

УДК 378.178:159.922.4

doi: 10.18101/1994-0866-2017-4-69-74

ЭТНОПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ТРЕНИНГ И ЕГО РОЛЬ В РАЗВИТИИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ СТУДЕНТОВ

© *Калмыкова Елена Михайловна*

кандидат психологических наук, старший преподаватель,
Бурятский государственный университет
Россия, 670000, г. Улан-Удэ, ул. Смолина, 24а
E-mail: sweetheart79@list.ru

В статье рассматривается значимость потребности личности в самореализации, а именно в самоактуализации личности в современном мире. Самоактуализация — это процесс реализации и результат личностных возможностей человека, использование заложенного в нем потенциала, сбалансированное и гармоничное развитие всех аспектов личности. Вместе с тем особое внимание в статье уделяется роли этничности в развитии личности. Ведь именно в деятельности, поступках и поведении человека проявляются этнические особенности. Одни исследователи отмечают утрату роли этничности в структуре личности, другие, напротив, говорят о негативном влиянии этничности на психическое и духовное развитие человека. Немаловажную роль играют здесь также этническое воспитание и образование детей, подростков и студенчества. Этнопедагогика уделяет огромное внимание вопросам морально-этических и эстетических воззрений на исконные ценности семьи, рода, племени, народности, нации.

В статье также показана роль этнопсихологического тренинга в развитии самоактуализации личности студентов. Разработана программа этнопсихологического тренинга, направленного на нивелирование негативных этнических стереотипов и, как следствие, формирование толерантной направленности личности. Сглаживание, нивелирование негативных этнических стереотипов способствовало повышению уровня самоактуализации студентов, о чем свидетельствуют результаты проведенного исследования. Эффективность программы подтверждена статистически.

Ключевые слова: самоактуализация личности, этничность, этнопсихологический тренинг, направленность, автостереотипы, гетеростереотипы.

В современном развивающемся мире потребность в самореализации — это основополагающее свойство зрелой личности, источник долголетия человека. Идея самореализации чрезвычайно значима для многих концепций человеческой личности. Личность, использующая собственное индивидуальное своеобразие и особенности социальной среды, способна к раскрытию своего внутреннего потенциала, т. е. к самоактуализации.

Необходимость изучения проблемы обусловлена особой значимостью вопросов самоактуализации в условиях современного неустойчивого полиинформационного мира. Самоактуализация определяется как стремление, процесс реализации и результат личностных возможностей человека, наиболее полное и позитивное использование им своего потенциала, процесс полноценного развития, саморазвития, самопознания, самосовершенствования, сбалансированное и гармоничное развитие всех аспектов личности (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Фромм, Э. Шостром, Д. А. Леонтьев, Н. И. Полубабкина и др.).

Следующий момент, обуславливающий актуальность нашего исследования, заключается в спорах по поводу роли этничности в развитии личности. Одни считают,

что в условиях глобализации этническая идентичность теряет свою роль в индивидуальной судьбе человека. Другие, напротив, отмечают, что унификация современного общества и личности только усугубляет проблемы психического и духовного развития [6].

При возрастании роли этнических факторов в жизни как общества в целом, так и отдельной личности логичным является предположение о значимой роли этничности в развитии личности.

Процессы демократизации, происходящие в нашей стране, требуют учета роли этнических особенностей, которые обнаруживают себя именно в деятельности, поступках, поведении людей. В этой связи имеет большое значение изучение тех стереотипизированных внешних проявлений психической деятельности, которые находят отражение в наборе традиционных, этнически своеобразных форм поведения. Они являются одним из средств идентификации индивидов с данной этнической общностью.

Немаловажную роль играют здесь также этническое воспитание и образование детей, подростков и студенчества. Этнопедагогика уделяет огромное внимание вопросам морально-этических и эстетических воззрений на исконные ценности семьи, рода, племени, народности, нации. Этнопедагогика объясняет народную педагогику и предлагает пути ее использования в современных условиях, собирает и исследует опыт этнических групп, основанный на многовековом, естественно развивающемся соединении народных традиций.

Трудность изучения самоактуализации заключается в том, что она представляет собой сложное комплексное образование, включающее в себя ряд взаимосвязанных личностных свойств. Теоретические и эмпирические исследования показывают, что самоактуализирующуюся личность отличают активность, самоуважение, самопринятие, автономность, уверенность в себе, креативность [2].

