

НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ
ТОМСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ
РОССИЙСКИЙ ФОНД ФУНДАМЕНТАЛЬНЫХ ИССЛЕДОВАНИЙ
ТОМСКОЕ РЕГИОНАЛЬНОЕ ОТДЕЛЕНИЕ
РОССИЙСКОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ОБЩЕСТВА

КОМПЛЕКСНЫЕ ИССЛЕДОВАНИЯ ЧЕЛОВЕКА: ПСИХОЛОГИЯ

МАТЕРИАЛЫ VII СИБИРСКОГО ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФОРУМА

Часть 1

**Аттракторы и идентичности
человека цифровой эпохи.
Образование. Воспитание. Творчество**

Томск
Издательский Дом Томского государственного университета
2017

10. Яницкий М.С., Серый А.В., Пелех Ю.В. Ценностно-смысловая парадигма как основа пост-неклассической педагогической психологии // Философия образования. 2013. № 1. С. 175–186.

PSYCHOLOGY OF MEANING AND THEORY OF PSYCHOLOGOLOGICAL SYSTEMS

Buravleva N.A., PhD in psychology, associate professor, associate professor of the department of psychological and pedagogical education, Tomsk State Pedagogical University, Tomsk, Russia. E-mail: buravljova-nata-bn@rambler.ru

Abstract. Studies in the XXI century are becoming increasingly anthropological in nature. Their relevance is due to rapid changes in the world, situations of uncertainty, different points of view on certain phenomena. The central question of psychological science is the study of the meanings and values of individual life, their generation, changes, values in human life. In postmodern psychology, this issue is of significant importance. Studies of recent years have focused on different aspects of the value-semantic sphere of an individual. Meanings are an indicator of human development, subjectivity, the ability to resolve the contradictions of one's own development, determine human behavior, set the vector of human development. If there are no sense orientations in a person, then there is a state of frustration or existential vacuum. The new perspective of personality research opens up the theory of psychological systems. From the point of view of post-nonclassical psychology, it considers a person as an open self-organizing system where all parameters are interrelated, influence each other, and the semantic personalities are represented in the context of the integrity of a person and his multidimensional life world. This approach opens the possibility to understand how the space of a person's life arises, in which he acts, fulfilling himself and his reality. The fundamentals of treating a person as a complexly organized system could be seen in the scientific legacy of L.S. Vygotsky and A.N. Leontiev. As a method of research, the theory of psychological systems is advanced by transselective analysis, which is oriented toward the reconstruction of the internal logic of the development of open self-developing systems, the analysis of their self-movement, and the removal of contradictions of the external and internal, subjective and objective. The emphasis is on the concepts of "unity", "co-being", "co-presence". In the theory of psychological systems, the main issue is the study of the formation, self-realization of the personality, the realization of the transition of possibility into reality. Harmonization of meanings in a man is manifested in him at the level of the emergence of more complex forms of interaction with the environment, in the growth of the person's openness to the world. Semantic structures are not frozen formations, they are constantly changing and becoming more complex. Comprehension of meanings promotes the person's going beyond the limits of an ego, to transcendence.

Keywords: theory of psychological systems; ontology of meaning; value-semantic sphere; personality; anthropologization of knowledge; self-realization; transcendence.

УДК 159.9.07

ПЕРСПЕКТИВА ИСПОЛЬЗОВАНИЯ СОСТОЯНИЙ РЕЛАКСАЦИИ ДЛЯ РЕАЛИЗАЦИИ КРЕАТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА

В.С. Выскочков

Сибирский государственный медицинский университет,
Национальный исследовательский Томский государственный университет, Томск, Россия
E-mail: vysko4kov@yandex.ru

Аннотация. Рассматривается перспектива использования состояний релаксации, вызванных с помощью метода синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики, для реализации креативного потенциала личности.

Ключевые слова: фрактальная динамика; креативные состояния сознания; креативность; креативный потенциал; психотехнологии; релаксация.

