

**С.А. Литвина**

*Томский государственный университет (Томск, Россия)*

## **Индивидуальные достоинства как основания осмысленности и целенаправленности в самоорганизации деятельности**

Исследование выполнено при поддержке РГНФ, проект 15-06-10803 «Психологические факторы среды самоидентичности».

*Анализируется проблема самоорганизации деятельности, проявляющейся в особенностях восприятия и использования человеком времени в рамках своей жизни. Изложены результаты эмпирического исследования роли добродетелей характера, индивидуальных достоинств человека в развитии осмысленности и целенаправленности его деятельности. Исследование реализовано в русле позитивной психологии, опирается на представления о ценностях как базисных основаниях того или иного способа поведения человека. Исследование проведено в 2013–2014 гг. на выборке жителей четырех городов сибирского региона России с использованием «Анкеты 24 добродетели», разработанной Е.Н. Осиным на основе опросника «Профиль личностных достоинств» Values-In-Action К. Петерсона и М. Селигмана. Представлены результаты кластерного и корреляционного анализа, позволяющие выделить содержательно отличные группы индивидуальных достоинств в выборке и установить их взаимосвязи с параметрами самоорганизации деятельности.*

**Ключевые слова:** самоорганизация деятельности; рефлексивность; личностная добродетель; индивидуальное достоинство; самодетерминация; позитивная психология.

Проблема самоорганизации деятельности в последние десятилетия активно изучается [1–7] и не теряет своей актуальности, которая определяется в первую очередь возросшими требованиями к человеку в «нестабильном, неопределенном, сложном и неоднозначном современном мире» ([http://www.chaskor.ru/article/menedzhment\\_umer\\_marketing\\_umer\\_strategiya\\_umerla\\_33691](http://www.chaskor.ru/article/menedzhment_umer_marketing_umer_strategiya_umerla_33691)). Исследователями отмечается и необходимость развивать теоретические представления о феномене самоорганизации деятельности, и недостаток эмпирических данных, анализ которых позволил бы прояснить закономерности его формирования и развития [4, 5]. Можно выделить три различных аспекта психологического изучения самоорганизации деятельности. Один из них, опираясь на идею о самоорганизации как закон существования системных объектов, рассматривает ее в контексте психической саморегуляции. Второй аспект исследований связан с анализом самоорганизации в контексте самоопределения человека в разных пространствах своей жизни, и особенно в рамках задач профессионального самоопределения и самореализации: выбора человеком рода занятий, поиска

смысла и целей деятельности, освоения профессиональных способов деятельности. Исследования этой стороны проблемы позволили выделить функциональные компоненты процесса самоорганизации, обозначить факторы, повышающие эффективность самостоятельной деятельности [8]. Третий план рассмотрения самоорганизации деятельности связан с вниманием к таким задачам и умениям человека, которые обозначаются как «управление временем, тайм-менеджмент» и связаны со структурированием своего личного времени, умением определять дальние и близкие цели деятельности, планировать время для их достижения, осознавать свое актуальное продвижение к намеченным результатам. Изучение феномена самоорганизации деятельности как эффективного управления временем своей жизни позволило определить его содержательные компоненты и создать инструмент для диагностики и эмпирических исследований. В рамках этих исследований выяснено, что стратегия и тактика обращения со временем своей жизни, способ его использования как в текущей ситуации, так и в масштабах целой жизни являются важными составляющими жизнедеятельности современного человека и показателями его личной эффективности [1, 2, 8].

Предметом нашего рассмотрения является именно этот аспект самоорганизации деятельности, проявляющийся в особенностях восприятия и использования человеком времени в рамках своей жизни. Нас интересуют индивидуальные достоинства как психологические корреляты структурирования и целенаправленного использования времени жизни для достижения эффективности в деятельности и благополучия в жизни в целом. Поскольку сегодня известны данные, позволяющие говорить о связанности показателей самоорганизации деятельности с общим уровнем удовлетворенности жизнью, уровнем субъективного благополучия, уровнем психического здоровья, повышением осмысленности жизни, склонностью к самодетерминации [8–10], постольку нам было важно прояснить роль добродетелей и достоинств в развитии осмысленности и целенаправленности в самоорганизации деятельности. Прояснение взаимосвязей значимости и выраженности достоинств в собственном Я позволяет расширить представления о «функционировании» добродетелей, а также определить оптимальные пути повышения степени самоорганизации деятельности и достижения человеком благополучия в жизни. В настоящей статье отражены некоторые результаты проведенного эмпирического исследования.

