

Подписной индекс  
по Объединенному каталогу  
«Пресса России» (Т. 1) – 54242

# СИБИРСКИЙ ПСИХОЛОГИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

№ 34

*Настоящий выпуск вышел в свет при финансовой поддержке  
РФФИ (грант № 09-06-06002г) и РГНФ (гранты № 09-06-14041г и № 09-06-00500а)*

Томск  
2009

## СПОСОБНОСТЬ К САМООРГАНИЗАЦИИ ДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК КРИТЕРИЙ ЛИЧНОСТНОГО ПОТЕНЦИАЛА И УСЛОВИЕ ДОСТИЖЕНИЯ ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО БЛАГОПОЛУЧИЯ

Е.Ю. Нос (Томск)

*Исследование выполнено при финансовой поддержке РГНФ (грант № 08-06-00172а).*

**Аннотация.** Представлены результаты психодиагностического исследования, в котором способность к самоорганизации деятельности рассматривается как критерий личностного потенциала. Выявлены связи между способностью к самоорганизации деятельности и переживанием субъектом психологического благополучия.

**Ключевые слова:** личностный потенциал; самоорганизация деятельности; психологическое благополучие.

Современный динамичный мир, в котором происходят глубокие и многоплановые преобразования, представляет человеку массу проблем и ситуаций, требующих нестандартного решения и осуществления выбора из некоторого спектра возможностей. Одними из важных условий существования человека в таком мире оказываются высокий образовательный уровень, высокий уровень развития его творческих возможностей, способностей и профессиональных качеств, его стремление к саморазвитию, готовность к риску и принятию нового. В связи с этим представляется не случайным появление в психологии в последние годы исследовательского интереса к проблеме личностного потенциала человека, к определению его структуры и критериев, средствам диагностики этих критериев и использованию полученных знаний как в профессиональном развитии человека, так и в психокоррекционной работе с разными группами лиц.

Содержательная сторона личностного потенциала включает в себя не только совокупность личностных качеств, но и такие составляющие, как здоровье, степень физиологической, психологической, социальной активности, уровень усвоенной социальной культуры, совокупность знаний, умений и навыков как профессионального, так и бытового характера, а также уровень духовно-нравственного развития личности [7]. Один из основных современных исследователей проблемы личностного потенциала Д.А. Леонтьев обращает внимание на то, что когда мы говорим о личностном потенциале, речь идет не столько о базовых личностных чертах или установках, сколько об особенностях системной организации личности в целом [2, 3]. По определению Д.А. Леонтьева, личностный потенциал есть интегральная характеристика индивидуально-психологических особенностей личности, лежащая в основе ее способности исходить из устойчивых внутренних критериев и ориентиров в своей жизнедеятельности и сохранять стабильность деятельности и смысловых ориентаций на фоне давлений и изменяющихся внешних условий; характеристика, отражающая «меру преодоления личностью заданных обстоятельств, в конечном счете, преодоление личностью самой себя» [2]. Следует отметить, что в ходе нашего исследования мы придерживались данного понимания личностного потенциа-

ла. При этом одним из критериев личностного потенциала мы считаем способность к самоорганизации деятельности, которую мы вслед за В.Е. Ключко рассматриваем в качестве важной характеристики сложноорганизованных живых систем [1].

Мы предположили, что высокая способность человека к самоорганизации деятельности обеспечивает достижение им высокого уровня психологического благополучия.

Для проверки этого предположения было проведено исследование, в котором приняли участие 170 студентов 1–3-го курсов вуза (юноши и девушки) и использовался «Опросник самоорганизации деятельности» (ОСД). В понимании Е.Ю. Мандриковой, автора этого опросника, важной составляющей жизнедеятельности являются стратегия обращения со временем своей жизни, способ его использования, как в текущей ситуации, так и в масштабах жизни [5]. Результаты тестирования этим опросником характеризуют степень сформированности способностей к тактическому планированию и стратегическому целеполаганию. Высокий общий суммарный балл по ОСД характеризует человека следующим образом: ему свойственно видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, проявляя волевые качества и настойчивость, идти к достижению поставленной цели, что иногда может приводить к негибкости и заикленности на структурированности и организованности. Человеку с низким общим суммарным баллом по ОСД не свойственно планирование своей активности и приложение волевых усилий для завершения начатых дел, но это позволяет ему достаточно быстро переключаться на новую деятельность, не застревая на текущих проблемах.

В исследовании была использована также «Шкала психологического благополучия» (ШПБ, автор К. Рифф, в адаптации П.П. Фесенко) [8]. Психологическое благополучие, по определению американской исследовательницы К. Рифф и ее коллег, – это степень, до которой респонденты подтверждают высокий уровень автономии, управления средой, степень личностного роста, позитивных отношений с окружающими, целей в жизни и самопринятия [4].

