

пользовали методику К. Лей, в котором выделяются три уровня проявления прокрастинации. Обнаружено, что в выборке женщин (37%), респондентов, проявляющих высокий уровень прокрастинации больше, чем в выборке мужчин (26%). Средний уровень прокрастинации всего у 57% мужчин и 40% женщин. Но статистически значимых различий по проявлению прокрастинации между мужчинами и женщинами не обнаружено.

Одной из задач исследования являлось, выявление взаимосвязи между преобладающим видом тревожностью и проявлением прокрастинации. Взаимосвязь проявления прокрастинации обнаружено только с личностной тревожностью (у мужчин ( $r=921$ ,  $p=0,01$ ), и женщин ( $r=787$ ,  $p=0,01$ ). Не выявлено взаимосвязь прокрастинации с ситуативной тревожностью. Полученные результаты согласуются с результатами исследований Н.Н. Карловской, Р.А. Барановой [2], Л. Хейкок и др., что прокрастинация связана с общей тревожностью. В нашем исследовании, связь обнаружена только с личностной тревожностью. Тревожность выступает как черта характера, проявляется в склонности к переживаниям страха неудачи, беспокойства, без достаточных оснований, избегания воображаемой угрозы, что может являться следствием у человека проявления прокрастинации.

В исследовании также выдвигалось предположение о взаимосвязи прокрастинации с преобладающим типом локуса контроля. У большинства респондентов преобладает интернальный локус контроля (у 70% мужчин и у 63% женщин), чем экстернальный (у 30% мужчин и у 36% женщин). Взаимосвязь выявлена между экстернальным локусом контроля и проявлением прокрастинации, как в выборке мужчин ( $r=0,560$ ,  $p=0,01$ ), так и женщин ( $r=0,562$ ,  $p=0,01$ ). Тогда как между интернальным локусом контроля и проявлением прокрастинации взаимосвязь не установлена. Считается, что людям с экстернальным локусом контроля больше характерен страх неудачи, личностная тревожность, что тоже являются фактором проявления прокрастинации.

Таким образом, в ходе проведенного исследования, значимых гендерных различий проявления прокрастинации не обнаружено. Но в выборке женщин, больше респондентов, которые имеют высокий уровень проявления прокрастинации. А у мужчин в основном преобладает средний уровень проявления прокрастинации. Гендерные различия также не выявлены и в уровне проявления тревожности и по типам локуса контроля. Исходя из этого, можно предполагать, что проявление прокрастинации больше всего обусловлено личностными особенностями, чем гендерной принадлежностью.

#### Список литературы

1. Варваричева Я.И. Феномен прокрастинации: проблемы и перспективы исследования // Вопросы психологии. – 2010. – №3. – С. 121–131.
2. Карловская Н.Н., Баранова Р.А. Взаимосвязь общей и академической прокрастинации и тревожности у студентов с разной академической успеваемостью // Психология в вузе. – 2008. – №3. – С. 38–49.

### РЕФЛЕКСИЯ КАК УСЛОВИЕ ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЯ СТУДЕНТОВ ПСИХОЛОГОВ

Шамаева В.С., Васильева И.К.

*Институт психологии, СВФУ, Якутск,  
e-mail: shamanvik@mail.ru*

Профессиональная подготовка будущих психологов невозможно без развития у студентов умений объективно объяснить свои мысли и поступки (реф-

лексию) с позиций их будущей профессиональной деятельности.

Рефлексия, как подчеркивают все исследователи данного феномена, способствуют более высокому достижению личностью в собственном развитии и совершенствовании окружающего мира. В современных разработках проблема рефлексии рассматривается, по крайней мере, в трех направлениях: при изучении мышления, самосознания личности, а также процессов коммуникации и кооперации (совместных действий и их координации). Все эти контексты в их сложности переплетены отражены в научных исследованиях разных авторов, что приводит к многозначности трактовок понятия «рефлексия» и многоплановости понимания самого явления. Изучение рефлексии при решении разного рода мыслительных задач направлено на выявление условий и осознания оснований системы собственных знаний и мышления.