В статье разрабатывается подход к проблеме самоактуализации личности через активизацию процесса этнической идентичности и повышение этнической толерантности.

Этнопсихологический тренинг как активный метод обучения толерантности является важной составляющей психолого-педагогической программы воспитания молодежи. Этнопсихологический тренинг — планомерно осуществляемая программа разнообразных упражнений с целью формирования и воспитания терпимого отношения к себе и окружающим независимо от этнической принадлежности, вероисповедания, убеждений.

Программа этнопсихологического тренинга со студентами направлена на осознание этнической обусловленности поведения и общения человека, преодоление этнической предубежденности и этноцентризма. Занятия этнопсихологического тренинга, направленные на повышение толерантности личности, являются средством развития самоактуализации личности в студенческом возрасте [8].

Особой областью изучения является рассмотрение оснований этнической идентичности. Человек относит себя к этнической группе на основании признаков, характеризующих этнос. Это общность исторического происхождения, общая территория проживания, культура и др. Своеобразие исторических путей развития этнических групп проявляется в том, что ключевые этноопределяющие признаки имеют неодинаковое значение для разных этнических групп. Исследование эмоционально-оценочных компонентов этнических стереотипов, а именно измерение их знака («позитивности» или

«негативности») и величины общей эмоциональной направленности авто- и гетеростереотипов, проводилось на основе ДТО (Диагностический тест отношений Г. У. Кцоевой).

В основе нашего исследования лежит положение о том, что для формирования позитивной этнической идентичности, или «нормы», способствующей повышению уровня самоактуализации личности, необходимо наличие положительного образа «мы» (автостереотипа) и позитивного образа «они» (гетеростереотипа) при условии выраженного предпочтения своей группы.

Основной методический принцип заключался в том, при познании другого человека субъект не только указывает на определенные психические качества, но и оценивает степень их выраженности у познаваемого объекта, в роли которого может выступать как отдельная личность, так и группа в целом.

Анализ результатов исследования носил сравнительный характер и проводился по двум группам: студенты бурятской и русской национальности. Средние значения расчетных показателей диагностического коэффициента по группам и объектам оценивания представлены в таблице 1.

Таблица 1

Средние показатели диагностических коэффициентов входной диагностики

| Группы | Параметры | | | | | | | | | |
|---------|------------|-------|-------|-------|---------------|-------|-------------------|-------|-------------------|-------|
| | самооценка | | идеал | | автостереотип | | гетеростереотип 1 | | гетеростереотип 2 | |
| | до | после | до | после | до | после | до | после | до | после |
| буряты | 0,25 | 0,19 | 0,34 | 0,37 | 0,13 | 0,11 | 0,16 | 0,16 | 0,02 | 0,02 |
| русские | 0,15 | 0,16 | 0,38 | 0,35 | 0,13 | 0,13 | 0,1 | 0,1 | 0,01 | 0,04 |

Из таблицы 1 следует, что в обеих группах самую высокую определенность, характеризующую существенной позитивной выраженностью и направленностью, имеет оценка «идеал». Если рассматривать данную оценку в качестве нормативной точки отсчета, то ближе всего по степени позитивной эмоциональной определенности располагаются параметры самооценок и автостереотипов. Самую высокую неопределенность в обеих выборках имеют гетеростереотипы.

Приведенные в таблице 1 данные показывают, что в обеих группах — позитивные авто- и гетеростереотипы, причем диагностические коэффициенты автостереотипов в обеих выборках абсолютно одинаковы. Но этническая идентичность сильнее выражена у студентов русской национальности. Однако коэффициенты по остальным параметрам в данной группе испытуемых ниже, чем показатели студентов бурятской национальности. Интересным представляется отметить тот факт, что в выборке студентов бурятской национальности не наблюдается явного предпочтения своей группы при наличии позитивного образа типичного русского. Разница между значениями не столь велика, но нам представляется необходимым отметить этот факт.

Сравнивая образ типичного представителя своей этнической группы и образ типичного представителя другой этнической группы, мы наблюдаем тенденцию к ярко выраженному эмоциональному предпочтению своей этнической группы при наличии, тем не менее, позитивного образа типичного представителя другой. Полученные результаты свидетельствуют о том, что испытуемые бурятской национальности имеют положительный образ «мы» и положительный образ «они».