Результаты тестирования были обработаны статистически с помощью пакета программ «Statistica» и представлены в табл. 1. Анализ этих результатов свидетельствует о том, что средние значения всех показателей изучаемой выборки находятся в пределах нормативных значений.

Был проведен корреляционный анализ, в результате которого выявлен ряд значимых положительных корреляций между изучаемыми показателями. Например, были обнаружены корреляции между «общим суммарным баллом» ШПБ и шкалами «целеустремленность» и

«настойчивость» ОСД ( $r=0,476$ ,  $p=0,000$ ;  $r=0,409$ ,  $p=0,000$  соответственно). Поскольку шкала «целеустремленность» ОСД измеряет чувство цели в жизни субъекта и его стремление к достижению этой цели, а шкала «настойчивость» ОСД измеряет склонность субъекта к приложению волевых усилий для завершения начатого дела и упорядочения активности, то выявленные корреляции, очевидно, свидетельствуют о высокой степени вклада целеустремленности и настойчивости человека в возможность достижения им высокого уровня психологического благополучия.

Таблица 1

Средние значения показателей Шкалы психологического благополучия (ШПБ) и Опросника самоорганизации деятельности (ОСД) в группе студентов 1–3-го курсов ( $n = 170$ )

Показатели	Среднее значение	Стандартное отклонение
Позитивные отношения с окружающими (ШПБ)	62,53	9,03
Автономия (ШПБ)	57,87	8,01
Управление окружающей средой/компетентность (ШПБ)	57,27	7,8
Личностный рост (ШПБ)	65,14	7,27
Наличие целей (ШПБ)	63,66	8,76
Самопринятие (ШПБ)	59,82	9,91
Суммарный балл (ШПБ)	61,05	6,43
Планомерность (ОСД)	17,07	8,31
Целеустремленность (ОСД)	34,54	6,62
Настойчивость (ОСД)	20,32	6,24
Фиксация (ОСД)	19,6	5,39
Самоорганизация (ОСД)	9,54	4,31
Ориентация на настоящее (ОСД)	8,59	3,03
Суммарный балл (ОСД)	109,65	19,31

Был обнаружены также значимые положительные корреляции между «общим суммарным баллом» ОСД и шкалами «управление окружающей средой/компетентность», «наличие жизненных целей» и «общим суммарным баллом» ШПБ ( $r = 0,416$ ,  $p = 0,000$ ;  $r = 0,362$ ,  $p = 0,000$ ;  $r = 0,342$ ,  $p = 0,000$  соответственно). Исходя из этого, можно сделать вывод, что чем выше у человека способность к самоорганизации деятельности (т.е. человеку свойственно ставить цели, планировать деятельность, идти к достижению поставленной цели), тем больше у него выражены качества, обуславливающие успешное овладение различными видами деятельности, преодоление трудностей на пути реализации собственных целей, чувство осмысленности существования, ощущение ценности происходящего. Все эти качества входят в структуру психологического благополучия. Можно предположить, что переживание человеком психологического благополучия зависит от выраженности его способности к самоорганизации деятельности.

Помимо корреляционного, нами был проведен факторный анализ. Анализу были подвергнуты 13 переменных, включая пол респондентов. Использовался метод «principal components» с ротацией факторов «varimax normalized», в результате чего было получено 4 фактора (табл. 2).

В состав первого фактора со значимыми нагрузками вошли показатели психологического благополучия и такие показатели способности к самоорганизации деятель-

ности, как целеустремленность и настойчивость. Это дает нам основание считать высокую целеустремленность и настойчивость человека в планировании деятельности и реализации целей важными условиями, обеспечивающими переживание психологического благополучия.

В составе второго фактора объединились следующие показатели способности к самоорганизации деятельности: планомерность, настойчивость и фиксация. Вероятно, этот фактор оказывается относительно самостоятельным конструктом, регулирующим жизнедеятельность человека, но не являющимся важным средством достижения человеком психологического благополучия.

В третьем факторе оказались объединенными с отрицательным знаком показатель пола респондентов и показатель «настойчивость», но с положительным знаком показатель «самоорганизация». Можно предположить, что студенты мужского пола более настойчивы в достижении целей, однако они реже, чем девушки, обращаются к помощи внешних средств (например, использование ежедневников, бюджетирование времени и т.п.) в ходе достижения цели. С другой стороны, это означает, что студентки оказываются менее настойчивыми, но больше склонными использовать внешние средства на пути к достижению поставленной цели.