Рефлексия, обеспечивающая адаптивность студента к новым условиям деятельности, демонстрирует, что рефлексивная функция возникает и реализуется в любой деятельности, когда возникает какое-либо затруднение. При этом она используется для реконструкции появившегося затруднения и обнаружения его причин. Иными словами, рефлексия служит совершенствованию различных видов деятельности, которые могут быть поставлены под контроль сознания. Субъект может не только делать, но и знать, как он это делает.

Именно спецкурс по развитию профессиональной рефлексии может обеспечить развитие профессиональной компетентности через рефлексивное осознание студентом-психологом при совместной деятельности с преподавателем.

Цель спецкурса «Развитие профессиональной рефлексии» состоит в осознании необходимости и овладении будущими специалистами психологами в овладении технологией развития профессиональной рефлексии, обеспечивающей эффективность профессиональной деятельности, профессионально-личностный рост и творческий подход к работе. Спецкурс построен таким образом, где каждый студент помимо овладения теоретическими знаниями осуществляет исследовательскую деятельность, направленную на осознание сущности феномена рефлексии, учиться наблюдать, анализировать и прогнозировать оптимальное поведение программы поведения. На занятиях каждый студент ощущает радость собственного открытия, свою значимость и уважение неповторимости другого.

Обучение в спецкурсе будет тем успешнее, чем полнее каждый студент будет выполнять предлагаемые задания по-своему, исходя из своих знаний, умений, жизненного опыта, интересов и способностей. Осмысление себя как личности, развитие ориентации на познание и принятие другого человека как ценности в условиях специального рефлексивного спецкурса получает импульс к дальнейшему совершенствованию рефлексии, как профессионально значимой способности. В основу спецкурса положен принцип поэтапного развития профессиональной рефлексии и постепенности в более глубоком понимании каждым участником себя. Каждое занятие логически продолжает предыдущую. Основными методами являются: групповая дискуссия, позволяющая сопоставить противоположные позиции, увидеть проблему с разных сторон, уточнить взаимные позиции, развивающие слушать и взаимодействовать; анализ ситуаций, стимулирующий обращение к опыту других, стремление к приобретению теоретических знаний для получения ответов на обсуждаемые вопросы.

Наряду с основными методами используем рисование, «обратную связь», и другие дополнительные методы. И обязательно для хода каждого занятия включение студентов в рефлексивную деятельность: анализ своих чувств, мыслей, взглядов, миропонимания.

Профессиональный интерес к данной теме выводит на необходимость исследования влияния спецкурсов на развитие рефлексии студентов.

На занятиях обязательным заключительным этапом является этап рефлексии. Здесь мышление студента направляется на предыдущие этапы, на качество их реализации, на впечатления, которые студенты назвали, на собственное отношение к ним и к заданию в целом.

Наш опыт анализа рефлексии в спецкурсах показал, что факторы, повышающие уровень учебной мотивации будущих психологов, следующие: профессиональная направленность заданий для будущих психологов; наличие в ряде случаев возможности выбора какого-то одного задания из ряда предложенных; культивирование научного стиля мышления; переживание успеха в ходе выполнения творческих заданий; также некоторые студенты проявляют так называемую «надситуативную активность» (В.А. Петровский), используя по своей инициативе дополнительные методики, внося частные усовершенствования, в оформлении работы.

Рефлексия организаций умственной активности студентов может координироваться следующими вопросами:

- Какие наиболее важные сведения я получил (а) на занятии?
- Какой важный опыт мною приобретен?
- Какие трудности и чувства возникли в процессе работы над заданиями?
- Если что-то не понравилось, постарайтесь точнее сформулировать, что именно.
- Какие пути преодоления собственных недостатков я могу наметить, насколько они психологически обоснованы?
- Как часто Вы задумываетесь о своих делах и их влиянии на других людей? Почему?

Критериями оценки результативности технологии спецкурсов являются: овладение студентами общепсихологическими способами деятельности; развитие способности к рефлексии; развитие коммуникативной культуры студентов, умениями определять цель, задачи и методы развития профессиональной рефлексии; умениями осуществлять перенос полученных знаний в практику работы собственной практической деятельности.

#### Список литературы

1. Вульф В.З., Харькин В.Н., Педагогика рефлексии. – М.: ИЧП «Издательство Магистр», 1995. – 111 с.
2. Метаева В.А. Рефлексия и её роль в преодолении профессиональных затруднений педагога: Дис. ... канд. пед. наук. – Екатеринбург, 1996. – 140 с.
3. Смолева Т.О. Развитие педагогической рефлексии как профессионального качества // Теория и практика становления специалиста начального образования: Матер. научн.-практ. конф. – Иркутск: ИГПУ, 2000.
4. Смолева Т.О. Развитие педагогической рефлексии. Учебное пособие, Иркутск, ИГПУ, 2005, – 21 с.

#### ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О СЧАСТЬЕ У ДЕТЕЙ ИЗ ПОЛНЫХ И НЕПОЛНЫХ СЕМЕЙ

Яковлева А.В., Макарова А.П.

Северо-Восточный федеральный университет имени М.К. Аммосова, Якутск, e-mail: agmaks@yandex.ru

Представления человека о счастье лежат в его смысловой системе ценностей и выражают отношение к миру. Изучению представления о счастье посвящены работы М. Аргайла, М. Селигман,

А. Маслоу, В. Франкла, К. Роджерса, Э. Фромма, Э. Динер, И.А. Джидарьян, Д.А. Леонтьева, А.Е. Сапонтова, А.З. Шапиро и др.

Среди проблем неполных семей особенно остро стоит проблема ее функционирования как института воспитания и социализации детей. Психологические исследования показывают, что дети из неполных семей, по сравнению со сверстниками из полных семей, обладают рядом психологических особенностей: более низкой школьной успеваемостью, склонностью к невротическим нарушениям и противоправному поведению, проявлениями инфантильности, негативным отношением к родителям, нарушениями полового поведения, неустойчивой, заниженной самооценкой с актуальной потребностью в ее повышении, неадекватной требовательностью к матери и высоким желанием изменений ее поведения, активным поиском «значимого взрослого», особым представлением о смысле жизни, о счастье.

В данной работе предпринята попытка изучить особенности представления о счастье у детей из полных и неполных семей. Объектом исследования выступили 60 детей из полных и неполных семей в возрасте от 14 до 16 лет. В работе использовали разработанный авторами опросник «Что такое счастье?», состоящий из десяти вопросов открытого типа, и Оксфордский опросник счастья Аргайла-Хиллса [1]. Методом контент-анализа были выделены категории отражающие содержание понятия «счастье» у подростков. На вопрос что такое счастье, подростки в первую очередь пишут, что это, когда имеешь близких людей, семью, друзей. На втором месте, отмечают, что для счастья не должно быть никаких проблем. Подростки из полных семей включают в категорию счастья и материальное положение (19%), что характерно лишь 9,7% подросткам из не полных семей. На третьем же месте для подростков из неполных семей в категорию счастья включено понятие «исполнение всех желаний» (19,4%). Затем подростки из полных семей включают в категорию счастья здоровье (11,9%), а из неполных семей – любовь (12,9%).

На вопрос, что необходимо, для того, чтобы чувствовать себя счастливым, подростки из полных семей отметили следующее: быть богатым (30,3%), радоваться жизни (27,3%), иметь семью, друзей (21,2%), достигать целей (12,2%), хорошо учиться (9,1%). А для подростков из неполных семей для счастья необходимо: богатство (39,9%), семья, друзья (24,2%) и умение достигать поставленные цели (24,1%). По мнению подростков, для того чтобы стать счастливым, необходимо обладать такими личностными качествами, как доброта, отзывчивость. А для детей из неполных семей, также значимыми качествами являются целеустремленность и упорность (46,9%). Подростки из полных семей отмечают, что среди их знакомых много счастливых людей (93,3%), также и своих родителей считают вполне счастливыми людьми (90%). Однако, ответы подростков из неполных семей немного отличаются, всего лишь 56,6% видят среди своих знакомых счастливых людей и 46,7% считают своих родителей счастливыми людьми. Для выявления уровня субъективного ощущения счастья нами был использован Оксфордский опросник счастья. Уровень счастья у подростков значимо отличается ( $\varphi = 2,093$ ;  $p \leq 0,05$ ), выше у детей из полных семей. Таким образом, семья играет важную роль в представлениях и ощущениях счастья. Исследование показало, что у подростков из полных и неполных семей уровень ощущения и представления о счастье различается. Возможно, это связано с тем, что детям из неполных семей для их полноценного психического развития не хватает своевременной эмо-