В полученных данных диагностического коэффициента проявляется особенность данной выборки. Во-первых, это этнически смешанная группа студентов, состоящая наполовину из русских и бурят. С одной стороны, студенты находятся под влиянием бурятской и русской культур, язык повседневного общения — русский. С другой стороны, все усиливающееся возрождение национального самосознания и национальной культуры через средства массовой информации способствует усилению чувства принадлежности к собственной этнической группе. Можно сделать предположение о существовании некой иерархии в структуре этнической идентичности сегодняшней молодежи, то есть наличии в ней элементов, по которым человек относит себя к разным этническим группам.

Этнические стереотипы как эмоционально непосредственная форма отражения социальной действительности подвергаются значительному влиянию субъективных факторов. В частности, студенты из этнически однородных групп с высокой субъективной приверженностью традициям и обычаям своей этнической культуры более идентифицируют себя с собственной этнической группой, нежели студенты из этнически смешанных групп, какой и является наша выборка испытуемых.

Сравнительный анализ диагностических коэффициентов гетеростереотипов в обеих группах показывает, что среди испытуемых бурят и испытуемых русских существуют позитивные образы друг о друге. Позитивен и образ типичного чеченца, но диагностические коэффициенты в обеих группах очень малы, причем у испытуемых русской национальности коэффициент выше, чем у испытуемых бурятской национальности. Все это позволяет сделать предположение о том, что и буряты, и русские, осознавая и принимая во внимание существование данной этнической группы, все же с недоверием относятся к ее представителям. Это может быть последствием влияния СМИ на сознание людей, где с самого начала был сформирован негативный образ представителей этой кавказской республики. Тем не менее мы можем сказать, что испытуемые обеих выборок, несмотря на вышеуказанные условия, являются людьми толерантными по отношению к другим этническим группам.

Для статистической проверки данных был использован Т-критерий Вилкоксона, который позволил установить по окончании тренинговой сессии увеличение диагностического коэффициента гетеростереотипов. $T_{эмп.} > T_{кр.}$ ($p=0,05$), значит принимается гипотеза об интенсивности сдвига в типичном направлении, то есть об увеличении диагностических показателей. Это позволяет говорить о том, что занятия этнопсихологического тренинга способствовали снижению негативных оценок представителей другой этнической группы.

По результатам использованной для определения уровня самоактуализации испытуемых методики «Опросник личностной ориентации» видно, что процент испытуемых, не обладающих качествами, характерными для самоактуализирующейся личности, выше, чем процент самоактуализирующихся испытуемых. Другая ситуация складывается после проведения занятий этнопсихологического тренинга. Процент самоактуализирующихся испытуемых увеличился по всем дополнительным шкалам опросника ЛиО.

Произошло изменение данных по дополнительным шкалам опросника, то есть наблюдается сдвиг в процессе самоактуализации личности, причем сдвиг положительный. Уровень самоактуализации испытуемых в данной выборке, несомненно, повысился. По некоторым шкалам заметен значительный скачок в сторону увеличения (рис. 1).

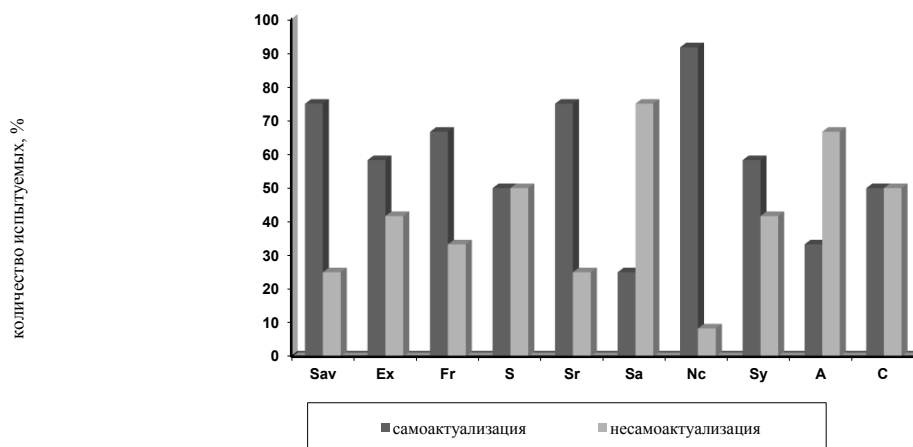


Рис. 1. Диаграмма распределения студентов по дополнительным шкалам по результатам выходной диагностики

Полученные результаты позволяют нам говорить о том, что занятия, проводимые в рамках тренинга, оказали положительный эффект на испытуемых. Так, увеличилось число тех, кто в полной мере принимает и разделяет ценности самоактуализирующейся личности, описанные А. Маслоу.