### **Описание выборки и методик исследования**

В 2013–2015 гг. было проведено эмпирическое исследование на выборке 658 жителей четырех сибирских городов – Томска, Кемерово, Барнаула, Лесосибирска, в котором использовались следующие методики:

1. Для определения значимости и выраженности достоинств в собственном Я использовалась «Анкета 24 добродетели», разработанная Е.Н. Осиным на основе опросника «Профиль личностных достоинств»

Values-In-Action К. Петерсона и М. Селигмана [9]. Участникам исследования предлагается рассмотреть список из 24 добродетелей, которыми обладают люди (благодарность, благоразумие, гибкость мышления, доброта, жизненная энергия, интерес к учению, искренность, креативность, лидерство, любовь, любопытство, мудрость, надежда, непредвзятость, причастность к общему делу, религиозность, самоконтроль, скромность, социальный интеллект, способность прощать, упорство, храбрость, чувство прекрасного и чувство юмора), и ответить на 2 вопроса, оценив каждую добродетель по пятибалльной шкале: 1) «Насколько важным, по Вашему мнению, данное качество является для человека?» и 2) «Как Вы думаете, насколько Вы обладаете каждым из этих достоинств? Насколько оно развито у Вас и проявляется в Вашей жизни?».

Анализ полученных данных позволяет выявить, во-первых, те качества личности, которыми человек хотел бы обладать, его идеальное Я; во-вторых, качества, которыми он, на его взгляд, обладает в данный момент, Я реальное. В-третьих, данная анкета позволяет выявить самооценку испытуемого, которая проявляется в степени «разрыва» Я реального и Я идеального.

2. Для изучения особенностей самоорганизации деятельности – «Опросник самоорганизации деятельности (ОСД)» и «Методика дифференциальной диагностики рефлексивности» Д.А. Леонтьева.

Опросник «ОСД», разработанный Е.Ю. Мандриковой [8], позволяет изучить особенности сформированности навыков тактического планирования и стратегического целеполагания. Опросник содержит 25 вопросов, с помощью которых оцениваются 6 показателей: «Планомерность», «Целеустремленность», «Настойчивость», «Фиксация», «Самоорганизация» и «Ориентация на настоящее». Высокий общий суммарный балл по ОСД (в нашем случае – индекс самоорганизации) характеризует человека как такого, которому свойственно видеть и ставить цели, планировать свою деятельность, идти к ее достижению, проявляя настойчивость и целеустремленность. Очень высокий индекс самоорганизации указывает и на то, что человек, стремясь к достижению целей, может терять гибкость в деятельности, демонстрировать «зацикленность» на структурированности и организованности деятельности в ущерб способности перестраиваться.

«Методика дифференциальной диагностики рефлексивности» Д.А. Леонтьева [10] позволяет изучить способность респондентов к самоконтролю, взгляду на себя со стороны, организации деятельности в соответствии с собственными целями и особенностями текущей ситуации. Методика состоит из 30 пунктов, сгруппированных в 3 теоретически обоснованные шкалы: «Самокопание», «Системная рефлексия», «Квазирефлексия». Респондентам предлагается оценить предложенные утверждения по четырехбалльной шкале.

### Результаты и их обсуждение

Для решения поставленной задачи был проведен корреляционный анализ полученных по отдельным методикам эмпирических данных. Как оказалось, в выборке можно было наблюдать лишь слабые корреляции между показателями значимости 24 достоинств и показателями «Опросника самоорганизации деятельности» ( $n = 552$ ). Таким образом, оценка человеком значимости достоинств – выбор тех или иных добродетелей к качеству главного ориентира – не связана однозначно с потребностью в осознанном планировании деятельности, с целеустремленностью и целенаправленностью, настойчивостью и ориентацией на настоящее. То есть нельзя определенно говорить о том, что разные ценностные ориентации людей (в нашем случае – ориентации скорее на эффективность и достижения или на переживание близких отношений с другими) связаны со склонностью к тому или иному способу восприятия и структурирования времени своей жизни.

Напротив, между показателями степени выраженности некоторых достоинств и показателями «Опросника самоорганизации деятельности» были выявлены значимые связи (табл. 1).

Таблица 1

**Корреляции показателей степени выраженности достоинств и показателей «Опросника самоорганизации деятельности» ( $n = 551$ )**

Достоинства	Наличие целей	Настойчивость	Суммарный показатель	Индекс целеустремленности	Индекс рациональности
Жизненная энергия	0,3336 $p = ,000$	0,3234 $p = ,000$	0,3383 $p = ,000$	0,3959 $p = ,000$	0,1339 $p = ,002$
Самоконтроль	0,2541 $p = ,000$	0,2762 $p = ,000$	0,2933 $p = ,000$	0,3183 $p = ,000$	0,1611 $p = ,000$
Упорство	0,411 $p = ,000$	0,2456 $p = ,000$	0,359 $p = ,000$	0,4016 $p = ,000$	0,167 $p = ,000$
Храбрость	0,3622 $p = ,000$	0,1311 $p = ,002$	0,2618 $p = ,000$	0,3058 $p = ,000$	0,0898 $p = ,035$
Индекс выраженности достоинств	0,3307 $p = ,000$	0,2313 $p = ,000$	0,3842 $p = ,000$	0,3421 $p = ,000$	0,2533 $p = ,000$