Введение. Вопрос креативности является одним из ключевых в современном мире усложняющихся задач. Проблемы, которые приходится решать современным специалистам, требуют комплексного подхода и «свежего» взгляда. Работодатели хотят видеть гибких, находчивых, инициативных специалистов, способных находить нетривиальные, уникальные решения поставленных задач. Все эти качества, по мнению многих исследователей, могут характеризовать креативность.

В связи с запросом работодателей на креативных специалистов рынок психологических услуг предлагает большое количество тренингов и программ по развитию креативности у конкретного работника или у рабочего коллектива. Однако обычно подобные программы требуют достаточно долгого времени на их реализацию, которого, как правило, и так не хватает.

В то же время можно отметить интенсивное внедрение в рынок психологических услуг «майнд-машин» и прочих технических изобретений, включая цифровые программы, позволяющих каким-либо образом влиять и усиливать различные целевые когнитивные способности человека. Использование данного вида воздействия существенно сокращает требуемое для эффекта время, а также добавляет интерактивность, что существенно увеличивает включенность клиента в процесс оказания услуги.

Исходя из эффективности цифровых технологий для усиления тех или иных целевых функций человека, нашей исследовательской командой было принято решение о разработке цифрового продукта, который позво-

лял бы за короткий промежуток времени усилить креативность человека. В качестве метода нами была выбрана технология синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики.

Обоснование метода. Проведенные нашей командой исследования влияния синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики (далее – СФМД) показали, что СФМД способна индуцировать измененные состояния сознания (далее – ИСС) [3]. В то же время В.И. Кабрин [2, 3] в своих работах показал, что во всем спектре ИСС существует специальный спектр, который он предложил называть креативными состояниями сознания (далее – КСС).

Если говорить про влияние ИСС на творческую сферу, а соответственно, и на креативность, то в работах О.В. Кулагиной отмечается вероятность того, что многие известные работы древних творцов создавались в ИСС [4]. Кроме этого, существуют данные, в которых показано, что человек, находясь в ИСС, сталкивается с новым опытом, который в дальнейшем реализуется в творчестве. Данная идея характерна для феномена КСС. Также отдельно исследовались творческие продукты, созданные в ИСС. Было показано, что данные продукты создавались не с целью отображения окружающего мира, а с целью отображения опыта соприкосновения с мирами, находящимися за пределами восприятия в базовом состоянии сознания. Таким образом, можно заключить, что ИСС способны продуктивно влиять на творческие способности как человека, так и группы [1].

Переходя к КСС, стоит отметить что данный феномен разрабатывается в транскомуникативном подходе. Автор считает, что среди всего спектра ИСС существуют такие, которые способны реализовывать коммуникацию с БСС и тем самым актуализировать процесс осознания (как перехода ценностного в когнитивное). Такие состояния предлагается называть креативными. Отличительными чертами КСС являются безопасность и управляемость [3].

По мнению В.И. Кабрины, встреча с новым всегда связана со стрессом (а именно коммуникативным стрессом), так как встреча не гарантирована. По Г. Селье, существует два вида стресса как базовой реакции организма на неожиданность, сопровождающейся всплеском энергии. Это дистресс, негативный тип стресса, с которым организм не в силах справиться, и эустресс как общее волнение, не имеющее отрицательной коннотации. Коммуникативный стресс порождает децентрацию, но не переходящую определенную черту, связанную с психофизиологическим напряжением (являясь по своей природе эустрессом), и энергия такого коммуникативного стресса несет креативный заряд, что, в свою очередь, повышает вероятность встречи, и с этого момента энергия стресса преобразуется в энергию «транса» (стресс-транс-формация). Реализация данного фактора рассматривается как первичное творческое достижение [2, 6].

Исходя из вышесказанного, КСС можно рассматривать как некий буфер, способный выполнять переход между измененными состояниями сознания и базовым, сохраняя способность реализовать полученный опыт, например, в творчестве.

Таким образом, сопоставив результаты теоретического анализа и наших исследований, мы пришли к выводу, что использование СФМД и ее возможности наводить ИСС способно усиливать креативность.