В четвертом факторе со значимой нагрузкой выделился показатель «ориентация на настоящее» ОСД. Это подтверждает идею о том, что ориентация субъек-

Таблица 2

Результаты факторного анализа психодиагностических показателей в группе студентов 1–3-го курсов (n = 170)

Шкалы	Фактор 1	Фактор 2	Фактор 3	Фактор 4
Пол респондентов	-0,02583	-0,15962	-0,69024	0,131311
Позитивные отношения с окружающими (ШПБ)	0,673325	-0,27055	0,262277	-0,15986
Автономия (ШПБ)	0,58954	-0,06616	-0,27442	-0,11678
Управление окружающей средой/компетентность (ШПБ)	0,829633	0,150157	-0,09376	0,067805
Личностный рост (ШПБ)	0,740829	0,02841	0,03118	-0,03653
Наличие целей (ШПБ)	0,823368	0,10911	0,086361	0,126964
Самопринятие (ШПБ)	0,862256	-0,02199	0,048245	0,102578
Планомерность (ОСД)	0,075675	0,728006	0,271678	0,1297
Целеустремленность (ОСД)	0,559969	0,387864	-0,0536	-0,1768
Настойчивость (ОСД)	0,46472	0,455629	-0,49384	0,041701
Фиксация (ОСД)	-0,08425	0,761894	0,099768	-0,10666
Самоорганизация (ОСД)	0,095298	0,38709	0,595011	0,274484
Ориентация на настоящее (ОСД)	0,012974	0,014318	0,030843	-0,94004
Expl.Var	4,011733	1,757351	1,325582	1,109218
Prp.Totl	0,308595	0,135181	0,101968	0,085324

та на настоящее является важным внутриличностным фактором регуляции жизнедеятельности человека. Однако вклад этого фактора в достижение психологического благополучия, очевидно, не очень существен. Это согласуется с ранее обнаруженным фактом наличия обратной корреляции между показателем «ориентация на настоящее» ОСД и усредненной успеваемостью первокурсников во время первой экзаменационной сессии [6].

По определению Д.А. Леонтьева, личностный потенциал отражает «меру преодоления личностью заданных

обстоятельств». Как уже было отмечено, одним из критериев личностного потенциала мы считаем способность к самоорганизации деятельности, важную характеристику сложноорганизованных живых систем. Проведенное нами исследование показало, что способность к самоорганизации деятельности обеспечивает достижение молодыми людьми, обучающимися в вузе, высокого уровня психологического благополучия, который рассматривается как важный итог их жизнедеятельности в современных условиях, сочетающих динамичность, проблематичность и многовариантность жизненного выбора.

#### Литература

1. Ключко В.Е. Самоорганизация в психологических системах: проблемы становления ментального пространства личности (введение в транспективный анализ). Томск: Томский государственный университет, 2005. 174 с.
2. Леонтьев Д.А. Личностное в личности: личностный потенциал как основа самодетерминации // Ученые записки кафедры общей психологии МГУ им. М.В. Ломоносова / Под ред. Б.С. Братуся, Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2002. Вып. 1. С. 56–65.
3. Леонтьев Д.А., Мандрикова Е.Ю., Осин Е.Н. и др. Опыт структурной диагностики личностного потенциала // Психологическая диагностика. 2007. № 1. С. 8–31.
4. Лызь Н.А. Модельные представления о безопасной личности // Известия ТРТУ. 2005. Вып. 7(51). С. 21–25.
5. Мандрикова Е.Ю. Опросник самоорганизации деятельности // Психодиагностическая серия / Под ред. Д.А. Леонтьева. М.: Смысл, 2007.
6. Нос Е.Ю. Психологическая безопасность как детерминанта личностного развития и самоорганизация деятельности (на примере студентов первого курса) // Современная психология: от теории к практике: Материалы XV Международной конференции студентов, аспирантов и молодых ученых «Ломоносов–2008». Секция «Психология». М.: МГУ, 2008. Ч. 3. 496 с.
7. Трофимов В.М., Классов Б.А. О математическом подходе к диагностике личностного потенциала (от 2006 г.): Тотэм – портал технологического образования. Режим доступа: <http://totem.edu.ru/>, свободный.
8. Фесенко П.П., Шевеленкова Т.Д. Психологическое благополучие личности (обзор основных концепций и методологическое исследование) // Психологическая диагностика. 2005. № 3. С. 95–130.

ABILITY FOR SELF-ORGANIZATION OF ACTIVITY AS A CRITERION OF PERSONAL POTENTIAL AND A CONDITION OF ACHIEVEMENT OF PSYCHOLOGICAL WELL-BEING  
Nos E.U. (Tomsk)

**Summary.** In the article the results of psycho diagnostic research are presented. Ability for self-organization of activity regarded as a criterion of the personal potential. In the research connections have been revealed between the ability for self-organization of activity and the feeling by the subject of psychological well-being.

**Key words:** personal potential; self-organization of activity; psychological well-being.