



Зиник И.Н.

Результаты внедрения программы «Развитие рефлексивности»*

В отечественной психологии не так много глубоко проработанных теорий, идеи которых подвергались бы эмпирическим испытаниям. Одна из них - широко известная и признанная в профессиональном сообществе психологов теория интегральной индивидуальности (ИИ) В.С.Мерлина.

Концепция личности В.С.Мерлина раскрывается через его подход к пониманию человека как интегральной индивидуальности, т. е. взаимосвязям ряда свойств, относящихся к нескольким иерархическим уровням, подчиненным различным закономерностям [1]. Исследования в данной области психологического знания продолжаются в Пятигорской школе психологии под руководством В.В. Белоуса (Муртазаева И.А., Иванова О.М., Мищенко Л.В. и др.).

В настоящее время оживленный интерес в научных кругах вызывает так же проблема рефлексивности. Этот интерес обусловлен уникальностью самого свойства рефлексивности. «Действительно, благодаря такому свойству как «данности самого сознания самому себе» человек понимает, что наделен таким уникальным качеством, которого нет ни у одного из живых существ – способностью анализировать». [4,45]

Рефлексия – это процесс самопознания субъектом внутренних психических актов и состояний [4].

Эксперимент, о котором я хочу рассказать, проводился в рамках исследования особенностей структур интегральной индивидуальности студентов с различным уровнем развития рефлексивности [3].

Экспериментальная работа по исследованию особенностей структур интегральной индивидуальности студентов с различным уровнем развития рефлексивности проводилась в два этапа.

Первый этап представлял собой констатирующий эксперимент. В рамках которого были изучены структуры интегральной индивидуальности студентов с высоким и низким уровнем развития рефлексивности.

Второй этап представлял собой формирующий эксперимент. Здесь мы, во-первых, разработали программу развития рефлексивности, которая получила название «Тренинг рефлексивности». Во-вторых, разделили группу низкореклексивных студентов на две – контрольную и экспериментальную, а группу высоко-рефлексивных студентов мы стали рассматривать как эталонную. В-третьих, после проведения тренингов мы сравнили уровень развития рефлексивности во всех трех группах, и еще раз проанализировали личностный и социально-психологический

* Материалы представлены научным руководителем – зав. кафедрой общей психологии Пятигорского гос. лингвистического университета, профессором, доктором психологических наук В.В. Белоус



уровни интегральной индивидуальности студентов этих трех групп.

Программа тренинга развития рефлексивности разрабатывалась с учетом данных, полученных в констатирующем эксперименте. Так выяснилось, что значительные различия в структурах интегральной индивидуальности появляются на личностном и социально-психологическом уровнях интегральной индивидуальности.

Тренинг «Развития рефлексивности» включал в себя 10 занятия по 6 часов, занятия проводились один раз в неделю.

В рамках нашей программы студенты низкорексивной группы были разделены на две группы - экспериментальную и контрольную. Таким образом, в экспериментальную группу вошло 18 человек, а в контрольную 27 человек. Меньшее количество людей в экспериментальной группе объясняется требованиями к численности психотерапевтических групп, в частности к группам тренинга «Личностного роста».

В программу тренинга входили следующие виды занятий [3] – дискуссии на экзистенциальные темы; групповые упражнения, направленные на осознание себя и других людей.

Программа тренингов включала в себя следующие задачи:

- научить студентов самоанализу;
- научить студентов на поведенческом уровне обеспечивать непосредственный самоконтроль поведения в актуальной ситуации;
- отработать навыки элементарного анализа прошлых и актуальных ситуаций;
- научить соотносить собственное поведение в настоящем и события, которые предположительно могут произойти с ними в будущем.

После завершения курса тренингов, мы провели повторное исследование уровня развития рефлексивности в контрольной и в экспериментальной группах.

Нами были получены следующие результаты:

- в контрольной группе уровень рефлексивности составил 4,5 балла, что соответствует низкому и среднему уровню развития рефлексивности;
- экспериментальной группе 16 человек из 18 (88,9%) показали результат более 7 баллов, что соответствует высокому уровню развития рефлексивности (средний балл составил 6,8), для сравнения результат студентов высокорексивной группы в среднем составил - 7,75.

Кроме того, изменилась интегральная индивидуальность данной группы студентов особенно личностный уровень. Так «общая интернальность» студентов низкорексивной группы, прошедших тренинговую программу значительно повысился. Если в контрольной группе высокий уровень общей интернальности показывали 17,7% студентов низкорексивной группы, то в экспериментальной - высокие оценки по данному показателю показывают уже 83,3% студентов группы. Положительная динамика наблюдается по всем показателям интернальности - интернальность в межличностных отношениях, интернальность в сфере производственных отношений и т.д.



Таким образом, после количественной обработки был проведен статистический анализ результатов с помощью коэффициента корреляции Стьюдента. Данные анализа показали, что статистически значимые различия получены по всем показателям личностного уровня и по 10 из 13 показателей психосоциального уровня. Т.е. изменился не только уровень рефлексивности, но и произошли изменения в структурах интегральной индивидуальности. Следует заметить, что сильные изменения мы можем наблюдать только на личностном уровне, а динамика психосоциального уровня не так заметна. Это можно объяснить тем, что личностные изменения, произошедшие во время тренинга еще не нашли своей реализации во внешнем поведении.

Таким образом, мы можем говорить о том, что наше исследование в рамках формирующего эксперимента может положить начало исследованиям в области развития рефлексивности в рамках развития интегральной индивидуальности средствами группового тренинга.

Литература

1. Белоус В.В. Введение в психологию полиморфной индивидуальности. Монография. 3-е изд. - переработанное и дополненное. - Москва-Пятигорск: РАО-ПГЛУ, 2005.
2. Гаджиева Н. М., Никитина Н. Н., Кислинская Н. В. Основы самосовершенствования: тренинг самосознания. - Екатеринбург: Деловая книга, 1998.
3. Зиник И.Н. Исследование особенностей структуры интегральной индивидуальности у студентов с различным уровнем развития рефлексивности.//Университетские чтения - 2006. Материалы научно-методических чтений ПГЛУ. - Часть VII.- Пятигорск: ПГЛУ, 2006.
4. Карпов А.В. Рефлексивность как психическое свойство и методика ее диагностики. //Психологический журнал, 2003, том 24, №5, с.45
5. //Психологический журнал, 2003, том 24, №5, с.45