Результаты исследований возможности СФМД усиливать креативность в творческой сфере. Для проверки гипотезы о возможности усиливать креативность нами было выполнено эмпирическое исследование, которое проводилось на базе лаборатории психологических практик ТГУ. В исследовании приняли участие 43 человека, из которых 17 человек являются учащимися 1-го курса ТПУ, а 26 – учащиеся 4-го курса СибГМУ; 17 мужчин и 26 женщин. Средний возраст участников составляет $(20,7 \pm 2)$ года.

Респондентам предлагалось написать два коротких рассказа по сюжетным картинкам, взятым из методики «РАТ» [5], до контрольного воздействия синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики и после. Далее полученные тексты обрабатывались методом качественного психосемантического анализа. Анализ выполненных участниками работ показал, что в 55,17% случаев наблюдается повышение проявлений новых ценностно-смысловых концептов после воздействия фрактальной и музыкальной динамикой, в 13,79% – понижение и в 31,04% – отсутствие изменений. Изменения в степени проявления новых ценностно-смысловых концептов (до воздействия и после) статистически достоверны ($p < 0,005$). Полученные изменения говорят о появлении новых ценностно-смысловых концептов; это свидетельствует о встрече с новым опытом, что потенциально способствует усилению креативности.

Для исследования групповой креативности нами применялся метод группового рисунка. Группам давалось задание нарисовать групповой рисунок до синхронизированного фрактального и музыкального воздействия и после. При этом какой-то специальной инструкции или каких-либо других ограничений в работе нами не было установлено. Далее результаты были качественно проанализированы по трем выделенным признакам креативности. Исходя из усиления креативности по двум из трех признаков, мы сделали вывод, что синхронизированная фрактальная и музыкальная динамика способствует усилению групповой креативности [1].

Однако анализ полученных данных показал, что в обоих экспериментах сила изменений после воздействия методом СФМД недостаточна, соответственно, метод требует дальнейших улучшений.

Перспектива использования состояний релаксации для реализации креативного потенциала. Развивая направление усиления креативности, нами было решено сосредоточить усилия на раскрытии креативного потенциала личности. Опираясь на обзорную работу Т. Люберта и др., в своем исследовании мы понимаем под креативным потенциалом латентное состояние изначально заложенных в человеке специфических ресурсов, необходимых для его творческой деятельности [9].

Для модификации метода СФМД с целью раскрытия креативного потенциала нами было выбрано две очевидных составляющих метода – цветовая гамма фрактала и звуковое сопровождение. Анализ доступной научной литературы показал, что на данный момент не выделено какой-либо специальной цветовой гаммы или звукового ряда, который имел бы прямое влияние на креативность или креативный потенциал.

Однако нами были обнаружены работы, в которых обосновывается, что человек должен находиться в комфортной обстановке или в состояниях, способствующих реализации креативного потенциала. Одним из таких состояний является релаксация и, соответственно расслабленная обстановка [7].

Исходя из вышесказанного, нами была выдвинута следующая гипотеза: достижение состояния релаксации способствует реализации творческого потенциала. Для этого планируется провести двухэтапный эксперимент. Цель первого этапа – проверить, достигается ли релаксация с помощью метода СФМД, цель второго – выяснить, способствует ли настройка СФМД на релаксацию раскрытию творческого потенциала личности.

На данный момент мы реализуем первый этап предложенного эксперимента. Существует огромное количество работ, в которых описывается звуковой ряд, способствующий состоянию релаксации. Поэтому для корректной работы метода СФМД можно из предложенных вариантов выбрать тот, который наиболее подходит для входящего сигнала СФМД [10].

Анализируя научные работы по восприятию цвета, нами обнаружено, что основные исследования направлены на понимание влияния красного цвета на человека, остальные цвета рассматриваются обычно как контроль в «красных» экспериментах. Тем не менее существуют данные, что зеленый цвет способствует релаксации. В других работах также рассматривается зеленый, но уже в качестве одного из цветов палитры (в совокупности с бежевым). Именно данная палитра будет использоваться для эксперимента [8].

Исходя из вышеперечисленного, нами была проведена настройка метода СФМД. Сейчас мы переходим к экспериментальной проверке настройки.