Анализируя эти данные, можно наблюдать следующую закономерность: чем сильнее выражены в собственном Я человека достоинства «Жизненная энергия», «Самоконтроль», «Упорство» и «Храбрость», тем в большей степени он демонстрирует «целеустремленность» и «настойчивость в достижении целей». Также, судя по суммарному показателю ОСД, в этом случае выше склонность к самоорганизации деятельности в целом. То есть достоинства «Жизненная энергия», «Самоконтроль», «Упорство» и «Храбрость» можно рассматривать в качестве важных внутренних факторов развития самоорганизации деятельности и наоборот – развитие целе-

устремленности и целенаправленности приводит к усилению ресурсов жизнестойкости, к восприятию себя как человека энергичного и активного, способного сохранять стойкость и выдержку, преодолевать сопротивление обстоятельств или других людей, добросовестного и способного регулировать собственное поведение.

Наряду с этим обнаружился особенно важный факт: коррелируют не только содержательно близкие шкалы двух методик, но и суммарные индексы ОСД и «анкеты 24 достоинств». То есть чем выше степень выраженности всех 24 достоинств, тем выше не только целеустремленность и настойчивость, но и склонность к рациональности в организации деятельности – ориентации на настоящее, планированию (табл. 1).

Таким образом, формирование и развитие разных добродетелей как особенностей, характеристик индивидуальности, усиление их выраженности в собственной личности, восприятие человеком их как своих неотъемлемых, существенных свойств приводит к повышению осмысленности и организованности времени своей жизни, ощущения личной эффективности в его использовании. Одновременно развитие компетентности в самоорганизации деятельности (целенаправленности, плановности, настойчивости в достижении целей, гибкости и ориентации на настоящее) способствует формированию отношения к себе как к человеку «с достоинствами», носителю важных общечеловеческих добродетелей.

Эти выводы подтверждаются и данными корреляционного анализа относительно связей разницы значений важности и выраженности 24 достоинств и шкал ОСД. Выяснилось, что проявляется следующая закономерность: чем больше «разрыв» оценок значимости и выраженности таких достоинств, как «Жизненная энергия», «Упорство» и «Храбрость», тем меньше показатели шкал ОСД «наличие целей» и «настойчивость». Можно утверждать, что низкая самооценка по достоинствам «фактора жизнестойкости» (смелости, по М. Селигману) проявляется и в меньшей выраженности характеристик самоорганизации, связанных с видением целей и готовностью их достигать, несмотря на препятствия.

**Таблица 2**  
**Корреляции показателей степени «разрыва» между значимостью и выраженностью достоинств и показателями «Опросника самоорганизации деятельности» (n = 551)**

Достоинства	Наличие целей	Настойчивость	Суммарный показатель	Индекс целеустремленности	Индекс рациональности
Жизненная энергия	-0,2604 p = ,000	-0,2919 p = ,000	-0,2463 p = ,000	-0,3312 p = ,000	-0,078 p = ,067
Упорство	-0,2504 p = ,000	-0,2234 p = ,000	-0,2327 p = ,000	-0,2862 p = ,000	-0,0712 p = ,095
Храбрость	-0,2954 p = ,000	-0,1441 p = ,001	-0,1783 p = ,000	-0,2703 p = ,000	-0,0184 p = ,666

Для углубления представлений о функционировании достоинств как личностных характеристик были изучены содержательные связи шкал ОСД и «анкеты 24 достоинств» при помощи факторного анализа. Использовался метод Principal components с Varimax normalized вращением. В результате анализа 27 показателей были выделены 7 факторов, характеризующих 53,9% дисперсии исходной матрицы. В описании факторной структуры учитывались показатели с нагрузкой более 0,4.