О положительном эффекте тренинговых занятий свидетельствует и проведенное по окончании занятий анкетирование испытуемых. Все студенты проявили интерес к вопросам толерантности — интолерантности, отметили актуальность данной темы в повседневном межэтническом общении. Во время занятий особый интерес вызвало обсуждение вопросов дискриминации и прав человека. Многие студенты считают, что каждый из нас толерантен, но, чтобы быть толерантной личностью, нужно воспитывать в себе это качество. Важным событием тренинга, по мнению испытуемых, явились совместные обсуждения выдвинутых проблем, которые помогли раскрыть человека, лучше узнать себя и своего партнера по общению, а также то, что проведенные занятия были действительно полезными и могут быть во взрослой жизни, в реальном общении.

Таким образом, исходя из вышеизложенного, можно говорить о положительном влиянии занятий этнопсихологического тренинга. Сглаживание, нивелирование негативных этнических стереотипов способствовало повышению уровня самоактуализации студентов, о чем свидетельствуют полученные результаты проведенного исследования. Значит, этнопсихологический тренинг играет важную роль в развитии самоактуализации личности студентов.

Литература

1. Бужгеева Е. М. Этнопедагогические и этнопсихологические аспекты самоактуализации личности студентов // Вестник Бурятского государственного университета. Вып. Педагогика. — 2007. — С. 168–175.
2. Изакова А. Т. Некоторые проблемы самоактуализации в гуманитарной психологии. <http://www.ksu.kz>.
3. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы. — М., 1999.
4. Московцев Н. А. Социальная адаптация студента и современные образовательные технологии // Право и образование. — 2005. — № 1. — С. 85–110.

5. Сафин В. Ф. Динамика оценочных эталонов в подростковом и юношеском возрасте // Вопросы психологии. — 1982. — № 1. — С. 69–75.
6. Солдатова Г. У. Психология межэтнической напряженности. — М.: Смысл, 1998.
7. Солдатова Г. У., Шайгерова Л. А., Шарова О. Д. Жить в мире с собой и другими: тренинг толерантности для подростков. — М., 2001.
8. Тудупова Т. Ц. Этнопсихологический тренинг с подростками. — Улан-Удэ, 2006.
9. Тудупова Т. Ц., Бужгеева Е. М. Этнопсихологический тренинг как средство самоактуализации личности студентов: монография. — Улан-Удэ: Изд-во Бурят. гос. ун-та, 2007. — 144 с.

ETHNOPSYCHOLOGICAL TRAINING AND ITS ROLE IN DEVELOPMENT
OF STUDENTS' SELF-ACTUATING

Elena M. Kalmykova

Cand. Sci. (Psych.), Senior Lecturer, Buryat State University
24a Smolina St., Ulan-Ude 670031, Russia
E-mail: sweetheart79@list.ru

The article considers the importance of individual's need for self-actuating in the modern world. Self-actualization is a process and a result of personal fulfillment, achievement of individual's true potential, balanced and harmonic development. Herewith, special attention should be paid to the role of ethnicity in personal development. Ethnic peculiarities are vividly seen through activity, actions and behavior of people. Some scientists speak about the loss of ethnicity in personality integration; others, on the contrary, consider that ethnicity has negative impact on mental and spiritual development of people.

Ethno-pedagogy pays particular attention to ethical, moral and aesthetic views on traditional values of the family, kin, nationality, and nation. So, ethnic education of schoolchildren and students is of great significance.

The article also shows the role of ethnopsychological training in the development of students' self-actuating and pays attention to the role of ethnopsychological training' in the process of students' self-actualization development. We have worked out ethnopsychological training program aimed at neutralizing negative stereotypes, and as a result at development of tolerant personality orientation. The research reveals that negative stereotypes neutralizing contribute to increase in the level of students' self-actuating. The effectiveness of the program has been confirmed statistically.

Keywords: self-actualization; ethnicity; ethnopsychological training; personality orientation; auto-stereotypes; hetero-stereotypes.