Заключение. В современном «ускоряющемся» мире развитие быстрых и относительно простых эффективных способов воздействия на человека видится нам важной составляющей психологической науки. Одним из актуальных направлений воздействия является раскрытие креативного потенциала, так как креативность связана с прогрессом и инновациями в быту, науке и бизнесе. Ранние эксперименты с методом синхронизированной фрактальной динамики показали эффективность данного метода, однако они же выявили необходимость в его модернизации. В связи с этим мы рассматриваем пути повышения эффективности метода для раскрытия креативного потенциала. Этому будут способствовать данные, полученные в ходе предложенных экспериментов. Развитие метода СФМД поможет в дальнейшем усиливать креативность в различных сферах жизни, что будет способствовать выдвигению более качественных идей и, соответственно, способствовать увеличению качества жизни населения.

Литература

1. Выходков В.С., Прудовиков И.О. Влияние синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики на креативность группы в творческой сфере // APRIORI. Сер.: гуманитарные науки : электрон. научн. журнал. 2016. № 4. URL: <http://apriori-journal.ru/serial/4-2016/Vyskochkov-Prudovikov.pdf>.
2. Кабрин В.И. Транскоммуникативный подход в интерпретации личностной одаренности и креативности // Вестник Томского государственного университета. 2013. № 369. С. 154–160.
3. Кабрин В.И., Выходков В.С., Прудовиков И.О., Ткаченко А.Ю., Яковлев Н.И. Управляемые звуковым сигналом динамические фракталы как способ актуализации измененных состояний сознания // Сибирский психологический журнал. 2016. № 61. С. 147–155.
4. Кулагина О.В. Художник в момент творческого акта: проблема измененных состояний сознания // Культурология. 2007. № 2. С. 33–36.
5. Прудовиков И.О., Выходков В.С., Яковлев Н.И. Влияние синхронизированной фрактальной и музыкальной динамики на креативные состояния сознания личности // Universum: Психология и образование : электрон. научн. журнал. 2016. № 7 (25). URL: <http://7universum.com/ru/psy/archive/item/3394>
6. Частокленко Я.Б., Котикова К.О. Антропологическая психология в XXI веке: проблемы и перспективы. Томск, 2013. С. 272–274.
7. Lichtenfeld S., Elliot A.J., Markus A., Maier M.A., Pekrun R. Fertile Green Green Facilitates Creative Performance // Personality and Social Psychology Bulletin. 2012. № 38 (6). P. 784–797.
8. Liu W., Ji J., Chen H., Ye C. Optimal color design of psychological counseling room by design of experiments and response surface methodology // PLoS ONE. 2014. Vol. 9, is. 9.
9. Lubart T., Zenasni F., Barbot B. Creative Potential and Its Measurement // International Journal for Talent Development and Creativity. 2013. № 1. P. 41–50.
10. Thomas N. The effect of repetitive audio/visual stimulation on skeletomotor and vasomotor activity // Waxman D., Pederson D., Wilkie I., Meller P. (eds.) Hypnosis : 4th European Congress at Oxford. London : Whurr Publishers, 1989. P. 238–245.

PROSPECT OF USING RELAXATION STATES FOR IMPLEMENTATION OF CREATIVE POTENTIAL

Vyskochkov V.S., assistant professor of the fundamental psychology and behavioral medicine, post-graduate student of the department of personality psychology of the National Research Tomsk State University. E-mail: vysko4kov@yandex.ru

