психологическим фактором художественного творчества является *память*. У художника она не зеркальна, избирательна и носит творческий характер. Творческий процесс немислим без *воображения*, которое позволяет комбинационно-творчески воспроизводить цепь представлений и впечатлений, хранящихся в памяти. В художественном творчестве участвуют *сознание* и *подсознание*, *разум* и *интуиция*. При этом подсознательные процессы играют здесь особую роль.

Американский психолог Ф. Беррон обследовал с помощью тестов группу из пятидесяти шести писателей – своих соотечественников и пришел к выводу, что у писателей эмоциональность и интуиция высоко развиты и преобладают над рассудочностью. Из 56 испытуемых

50 оказались «интуитивными личностями» (89%), тогда как в контрольной группе, где были представлены люди, профессионально далекие от художественного творчества, личностей, обладающих развитой интуицией, оказалось в три с лишним раза меньше (25%).

Идеалистические концепции в эстетике абсолютизировали роль бессознательного в творческом процессе (внимание З. Фрейда и его психоаналитической школы). Художник как творческая личность был превращен психоаналитиками в объект самонаблюдения и наблюдения критики. Психоанализ абсолютизирует роль бессознательного в творческом процессе, выдвигая в отличие от других идеалистических концепций на передний план бессознательное сексуальное начало. З. Фрейд полагал, что в акте творчества происходит вытеснение из сознания художника социально непримиримых начал и устранение тем самым реальных жизненных конфликтов. Неудовлетворенные желания – побудительные стимулы фантазии.

Таким образом, в творческом процессе взаимодействуют бессознательное и сознательное, интуиция и разум, природный дар и приобретенный навык.

Важно, когда художник находится в состоянии *вдохновения*. Это – специфическое творчески-психологическое состояние ясности мысли, интенсивности её работы, богатства и быстроты ассоциаций, глубокого проникновения в суть жизненных проблем, могучего «выброса» накопленного в подсознании жизненного и художественного опыта и непосредственного включения его в творчество. Вдохновение рождает необыкновенную творческую энергию. В состоянии вдохновения достигается оптимальное сочетание интуитивного и сознательного начал в творческом процессе.

Творчество является атрибутом человеческой деятельности, её «необходимое, существенное, неотъемлемое свойство». Творчество является высшей формой активности и самостоятельной деятельности человека и общества. Оно содержит элемент нового, предполагает оригинальную и продуктивную деятельность, способность к решению проблемных ситуаций, продуктивное воображение в сочетании с критическим отношением к достигнутому результату. Творчество – это исторически эволюционная форма активности людей, выражающаяся в различных видах деятельности и ведущая к разви-

тию личности. Через творчество реализуются историческое развитие и связь поколений. Предварительным условием творческой деятельности выступает процесс познания, накопления знания о предмете, который предстоит изменить.

Творческая деятельность – это самодеятельность, охватывающая изменение действительности и самореализацию личности в процессе создания материальных и духовных ценностей, новых более прогрессивных форм управления, воспитания и т.д. Преобразующая деятельность человека, воспитывает в нем субъект творчества, прививает ему соответствующие знания, навыки, воспитывает волю, делает его всесторонне развитым, позволяет создавать качественно новые уровни материальной и духовной культуры, т.е. творить. Таким образом, принцип деятельности, единство труда и творчества раскрывают социологический аспект анализа основ творчества.

Культурологический аспект исходит из принципа преемственности, единства традиции и новаторства. Творческая деятельность есть главный компонент культуры, её сущность. Творчество в качестве необходимого условия включает в себя вживание его субъекта в культуру, актуализацию некоторых результатов прошлой деятельности людей.

Самореализация, по З. Фрейду, локализуется в бессознательном слое человеческой психики и проявляется в «стремлении к удовольствию», присущем человеку с рождения. Этой инстинктивной потребности в самореализации противостоят навязанные обществом императивные требования культуры (нормы, традиции, правила), основная функция которых состоит в цензуре за бессознательным, в подавлении инстинктоподобных потребностей.