Нас интересовали в первую очередь те факторы, в которые со значимой нагрузкой вошли показатели самоорганизации деятельности. Таких факторов оказалось три, и мы назвали их в соответствии с показателями ОСД, которые в них вошли. В состав первого из трех факторов, назовем его «Целеустремленность», со значимыми нагрузками вошли индекс «целеустремленность» ОСД и достоинства «Жизненная энергия», «Упорство» и «Храбрость» – личностные характеристики, определяющие настойчивость в достижении намеченной цели, способность к самоограничению и умение самостоятельно преодолевать возникающие трудности на пути к цели (фактор жизнестойкости). Эти результаты показывают, что выраженность названных достоинств у человека может способствовать развитию его способности к целеопределенности – умению видеть перспективу, самостоятельно ставить себе цели, в том числе и далекие, стратегические. Без этих качеств меньше развита готовность понимать, каких результатов можно добиться в конкретной ситуации, т.е. точно формулировать значимые итоги своей деятельности, а значит, меньше энергии хотеть, стремиться к ним. Обладание жизненной энергией, упорством и храбростью связано также с целенаправленностью – способностью в своей деятельности последовательно и настойчиво двигаться по направлению к цели, постоянно соотнося свое движение с желаемым результатом. Кроме того, эти достоинства являются основанием для целеустремленности человека – его готовности воспринимать любые препятствия на пути к результату скорее как вызов и возможность для себя.

В состав второго фактора, назовем его «Ориентация на настоящее», вошли показатель «ориентация на настоящее» ОСД и такие достоинства, как «Непредвзятость», «Причастность общему делу» и «Социальный интеллект».

Группировка этих показателей дает нам эмпирическое подтверждение того, что развитие чуткости в социальных контактах, навыков понимания мотивов действий других людей, сотрудничества, продуктивного межличностного взаимодействия может способствовать развитию способности быть «здесь и сейчас», не увлекаться бесплодным фантазированием, не отрываться от реальности, осознавать, как связаны свои действия в данный момент с достижением целей, т.е. действовать целесообразно. Важными также для развития самоорганизации деятельности оказываются и опыт работы совместно с другими, приверженность групповым целям, умение следовать общественным правилам и нормам, согласовывая свои цели и действия с групповыми целями и командным результатом.

В состав третьего фактора «Рациональность деятельности» вошли «индекс рациональности» ОСД и достоинства «Надежда» и «Религиозность» – добродетели, способствующие реализации общих смысловых устремлений личности, конкретизирующие, по М. Селигману, добродетель «духовность» (у нас – «ресурсы нравственности»). Индекс рациональности складывается из значений по шкалам ОСД «Планомерность», «Самоорганизация» и «Ориентация на настоящее», которые характеризуют человека через выраженность потребности в постоянном осознанном планировании своей деятельности, а также через ориентацию на готовность быть собранным и организованным, не откладывать на будущее дела, которые можно выполнить в настоящем. Противоречивые на первый взгляд ценностные установки духовность и рациональность оказываются вовсе непротиворечиво связанными и доказывают на эмпирических данных важную идею о том, что именно смысловая организация жизни человека является основой самоорганизации его деятельности. Переживание жизни как имеющей смысл и предназначение, надежда – позитивная установка по отношению к будущему, вера в благополучный исход являются тем личностным основанием, которое и позволяет человеку в меняющихся, напряженных, противоречивых обстоятельствах жизни сохранять способность проектировать собственное будущее, самостоятельно ставить цели, планировать и вместе с тем продуктивно действовать в настоящем, не застревая в фантазиях или бесконечных возвращениях к прошлому и сожалениях о несделанном.

Можно подтвердить и выводы о том, что «с повышением осмысленности и осознанности деятельности повышается осмысленность жизни» [8, 9].

Проведенный факторный анализ показателей самоорганизации деятельности и показателей степени «разрыва» между значимостью и выраженностью личностных достоинств с использованием метода Principal components с Varimax normalized вращением позволил выявить 8 факторов, характеризующих 52,3% дисперсии исходной матрицы. При этом интересующие нас показатели не объединились ни в одном из факторов: показатели самоорганизации деятельности вошли в состав одних факторов, а показатели степени разрыва – в состав других. Единственное, что обращает на себя внимание, – это наличие отрицательных значений нагрузок показателей самоорганизации в сравнении с показателями степени «разрыва». Формально это означает, что показатели самоорганизации находятся в другом пространстве по отношению к показателям степени «разрыва». Таким образом, склонность к самоорганизации деятельности в целом и в отдельных ее проявлениях (целеустремленности, настойчивости, планомерности, самоорганизации) не связана с самооценкой человека по тем или иным отдельным характеристикам – достоинствам, выделенным в настоящем исследовании. То есть нельзя однозначно говорить о том, что оценка себя как человека, у которого, например, достоинства «самоконтроль», «упорство», «храбрость» выражены меньше, чем это кажется важным, будет определять низкую готовность к самоорганизации. Можно предположить, что та степень разницы значений выраженности в «Я» и значимости

24 достоинств, которая обнаружилась в рамках нашего исследования, не была столь существенной и скорее характеризует респондентов как адекватно критичных к себе и стремящихся к развитию способности самоорганизации деятельности. Здесь уместно вспомнить и положения теории интегральной индивидуальности, которые объясняют, что на разных уровнях организации человека могут существовать разные связи одной и той же характеристики с другими. А связи, возникающие на более низких уровнях, могут сниматься или опосредоваться, усложняться связями более высокого (духовного, смыслового) порядка [10].

Следующим вопросом для нас был вопрос о возможных типологических особенностях самоорганизации в разных группах респондентов в эмпирической выборке, отличающихся по показателям значимости и выраженности индивидуальных достоинств, а также некоторым параметрам личностного потенциала.

Был применен кластерный анализ по методу Уорда, Euclidean distances. В результате было получено 4 кластера. Обнаружилось, что выделенные кластеры значимо различаются по оценке степени важности достоинств, но не различаются по оценке силы выраженности их в собственном Я. Кратко обобщая характеристики кластеров, можно сказать, что респонденты, при кластеризации отнесённые в **кластер 1**, характеризуются в целом адекватным позитивным отношением к себе и ориентированы скорее на эффективность (наиболее высоко оценивают значимость достоинств «мудрость», «жизненная энергия» и «самоконтроль», чуть ниже оценивая их выраженность).

Респонденты, отнесённые в **кластер 2**, ориентированы скорее на близкие отношения с другими людьми (считают самыми важными достоинства «доброта», «искренность», «любовь»). По отношению к себе они скорее демонстрируют завышенную самооценку наряду с критичностью к миру (показатели выраженности 13 из 24 достоинств выше показателей их значимости).

Респонденты, отнесенные в **кластер 3**, характеризуются уверенностью в себе (минимальная разница значений важности и выраженности достоинств) и ориентированы скорее на позитивные переживания, близкие отношения с другими и заинтересованное отношению к миру (достоинства «любовь», «доброта», «искренность», «благодарность», «самоконтроль», «чувство юмора» попали в список «самых» важных).

В отличие от них респонденты **кластера 4** в целом ниже оценивают значимость для человека всех 24 достоинств. Они критичны к себе (максимальная разница значимости и выраженности достоинств) и видят себя людьми, обладающими ресурсами нравственности и близких отношений с другими, но которым не хватает качеств, связанных с самоэффективностью.

Выделенные кластеры отличались и по показателям «Опросника самоорганизации деятельности». При этом различия, обнаружившиеся при анализе показателей «анкеты 24 достоинств», симметрично повторились в результатах кластеров по ОСД. Оказалось, что минимальные средние зна-



чения всех показателей самоорганизации деятельности характерны для представителей 4-го кластера, а максимальные – для представителей 3-го кластера (табл. 3).

Т а б л и ц а 3

**Средние значения (М, баллы) и стандартное отклонение (σ) показателей  
«Опросника самоорганизации деятельности», вычисленные для 4 кластеров**

Показатели	Кластер 1, n = 182		Кластер 2, n = 126		Кластер 3, n = 163		Кластер 4, n = 80		Досто- стовер- ность разли- чий
	М	σ	М	σ	М	σ	М	σ	
Планирование	18,9	5,44	17,9	5,25	20,0	5,57	15,8	5,60	0,0001
Наличие целей	36,2	5,20	34,7	7,02	37,7	5,28	31,4	7,89	0,0001
Настойчивость	21,9	5,59	23,2	5,20	24,7	5,53	20,2	5,54	0,0001
Фиксация	20,8	5,31	19,5	4,81	22,2	6,64	20,1	4,56	0,0003
Самоорганизация	8,25	4,32	8,07	4,29	8,75	4,18	7,87	4,45	0,3957
Ориентация на настоящее	8,73	3,05	8,43	3,03	9,49	2,86	8,68	2,99	0,0149
Суммарный показатель	114,8	15,5	111,8	15,2	122,9	16,3	103,8	17,1	0,0001
Индекс «Целеустремленность»	29,0	4,17	28,9	5,17	31,2	4,62	25,8	5,48	0,0001
Индекс «Рациональность»	16,0	3,44	15,2	3,38	17,0	3,63	14,5	3,20	0,0001

То есть те молодые люди, у которых выраженность 24 достоинств минимальна, а «разрыв» между значимостью и выраженностью достоинств максимален, которые ориентированы на самоэффективность, но ощущают недостаточно развитыми в себе достоинства, обеспечивающие ее, отличаются и более низкой склонностью к самоорганизации деятельности. У них слабо развиты навыки планирования, способность применить волевые усилия для доведения начатого дела до конца, они не всегда способны преодолевать препятствия и при столкновении с трудностями, особенно неожиданными, теряются, а могут и вообще отказаться от цели.

Максимальные оценки по всем показателям самоорганизации оказались у тех молодых людей, которые выше других оценили и важность, и выраженность у себя личностных достоинств (кластер 3). Респонденты, составившие кластер 3, ориентированные не только на эффективность в деятельности, но и на близкие отношения с другими людьми и позитивные переживания и в целом позитивнее себя оценивающие, обнаруживают большую готовность к целеполаганию, настойчивости, планированию собственной деятельности. Несколько ниже оказались показатели суммарных индексов ОСД у респондентов кластера 1 («2-е место»), а респонденты, вошедшие в кластер 2, показали результаты ниже, чем респонденты кластера 1, но выше, чем респонденты кластера 4 («3-е место»).

При сравнении показателей отдельных шкал ОСД обнаружились интересные особенности. Респонденты, отнесенные к **кластеру 2**, в целом продемонстрировавшие скорее низкие баллы по суммарным индексам и отдельным шкалам ОСД, показали значение по шкале «настойчивость» выше среднегруппового, а по шкале «ориентация на настоящее» – самое низкое (см. табл. 3).

Можно сказать, что респонденты кластера 2 демонстрируют ситуативную настойчивость. Поскольку их цели обычно несамостоятельны и не проработаны, мало связаны как со стратегическим видением своей жизни, так и с реалистичной оценкой настоящего, планы подвержены частой смене (низкие значения по шкале «фиксация»), то и поставленная цель редко бывает достигнута. Таким образом, можно сказать, что низкая оценка значимости общечеловеческих добродетелей при высокой оценке степени их выраженности в собственном Я связана с низкой склонностью к самоорганизации деятельности с выраженной нереалистичной, ситуативной и в целом непродуктивной настойчивостью. Также неготовность к стратегическому полаганию и реалистичному планированию своей деятельности может приводить к неадекватной критичности по отношению к миру и компенсаторной, завышенной оценке себя с точки зрения выраженности общечеловеческих добродетелей. Такая внутренняя позиция является одной из самых непродуктивных для личностного развития, так как затрудняет осознание человеком своей ситуации, «подталкивая» к оправданиям себя и поискам виноватых вместо постановки задач по самосовершенствованию. Эти выводы подтверждаются и данными, полученными при оценке величины показателя рефлексивности. Респонденты кластера 2 обнаружили самые низкие показатели по этой характеристике (табл. 4). Несклонность заниматься самоанализом в любых его формах проявилась и в самых низких баллах по шкалам «Самокопание» и «Квазирефлексия», и в низкой оценке по шкале «Системная рефлексивность».

Таблица 4

**Средние значения (М, баллы) и стандартное отклонение (σ) показателей рефлексивности, вычисленные для 4 кластеров**

Показатели	Кластер 1, n = 182		Кластер 2, n = 122		Кластер 3, n = 160		Кластер 4, n = 80		Досто- вер- ность разли- чий
	М	σ	М	σ	М	σ	М	σ	
Системная рефлексивность	36,9	5,28	35,6	5,62	38,9	5,06	34,7	6,18	0,00001
Самокопание	22,4	5,65	20,7	4,99	21,5	5,08	22,2	5,86	0,0438
Квазирефлексия	24,3	5,53	22,1	5,99	23,1	5,26	23,2	5,84	0,0109
Суммарный индекс	27,9	4,21	26,1	3,89	27,8	3,66	26,7	4,53	0,0005

Общая же тенденция в выраженности изучаемых характеристик проявилась и в этом случае: минимальная склонность к деятельностной

рефлексивности характерна для представителей 4-го кластера, а максимальная – для представителей 3-го кластера (см. табл. 4). То есть можно говорить о том, что одновременно с повышением самоорганизации повышается системная рефлексивность относительно различных аспектов бытия человека во времени.

Подводя итоги, можно сделать следующие **выводы** относительно взаимосвязи показателей значимости и выраженности 24 достоинств и самоорганизации деятельности как структурирования и целенаправленного использования времени жизни для достижения эффективности в деятельности и благополучия в жизни в целом:

1. Формирование и развитие разных добродетелей как характеристик индивидуальности, восприятие их человеком как своих сущностных свойств способствует повышению осмысленности и организованности времени своей жизни, ощущению личной эффективности в его использовании. Одновременно развитие компетентности в самоорганизации деятельности (целенаправленности, плановости, настойчивости в достижении целей, гибкости в планировании и ориентации на настоящее) приводит к формированию позитивного отношения к себе как носителю важных общечеловеческих добродетелей, повышению уровня субъективного благополучия в жизни.

2. Ориентация на те или иные добродетели и достоинства не связана со склонностью к тому или иному способу восприятия и структурирования времени своей жизни.

3. Субъекты, ориентированные на самооффективность, но с низкой самооценкой по тем характеристикам – достоинствам, которые ее «обеспечивают», отличаются и более низкой склонностью к самоорганизации деятельности.

4. Субъекты, ориентированные не только на эффективность в деятельности, но и на близкие отношения с другими людьми и позитивные переживания и в целом позитивно себя оценивающие, обнаруживают большую готовность к целеполаганию, настойчивости, планированию собственной деятельности.

5. Низкая оценка значимости общечеловеческих добродетелей при высокой оценке степени их выраженности в собственном Я связана с низкой склонностью к самоорганизации деятельности при выраженной нереалистичной, ситуативной настойчивости. Также неготовность к стратегическому полаганию и реалистичному планированию своей деятельности может приводить к неадекватной критичности по отношению к миру и компенсаторной, завышенной оценке себя с точки зрения выраженности общечеловеческих добродетелей.

6. Достоинства «Жизненная энергия», «Самоконтроль», «Упорство» и «Храбрость» можно рассматривать в качестве важных внутренних факторов развития самоорганизации деятельности. Одновременно с этим развитие целеустремленности и целенаправленности приводит к наращиванию ресурсов жизнестойкости, к восприятию себя как человека энергично-

го и активного, способного сохранять стойкость и выдержку, преодолевать сопротивление обстоятельств или других людей, добросовестного и способного регулировать собственное поведение.

7. Развитие чуткости в социальных контактах, навыков понимания мотивов действий других людей, умения следовать общественным правилам и нормам, согласовывая свои цели и действия с групповыми целями и командным результатом («ресурсов самотрансценденции и социального взаимодействия») могут способствовать развитию способности самоорганизации деятельности.

8. Достоинства «Надежда» и «Религиозность» являются тем личностным основанием, которое и позволяет человеку в разных обстоятельствах жизни сохранять способность к стратегическому целеполаганию, реалистичному планированию времени своей жизни. Одновременно с этим повышение осмысленности и осознанности деятельности приводит к повышению осмысленности жизни.

### Литература

1. Богомаз С.А. Типологические особенности самоорганизации деятельности // Вестник Томского государственного университета. 2011. № 334. С. 163–166.
2. Лецинская С.Б., Богомаз С.А. Смысловая сфера личности студента как фактор самоорганизации деятельности и результативности ЕГЭ // Когнитивные штудии: когнитивная парадигма в междисциплинарных исследованиях : материалы VI междунар. междисциплин. конф. Минск : БГПУ, 2015. Вып. 6. С. 91–96.
3. Светоч В.Е. Взаимосвязь показателей самоорганизации времени жизни и стресспреодолевающего поведения личности : дис. ... канд. психол. наук. М., 2012. 213 с.
4. Климонтова Т.А. Самоорганизация внутреннего мира интеллектуально одаренных старшеклассников: структура и функционирование : дис. ... д-ра психол. наук. Ярославль, 2014. 408 с.
5. Уваров Е.А. Психология самоорганизации личности субъекта двигательной деятельности : дис. ... д-ра психол. наук. СПб., 2007. 362 с.
6. Смирнов А.В. Учебная самоорганизация как фактор развития познавательной мотивации студентов технического вуза : дис. ... канд. психол. наук. Самара, 2011. 175 с.
7. Логвинова О.Н. Развитие умения самоорганизации учебной деятельности в технологическом образовании школьников : дис. ... канд. пед. наук. М., 2014. 225 с.
8. Мандрикова. Е.Ю. Разработка опросника самоорганизации деятельности (ОСД) // Психологическая диагностика. 2010. № 2. С. 87–111.
9. Буровихина И., Леонтьев Д.А., Осин Е.Н. Силы характера как ресурсы личности подростка: опыт применения опросника «Профиль личных достоинств» // Психологическая диагностика. 2007. № 1. С. 107–127.
10. Леонтьев Д.А. Личностный потенциал: структура и диагностика / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2011. 680 с.

Поступила в редакцию 13.04.2016 г.; принята 11.07.2016 г.

**ЛИТВИНА Светлана Алексеевна**, кандидат психологических наук, доцент кафедры организационной психологии Томского государственного университета (Томск, Россия).

E-mail: litvina65@mail.ru

## INDIVIDUAL MERITS AS FUNDAMENTALS FOR MEANINGFULNESS AND PURPOSEFULNESS OF SELF-ORGANIZATION ACTIVITY

*Siberian journal of psychology*, 2016, 61, 33–46. DOI: 10.17223/17267080/61/3

**Litvina Svetlana A.** Tomsk State University (Tomsk, Russian Federation).

E-mail: litvina65@mail.ru

**Keywords:** self-organization activity; reflexivity; personal virtue; individual merits; self-determination; positive psychology.

This paper studies activities of self-organization which are manifested in the peculiarities of human perception and the use of time by people in their life. The results of the empirical research on the role of virtues of character, individual merits in the development of meaningfulness and purposefulness in their activities were presented. The study is implemented in line with the positive psychology, and it is based on the idea of values as basic fundamentals of human behavior.

### Sample and methods

The research was conducted in 2013-2015 and involved 658 residents of 4 Siberian cities: Tomsk, Kemerovo, Barnaul, Lesosibirsk. The following measures were used:

1. The “Questionnaire of 24 virtues” developed by E.N. Osin on the basis of a questionnaire “A profile of personal values” and Values-In-Action by K. Peterson and M. Seligman.
2. “Questionnaire of self-organizing activity” by E.Y. Mandrikova.
3. “Methods of differential diagnosis of reflexivity” by D.A. Leontyev.

Statistical data processing was performed using correlation analysis, factor analysis with method of Principal components with Varimax normalized rotation, and cluster analysis with Ward’s method “Euclidean distances”.

### Results and discussions

Correlation analysis of the data showed that the different value orientations of people are not connected with a particular way of perceiving and structuring their life. However, recognition of individual virtues such as: “Life energy”, “Self”, “Persistence”, and “Courage” is an important internal factor for development of self-organizing activity.

Factor analysis using Principal components method with Varimax normalized rotation revealed a meaningful relation between scales of “Questionnaire of self-organizing activity” and “Questionnaire of 24 virtues”. Three factors were identified: “Commitment”, “Focus on the present” and “Rationality of activity”.

Cluster analysis by Ward’s method “Euclidean distances” allowed finding typological features of self-organization activities in different groups of respondents. Four clusters were identified which differed in the level of self-organization activity. Maximum estimates for all parameters of self-organization were among those young people, who assessed the importance and expressiveness of their own personal virtues higher than others. Subjects who were focused on self-efficacy, and whose self-esteem of these characteristics was low had a lower predisposition to self-organization activities.

## References

1. Bogomaz, S.A. (2011) Typological features of self-organization of activity. *Vestnik Tomskogo gosudarstvennogo universiteta – Tomsk State University Journal*. 344. pp. 163-166. (In Russian).
2. Leshchinskaya, S.B. & Bogomaz, S.A. (2015) [The semantic sphere of the individual student as a factor of self-organization and effectiveness of the exam]. *Kognitivnye shtudii: kognitivnaya paradigma v mezhdistsiplinarnykh issledovaniyakh* [Cognitive Studia: Cognitive Paradigm in Interdisciplinary Research]. Proc. of the Sixth International Conference. Minsk: Belarusian State Pedagogical University. pp. 91-96. (In Russian).

3. Svetoch, V.E. (2012) *Vzaimosvyaz' pokazateley samoorganizatsii vremeni zhizni i stress-preodolevayushchego povedeniya lichnosti* [The relationship of self-organization indicators of life time and a person's stress-coping behavior]. Psychology Cand. Diss. Moscow.
4. Klimontova, T.A. (2014) *Samoorganizatsiya vnutrennego mira intellektual'no odarenykh starsheklassnikov: struktura i funktsionirovanie* [Self-organization of the inner world of intellectually gifted high school students: The structure and functioning]. Psychological Doc. Diss. Yaroslavl.
5. Uvarov, E.A. (2007) *Psikhologiya samoorganizatsii lichnosti sub"ekta dvigatel'noy deyatel'nosti* [The psychology of self-organization of the personality of the subject of motor activity]. Psychology Doc. Diss. St. Petersburg.
6. Smirnov, A.V. (2011) *Uchebnaya samoorganizatsiya kak faktor razvitiya poznavatel'noy motivatsii studentov tekhnicheskogo vuza* [The learning self-organization as a factor in the development of cognitive motivation of technical students]. Psychology Cand. Diss. Samara.
7. Logvinova, O.N. (2014) *Razvitie umeniya samoorganizatsii uchebnoy deyatel'nosti v tekhnologicheskoy obrazovanii shkol'nikov* [The development of self-organizing skills in training activities of school students' technological education]. Pedagogy Cand. Diss. Moscow.
8. Mandrikova, E.Yu. (2010) *Razrabotka oprosnika samoorganizatsii deyatel'nosti (OSD)* [The development of self-activity questionnaire (OSD)]. *Psikhologicheskaya diagnostika*. 2. pp. 87-111.
9. Burovikhina, I., Leontiev, D.A. & Osin, E.N. (2007) *Sily kharaktera kak resursy lichnosti podrostka: opyt primeneniya oprosnika "Profil' lichnykh dostoinstv"* [The forces of nature as a teenager's personality resources: On the questionnaire "Profile of Personal Merits"]. *Psikhologicheskaya diagnostika*. 1. pp. 107-127.
10. Leontiev, D.A. (2011) *Lichnostnyy potentsial: struktura i diagnostika* [Personal Potential: The Structure and Diagnostics]. Moscow: Smysl.

Received 13.04.2016;

Accepted 11.07.2016