Abstract. In this paper, we consider the prospect of using relaxation states, caused by the method of synchronized fractal and musical sequences, to realize the creative potential of the individual. Creativity is one of the keys in today's world of increasingly complex tasks. Problems that have to be solved by modern specialists require an integrated approach and a "fresh" view. Employers want to see flexible, resourceful, initiative professionals who are able to find non-trivial, unique solutions to the tasks. All these qualities, according to many researchers, can characterize creativity. Conducted by our team, studies of the effects of synchronized fractal and musical sequences have shown that it is capable to induce altered states of consciousness. At the same time, in the entire spectrum of altered states of consciousness there is a special spectrum, which is suggested to be called creative states of consciousness. Based on the above, creative states of consciousness can be considered as a kind of buffer that can perform the transition between altered states of consciousness and basic, and retains the ability of realizing the experience, for example, in creativity. Thus, comparing the results of the theoretical analysis and our studies, we came to the conclusion that the use of the synchronized fractal and musical sequences and its ability to conduct the altered states of consciousness can enhance creativity. However, the analysis of the data has shown that the force of changes after exposure to the synchronized fractal and musical sequences is insufficient, and the method requires further improvements. Proceeding from the theoretical analysis of works on the disclosure of creative potential, we put the following hypothesis: the attainment of relaxation promotes the realization of creative potential. For this purpose, it is planned to conduct a two-stage experiment. The purpose of the first stage is to check whether relaxation is achieved with the help of the synchronized fractal and musical sequences, the second goal is whether the adjustment of the synchronized fractal and musical sequences on relaxation reveals the creative potential of the individual. The data obtained during the proposed experiments will allow to modify the method of the synchronized fractal and musical sequences and increase its efficiency for the disclosure of the creative potential. The development of the method of synchronized fractal and musical sequences in the future will help to strengthen creativity in various spheres of life, which will promote the development of better ideas, and, accordingly, improves the quality of life of the population.

Keywords: fractal sequences; creative states of consciousness; creativity; creative potential; psycho-technology; relaxation

УДК 159.9.07

НЕКОТОРЫЕ ОСОБЕННОСТИ ЦЕННОСТНОЙ СФЕРЫ ЖЕНЩИН С РАЗНОЙ ГЕНДЕРНОЙ ИДЕНТИЧНОСТЬЮ

Л.И. Габдулина

Южный федеральный университет, Ростов-на-Дону, Россия

E-mail: llpv@mail.ru

Аннотация. Приводятся эмпирически установленные особенности ценностной сферы женщин с разной гендерной идентичностью.

Ключевые слова: гендерная идентичность; маскулинность; феминность; ценностные ориентации; показатель расогласованности «Ценность – Доступность»; внутренний конфликт; внутренний вакуум; нейтральная зона.

Под влиянием культурных, экономических факторов и технологического развития общества социальные практики мужчин и женщин меняются, что приводит к изменению традиционных гендерных ролей, гендерные «полюсы» (маскулинность и феминность) все больше смещаются.

Маскулинность и феминность, как известно, с одной стороны, феномены объективной реальности, проявляющиеся в эталонах, представлениях, установках, стереотипах, которые в процессе социализации формируют гендерную идентичность субъекта; с другой стороны, маскулинность и феминность представляют собой феномены субъективной реальности, реализующиеся в форме индивидуальной гендерной идентичности – маскулинной, феминной, андрогинной. Социокультурные нормы, а не биологический пол, определяют, в конечном счете, модели поведения, психологические качества, виды деятельности, профессии мужчин и женщин. Быть в обществе женщиной или мужчиной означает не просто обладать определенными анатомическими особенностями – это означает прежде всего выполнять предписанные обществом гендерные роли [2, 3, 6].

Можно полагать также и то, что гендерная идентичность современных мужчин и женщин будет связана не только с определенными представлениями, установками, стереотипами, на которые они ориентируются, но и с определенными особенностями их ценностной сферы: особенностями иерархии и реализованности ценностей, количеством и качеством внутриличностных ценностных конфликтов и т.д. Ценностные ориентации, составляющие ядро направленности личности, определяют разнообразие проявлений ее социальной активности. С одной стороны, они обеспечивают целостность личности, а с другой – осуществляют психическую регуляцию активности субъекта в социальной среде [4, 9].

В жизни женщин, становящихся все более социально активными, количество проблем, связанных с выполнением ими традиционно женских функций, репродуктивных в том числе, увеличивается. Им нередко приходится жертвовать такими ценностями, как семья, любовь, дети. Для тех же, кто пытается совмещать карьеру и семью, характерно чувство вины за недостаточное внимание к детям и мужу.

На основании вышесказанного можно предполагать, что гендерная идентичность женщин будет связана с определенными особенностями их ценностной сферы: особенностями иерархии ценностей, их реализованностью, количеством и качеством внутриличностных ценностных конфликтов и т.д. **Анализ литературы** показал, что исследователей до сих пор больше занимал вопрос о половых различиях (без учета гендерной идентич-