Немало страниц посвящает характеристике потребности в самореализации Э. Фромм. Он связывает её с потребностями человека в идентичности и целостности. Человек, отмечает З. Фрейд, отличается от животного тем, что он стремится выйти за пределы непосредственных утилитарных запросов, хочет знать не только то, что необходимо ему для выживания, но и стремится познать смысл жизни и сущность своего «Я». Эта самореализация достигается индивидом с помощью вырабатываемой им системы ориентаций в общении с другими людьми. Потребность в самореализации, по Фромму, есть

### **Диагностика самооценки и самооценки у студентов**

экзистенциальная потребность – психическое состояние, вечное и неизменное в своей основе. Особенность потребности в самореализации состоит в том, что, удовлетворяя её в единичных актах деятельности (например, написание романа, создание художественного произведения) личность никогда не может удовлетворить её полностью. Удовлетворяя базовую потребность в самореализации в различных видах деятельности, личность преследует свои жизненные цели, находит свое место в системе общественных связей и отношений.

Таким образом, плоды цивилизации и культуры, которыми мы ежедневно пользуемся в повседневной жизни, мы воспринимаем как нечто вполне естественное, как результат развития производственных и общественных отношений. Но за таким безликим представлением сокрыто великое множество исследователей и великих мастеров осваивающих мир в процессе своей человеческой деятельности. Именно творческая деятельность наших предшественников и современников лежит в основе прогресса материального и духовного производства.

Творчество является атрибутом человеческой деятельности – это исторически эволюционная форма активности людей, выражающаяся в различных видах деятельности и ведущая к развитию личности. Главный критерий духовного развития человека – это овладение полным и полноценным процессом творчества.

Творческая деятельность – это самодеятельность, охватывающая изменение действительности и самореализацию личности в процессе создания материальных и духовных ценностей, которая способствует расширению пределов человеческих возможностей. Объединение всех сущностных сил человека, проявление всех его личностных особенностей в деле способствуют развитию индивидуальности, подчеркивают, наряду с общими для многих признаками, его уникальные и неповторимые черты..

Если человек освоил творчество в полной мере – и по процессу его течения и по результатам – значит, он вышел на уровень духовного развития. Ему доступно переживание моментов единения всех внутренних сил. Если человек вышел на уровень духовного развития, какой бы он деятельность не занимался, остается одно – пожелать ему счастливого пути.

Проблема развития самосознания является одной из ключевых в психологии. Она широко обсуждается в рамках отечественных и зарубежных психологических исследований. Изучение структуры самосознания, динамики его развития представляет большой интерес, как в теоретическом, так и в практическом плане, поскольку позволяет приблизиться к пониманию механизмов формирования личности.

Актуальность данного исследования заключается в попытке рассмотреть особенности формирования самосознания, т.е. самооценки и самоотношения, у современной молодежи.

Теоретической основой работы послужили исследования как отечественных авторов – Л.И. Божович, И.И. Чесноковой, А.Г. Спиркина, И.С. Кона, В.В. Столина, М.И. Лисиной, Б.Г. Ананьева и др., так и зарубежных – У. Джемса, Э. Эриксона, К. Роджерса, Р. Бернса и др.

В указанных работах рассматриваются такие вопросы как структура самосознания, динамика его развития в онтогенезе, социально-перцептивные аспекты самосознания, связанные с особенностями самооенок, с самосознанием и познанием других людей.

Существуют многочисленные исследования, показывающие, сколь значительную роль играет самосознание в жизни человека, обеспечивая структурирование поступающей к нему информации и выступая как мотивирующий фактор.

В настоящее время изучение самооценки самоотношения и самооценки как компонента самосознания и ее связи с личностными чертами представляется наиболее перспективным. На сегодняшний день разработаны теоретические положения, определяющие место самооценки в структуре самосознания, делаются попытки определить структуру самооценки, ее возрастную динамику, связь с личностными чертами, такими как тревожность, агрессивность и др.

Обследования проводилось на студентах I курса экономического факультета (50 человек, из них 27 девушек и 23 юношей) УЭК (Уральского экономического колледжа, г. Ревда), средний возраст которых 17 лет.

В диагностике были использованы следующие методики: