

DOI: 10.12731/2218-7405-2018-6-48-60
УДК 37.022

ИНТЕРПЕРСОНАЛЬНОЕ ПРОСТРАНСТВО ЖИЗНЕДЕЯТЕЛЬНОСТИ КАК СИСТЕМА РАЗВИТИЯ ОСОЗНАННОСТИ

Литке С.Г., Миронов А.Г.

Исследование, представленное в статье, призвано внести вклад в решение важной проблемы социальной адаптации личности на этапах профессионального становления, развития и совершенствования. В связи с этим, перед современной системой профессионального образования возникает ряд вопросов, связанных, в первую очередь, с эффективностью работы в области взаимодействия всех субъектов профессионального образования. Развитие личностной осознанности – важная задача личностного совершенствования. Проблема развития осознанности – ключевой аспект развития Личности. Понятие «Осознание» как совокупность процесса и результата («осознанность») интеграции информационного потенциала, проявленное как целостная структура отдельных интеграционных потенциалов в индивидуальном свободном сознании.

***Цель работы** заключается в разработке и апробации метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) жизнедеятельности человека, который является инновационным инструментом мониторинговых исследований профессионально-педагогических проблем и задач, а также отправной точкой для создания унифицированной системы развития осознанности с целью профилактики внутриличностных и межличностных конфликтов.*

***Результаты исследования** показали, что в процессе применения метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) повысился уровень понимания к педагогическим требованиям, проявились явные формы осознанного поведения. Взаимоотношения людей в процессе эксперимента строятся на основе осознанного восприятия*

личности партнера, с четким осознанием именно коммуникативной цели, полноценной ответственностью за коммуникативный процесс и твердым намерением решить поставленную коммуникативную задачу.

Ключевые слова: осознанность; анализ, социальное взаимодействие; система; коммуникации; взаимодействие; инновации; социально-коммуникативный; интерперсона; эксперимент; качественный; эффективность; образование; внедрение; IAI, субъект.

INTERPERSONAL SPACE OF VITAL FUNCTIONS AS THE SYSTEM OF MINDFULNESS DEVELOPMENT

Litke S.G., Mironov A.G.

The study presented in the article is intended to contribute to the solution of the important problem of social adaptation of a person at the stages of professional development and improvement. In this regard, a number of questions arise in front of the modern system of vocational education related to the effectiveness of work in the field of interaction of all subjects of vocational education. Development of personal mindfulness is an important task of personal development. The problem of development of mindfulness is a key aspect of personal development. The concept of “Mindfulness” as a set of process and result (“mindfulness”) of the integration of information potential, manifested as an integral structure of individual integration potentials in the individual free consciousness.

The aim of the work is to develop and test the IAI method (introspective analysis of interpersons) of human life, which is an innovative tool for monitoring research of professional and pedagogical problems and tasks, as well as a starting point for creating a unified system for developing awareness to prevent intrapersonal and interpersonal conflicts.

The results of the study showed that in the process of applying the method of IAI (introspective analysis of interpersonal) the level of understanding of pedagogical requirements increased, manifested clear forms

of conscious behavior. Relationships between people in the experiment are based on a conscious perception of the partner's personality, with a clear understanding of the communicative purpose, full responsibility for the communicative process and a firm intention to solve the communicative tasks.

Keywords: *awareness; analysis; social interaction; communication system; communication; innovation; socio-communicative; interpersonal; experiment; quality; efficiency; education; implementation; IAI; actor.*

Проблема развития осознанности – ключевой аспект развития Личности. Понятие «Осознание» как совокупность процесса и результата («осознанность») интеграции информационного потенциала, проявленное как целостная структура отдельных интеграционных потенциалов в индивидуальном свободном сознании в форме творческих продуктов, в том числе нематериальных [2] является важнейшим критерием оценки уровня личностной зрелости.

Современная система образования проблемой развития осознанности как личностного новообразования занимается опосредованно: компетентностный подход в основном ориентирован на локальные компетенции, обеспечивающие выполнение соответствующего образовательного стандарта. Формированием и развитием психологической компетентности как системообразующей основы осознанной счастливой Личности занимаются определенные страты общества: в основном социальная элита – относительно небольшой слой богатых людей, выполняющих главным образом функции управления экономической, политической и культурной жизнью общества. В проведенном нами социологическом опросе по проблеме анализа понимания людьми от 14 до 20 лет понятий «психологическая компетентность», «осознание», «осознанность», 79% респондентов не знакомы с понятием «психологическая компетентность», а понятие «осознанность» сводят к пониманию лишь некоторых когнитивных процессов, таких как вывод, полученный в процессе мышления, аналогичный понятию «эврика».

А ведь образовательная система как профессионально формирующая система подрастающего поколения в первую очередь долж-

на быть заинтересована в формировании и развитии полноценной, счастливой Личности, ориентированной на ее творческий, созидательный потенциал.

Образовательная система в широком смысле данного понятия представляет многоплановые социальные сообщества (интерперсональная личностная подструктура), включающие как официальные, так и неофициальные социальные пространства, в которых формируется и развивается Личность.

Понятие «интерперсона» как структурная единица Личности широко распространяется в контексте современной интегративной психологии [1] и весьма актуальна и значима в современном научно-психологическом континууме.

В широком смысле интерперсональное пространство жизнедеятельности человека – это система взаимосвязей субъектов человеческой жизни, включая все ее элементы:

- *различные сообщества людей* (семья, трудовые коллективы, круг друзей, случайных знакомых и т.д.
- *статусность* как синтез финансово-материального, социального, духовного положения Личности, определяющая ее успешность в социальных кругах;
- *способность Личности к социализации*, социальной адаптации.

В более узком прикладном понимании интерперсональное пространство жизнедеятельности человека – это люди, социальные сообщества в целом, к которым человек причастен, где он проявляет себя не только как субъект взаимодействия, но и как субъект, осознающий внутриличностные процессы, связанные с этими людьми.

Наши исследования показали, что негативные переживания связаны в основном с осознанием неприятных проявлений со стороны близких людей. Так, например, в семейной социальной системе в проявившихся конфликтных ситуациях респонденты в основном (86%) видят причину происходящего в своем окружении, и только 14% готовы взять ответственность за произошедшее на себя. В процессе трудовых отношений причины конфликтов, по мнению респондентов, связаны в основном с «неадекватными действиями

руководителя» (64%), «с родственниками, работающими на этом же предприятии» (43%), «с собственной некомпетентностью в сфере эффективной коммуникации» (7%). В среде друзей и приятелей показатели совпадают с результатами анализа семейной социальной системы: 82% респондентов в проявлении конфликтных ситуаций обвиняют других и только 18% опрошенных берут ответственность на себя, исходя из принципа: «Я в ответе за все, что со мной происходит». Таким образом очевидна актуальность нашего исследования и, соответственно, постановка задач, сопряженных с развитием личностной осознанности, ответственности как формирующих компонентов личностной зрелости.

Предлагаемая нами система развития осознанности заключается в том, что человек развивает психологические компетенции посредством самоанализа взаимодействия с окружающими его людьми и самоопределения психических явлений, происходящих в пространстве его индивидуального свободного сознания. Анализ ситуаций и личностных взаимодействий предполагает последующее коррекционное самовоздействие, обеспечивающее реализацию самопсиходиагностики, формирования психологического запроса и дальнейшей психокоррекции (в самостоятельном режиме или при помощи специалиста).

Наши исследования показали, что взаимоотношения людей с точки зрения осознанного восприятия личности партнера по взаимодействию можно классифицировать следующим образом: партнеры-отражатели; партнеры-симбионты; партнеры-автономы. Раскроем эти понятия подробнее.

Партнеры-отражатели. Люди, личность которых в своих проявлениях актуализирует в нас различные внутренние (реже внешние) проявления. Чаще нежелательные, например, чувство вины, агрессию, зависть, раздражение, обиду и т.п. Более тонкое восприятие личности партнера-отражателя выявляет наличие разных неприятных ощущений, например, затруднение дыхания, спазмы, болевые ощущения и т.п. В обыденной жизни партнеры-отражатели чаще всего распознаются посредством вербальных предикатов. Приве-

дем в качестве примеров предикаты, которые мы зафиксировали в процессе наших исследований. Открытые, проявленные: «Она меня бесит!», «А! Я ненавижу его!»; более мягкие формы: «Я не желаю с ним работать в одной команде!»; скрытые формы (проговор про себя): «Опять она в новом костюме!», «Чего в нем все находят?!» и т.п. Осознанное и (или) неосознанное привлечение в пространство своего индивидуального свободного сознания партнеров-отражателей свидетельствует о том, что нам необходимо распознать в себе подобные негативные проявления и трансформировать их, оптимизируя свое психическое состояние в целом. Существует множество психотехник, позволяющих решить данную задачу. В конечном итоге алгоритм данных техник сводится к следующим базовым этапам: 1. Определить негативное явление. 2. Осознать его наличие. 3. Принять его в себе и (или) трансформировать в более комфортное и эффективное проявление.

Партнеры-симбионты. Люди объединяются в симбиотические диады, триады, группы для удовлетворения своих потребностей посредством энергии друг друга. В основном обмен полезен для всех участников. Однако встречаются партнеры-симбионты, где взаимобмен энергиями происходит не эквивалентно. В этом случае у одного из партнеров актуализируются негативные психические проявления. Например, в процессе женско-мужских отношений энергообмен по принципу: «Мужчина оплачивает развлечение, женщина – полноценный секс»; в бизнес-отношениях: «Один партнер работает с документацией, другой партнер ведет переговоры, третий – обеспечивает позитивный настрой всех участников». Такие симбиотические отношения могут вполне удовлетворять всех партнеров, причем достаточно долгое время. Однако может наступить момент, когда у одного из партнеров актуализируется негативное психическое проявление, например, усталость, раздражение, агрессия и т.п. В этом случае важно вовремя данное явление осознать и действовать по алгоритму, который мы предложили выше.

Партнеры-автономы. Такие люди встречаются достаточно редко. Это люди, которые живут по принципу: «Никто никому ниче-

го не должен». Объединение с другими людьми у них происходит только на основе позитивных чувств, добрых намерений и желаний. Яркое отличительное свойство для партнеров-автономов наличие схожих целей, путей и средств их достижения, принципов жизни. Такие люди вполне комфортно себя ощущают, как с партнером, так и без них. В наших исследованиях данного типа взаимодействия обнаружено не было. Можно предположить, что это некий гипотетический тип людей, которые достигли некоторого совершенства в личностном плане и являются для нас ориентиром в процессе личностного развития.

В процессе апробации формирования и развития осознанности посредством метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) пространства жизнедеятельности человека нами разработана программа исследования для педагогов профессионального образования.

Формирование целей. Переходя к результатам исследования, обозначим методологический аппарат.

Целью проведённого исследования является оптимизация управленческой деятельности педагога и студентов путем создания и анализа полилога в социальной сети «В Контакте»

Задачи исследования:

1. Изучение теоретических основ заявленной проблемы.
2. Создание экспериментальной и контрольной фокус-группы.
3. Апробирование метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) в экспериментальной группе.
4. Систематизация полученных результатов экспериментальной группы.
5. Проведение системного анализа и эффективности метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны).
6. Апробирование метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) с учетом полученных данных на контрольной группе.
7. Подведение итогов исследования.

Изложение основного материала исследования. С учетом тенденций развития высшего образования базой исследования выбраны вузы, реализующие программы профессионально-педагогического

бакалавриата и магистратуры, в связи с тем, что педагогические кадры по функционально-профессиональной направленности – элита общества, обеспечивающая не только профессиональное образование, но системное развитие Личности.

Для создания экспериментальной и фокус группы была определена группа магистрантов по направлению подготовки Профессиональное обучение (по отраслям), программа магистратуры «Менеджмент профессионального образования».

Сформированный кластер для социально-педагогического эксперимента составлен на базе двух групп:

1. Экспериментальная фокус группа – магистранты (возраст 23–25 лет. 50% составляют юноши, 50% – девушки)
2. Контрольная фокус группа – бакалавры.

Период проведения эксперимента: 01.12.2017 г. – 01.05.2018 г.

Критерии оценивания заключались в мониторинге количественной и качественной успеваемости магистрантов, устойчивости к стрессу, скорости реализации принятых решений в процессе деловых отношений в сфере педагог-магистрант, частота выявления межличностных конфликтов и их предотвращение. Помимо количественно измеряемых критериев оцениванию подлежит создание системы лояльности субъектов образовательной системы. Данный критерий достаточно сложно измерить количественно, однако его отражение проявляется на формировании общекультурных и профессиональных компетенций магистрантов.

Полученные количественные результаты занесены в таблицу 1.

Таблица 1.

**Результаты контекстного анализа полилога «ВКонтакте»
экспериментальной фокус группы**

Экспериментальная фокус-группа		
Критерий оценивания	Доэкспериментальный период (01.09.2017– 30.11.2017)	Результаты эксперимента (01.12.2017– 01.05.2018)
Количественная успеваемость	100%	100%
Качественная успеваемость	62%	81%

Окончание табл. 1.

Устойчивость к стрессу: частота вовлеченности в стрессовый режим (ед./семестр)	128	20
Скорость реализации принятых решений в процессе деловых отношений в сфере педагог-магистрант (в календарных днях)	5–20	1–3
Частота выявления и профилактики межличностных конфликтов (ед./семестр)	1	23

Таким образом, можно сделать вывод об эффективности метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны). Ярко выражено сокращение конфликтных ситуаций, очевиден рост качественной успеваемости. Наряду с этим рост лояльности отразился на увеличении заинтересованности магистрантов к мероприятиям волонтерского формата. Улучшился психологический микроклимат в группе, снизилась частота конфликтных ситуаций среди обучающихся группы. Укрепились взаимоотношения на субъектном уровне «педагог-магистрант». Повысился уровень понимания к педагогическим требованиям, проявились явные формы осознанного поведения. Метод IAI (интроспективный анализ интерперсоны) эффективно может быть использован для:

1. Самодиагностики психологических девиаций.
2. Профилактики конфликтных ситуаций субъектов разного уровня.
3. Реализации психолого-педагогической поддержки в будущей профессиональной сфере и семейных отношениях.
4. Формирования эффективных коммуникативных компетенций.

В ходе реализации исследования возникли психолого-педагогические трудности, связанные с такими аспектами, как:

1. Адаптация студентов и преподавателей к системному ведению дневника самонаблюдений.
2. Адаптация к вновь определенным нормам этики в контексте взаимодействия.
3. Безответственность, попустительство, недисциплинированность на начальном этапе среди некоторых магистрантов.
4. Первичное отторжение новой формы взаимодействия.

Следующий этап исследования основывался на ранее полученных данных. Метод IAI (интроспективный анализ интерперсоны) был доработан, решены ранее возникшие трудности.

Контрольная группа представлена 28 студентами-бакалаврами по направлению подготовки Профессиональное обучение (по отраслям) профиль «Транспорт». Состав группы на 100% юноши от 20 до 22 лет. Применительно к контрольной группе, эксперимент показал более эффективные результаты за менее длительный период, ввиду применения методики адаптации студентов к новой системе взаимодействия.

Так в период проведения исследования (в контрольной группе с 01.12.2017 г. по 01.05.2018 г.) были получены следующие результаты (таблица 2):

Таблица 2.

Результаты контекстного анализа полилога «Вконтакте»

Контрольная фокус-группа		
Критерий оценивания	Доэкспериментальный период (01.09.2017–30.11.2017)	Результаты эксперимента (01.12.2017–01.05.2018)
Количественная успеваемость	100%	100%
Качественная успеваемость	50%	79%
Устойчивость к стрессу: частота вовлеченности в стрессовый режим (ед./семестр)	230	102
Скорость реализации принятых решений в процессе деловых отношений в сфере педагог-бакалавр (в календарных днях)	7–21	1–7
Частота выявления и профилактики межличностных конфликтов (ед./семестр)	0	17

С учетом анализа ранее возникших трудностей был получен более эффективный результат, поскольку апробирована методика ПСС (оптимизация решения профессионально-педагогических задач) на более осознанном уровне. Наряду с этим корреляция успеваемости студентов по качественному критерию составила 10%. За счет регулярного контроля деятельности студентов максимизированы усилия

для сокращения пропусков по неуважительной причине. В результате взаимодействия были формализованы и обозначены этические стороны социального взаимодействия. Реализован метод IAI (интроспективный анализ интерперсоны).

Выводы исследования и перспективы дальнейших изысканий данного направления. Таким образом, Метод IAI (интроспективный анализ интерперсоны) жизнедеятельности человека является инновационным инструментом мониторинговых исследований профессионально-педагогических проблем и задач, является отправной точкой для создания унифицированной системы развития осознанности с целью профилактики внутриличностных и межличностных конфликтов. Выявленные нами проблемы с применением Метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) жизнедеятельности человека ставит новые социально-психологические задачи: разработка и апробация системы формирования осознанности посредством Метода IAI (интроспективный анализ интерперсоны) среди школьников и студентов учреждений среднего профессионального образования.

Список литературы

1. Козлов В.В. Интегративная психология: Пути духовного поиска, или освящение повседневности. М.: Издательство института психотерапии, 2007.
2. Литке С.Г. Осознанность в пространстве интеграционной культуры // Методология современной психологии: Сборник. Ярославский государственный педагогический университет им. К.Д. Ушинского, 2016. С. 170–178.
3. Россохин А.В. Рефлексия и внутренний диалог в изменённых состояниях сознания: Интерсознание в психоанализе. М.: «Когито-Центр», 2010. С. 31.
4. Техника якорения. URL: <https://www.live-and-learn.ru/catalog/article/yakorenie-nlp-poshagovyy-algoritm/> (дата обращения 02.07.2018 г.)
5. Черниговская Т.В. Чеширская улыбка кота Шрёдингера: язык и сознание. Москва: Языки славянской культуры, 2013. 448 с.

6. Шабунина В.А., Дунаева Н.В., Шабунина А.К., Миронов А.Г. Современные подходы в терминологии профессионального образования. Москва-Красноярск, 2017. 562 с.

References

1. Kozlov V.V. *Integrativnaya psikhologiya: Puti dukhovnogo poiska, ili osvnyashchenie povsednevnosti* [Integrative psychology: The path of spiritual quest, or the consecration of everyday life]. M.: Izdatel'stvo instituta psikhoterapii, 2007.
2. Litke S.G. *Metodologiya sovremennoy psikhologii* [Methodology of modern psychology]. 2016, pp. 170–178.
3. Rossokhin A.V. *Refleksiya i vnutrenniy dialog v izmenennykh sostoyaniyakh soznaniya: Intersoznanie v psikhoanalize* [Reflection and internal dialogue in altered states of consciousness: Interconsciousness in psychoanalysis]. M.: Kogito-Tsentr, 2010. P. 31.
4. *Tekhnika yakoreniya* [Technique anchoring]. <https://www.live-and-learn.ru/catalog/article/yakorenie-nlp-poshagovyy-algoritm/>
5. Chernigovskaya T.V. *Cheshirskaya ulybka kota Shredingera: yazyk i soznanie* [The Cheshire Smile of the Schrödinger Cat: Language and Consciousness]. Moscow, 2013. 448 p.
6. Shabunina V.A., Dunaeva N.V., Shabunina A.K., Mironov A.G. *Sovremennye podkhody v terminologii professional'nogo obrazovaniya* [Modern approaches in the terminology of vocational education]. Moscow-Krasnoyarsk, 2017. 562 p.

ДАННЫЕ ОБ АВТОРАХ

Литке Светлана Геннадьевна, доцент кафедры подготовки педагогов профессионального обучения и предметных методик, кандидат психологических наук
ФГБОУ ВО «Южно-Уральский государственный гуманитарно-педагогический университет»
проспект Победы, 151, г. Челябинск, 454084, Российская Федерация
svlitke@gmail.com

Миронов Алексей Геннадьевич, доцент кафедры психологии, педагогики и экологии человека, председатель Совета молодых ученых аграрных образовательных и научных учреждений Сибирского и Дальневосточного федеральных округов, кандидат сельскохозяйственных наук
ФГБОУ ВО «Красноярский государственный аграрный университет»
просп. Мира, 90. г. Красноярск, 660049, Российская Федерация
lexamir13@mail.ru

DATA ABOUT THE AUTHORS

Litke Svetlana Gennadievna, Associate Professor at the Department of Vocational Training and Subject Methods, Candidate of Psychological Sciences
Yuzhno-Uralsky State Humanitarian and Pedagogical University
151, Prospekt Pobedy, Chelyabinsk, 454084, Russian Federation
svlitke@gmail.com
SPIN-code: 9302-1571

Mironov Aleksei Gennagievich, Associate Professor of the Department of Psychology, Education and Human Ecology, Candidate of Agricultural Sciences
Krasnoyarsk State Agrarian University
90, Mira Ave., Krasnoyarsk, 660049, Russian Federation
lexamir13@mail.ru
SPIN-code: 9873-0365