

УДК 316.7

## **ОСОБЕННОСТИ СОЦИАЛЬНОГО ВЗАИМОДЕЙСТВИЯ ПРАКТИКУЮЩИХ ВОСТОЧНЫЕ СИСТЕМЫ САМОРАЗВИТИЯ В УСЛОВИЯХ РОССИЙСКОЙ КУЛЬТУРЫ**

**М.Д. Данилина**

Тверской государственный университет

Рассматриваются восточные системы саморазвития (ВСС) как социально-психологический феномен, исследуются особенности социального взаимодействия вовлеченных в практику ВСС. Приводятся результаты исследования социальных характеристик личности практикующих ВСС в условиях иной социокультурной среды.

***Ключевые слова:** саморазвитие личности, восточные системы саморазвития, социальное взаимодействие, социальные роли, социальная адаптация личности.*

Проблема саморазвития личности – одна из наиболее значимых вопросов и в научной психологии, и в повседневной жизни человека.

В условиях изменяющегося мира, в котором нарастают процессы глобализации и взаимопроникновения культур, социальная среда предлагает все больше факторов, заимствованных из других культур, в том числе и способов самопознания и взаимодействия в социуме. Применение восточных систем саморазвития (ВСС) человека, таких как йога, становится все более популярным и на Западе, и на постсоветском пространстве. Однако, являясь продуктом иной социокультурной среды, и результатом многовековой традиции другой культуры, ВСС как способ влияния на личность не могут не вызывать вопросов у исследователей. Насколько приемлемы для современного российского общества восточные практики и восточное мироощущение, затрагивающее как глубинные сферы человеческого сознания и психики, так и социально обусловленные структуры личности?

Исследуя современное состояние ВСС, мы провели классификацию групп ВСС по нескольким признакам, в том числе и по степени влияния на социальное «Я» участников.

Классифицируя восточные практики по степени влияния на социальное «Я» индивида, мы можем выделить три большие группы:

*1. Высокая (сильная) степень влияния*

- I. Религиозно-мировоззренческие школы с сильным лидером.
- II. Религиозно-мировоззренческие школы без сильного лидера.
- III. Авторитарные социальные группы.

*2. Средняя степень влияния*

- I. Школы самопознания через телесно-ориентированные практики.
- II. Субкультура, возникшая на основе практик нью-эйдж.

*3. Невысокая (слабая) степень влияния*

- I. Использование йоги как оздоровительной гимнастики.

Так как социальное «Я» неразрывно связано с взаимодействием

личности в обществе, в нашем исследовании мы рассматривали особенности социального взаимодействия респондентов. В социально-психологическом подходе существует несколько концепций понимания социального взаимодействия. Дж. Мид определяет социальное взаимодействие и точки зрения символического интеракционизма. Символический интеракционизм включает в себя три конкретные теории: 1. Учение о структуре личности. 2. Ролевая теория. 3. Теория референтных групп.

По мысли Мида, «человек социально отзывчив. Он вырабатывает свое Я (self) благодаря социальности» [3, с. 74]. Э. Дюркгейм определял человеческую личность с точки зрения социологических дихотомий. Личность для него – это взаимодействие и противопоставление социального и индивидуального, где значимую роль играют социально заданные факторы, социальные роли, обязанности и ожидания [2]. Э. Гюссерль определял социальный мир, в котором живет человек, как наиболее значимый объект. Причем наиболее важным является то, как личность проявляет себя, будучи связанной многочисленными отношениями с другими людьми [1]. Таким образом, социальное взаимодействие напрямую связано с социальной адаптацией личности в социуме, с тем, насколько органично личность встроена в систему социальных отношений. Рассматривая ВСС с точки зрения социальной психологии, мы выдвинули следующую гипотезу: вовлеченность в практику восточных систем саморазвития в иной социокультурной среде обусловлена особенностями социальной адаптации и социального взаимодействия личности.

Объектом исследования выступили четыре группы респондентов:

1. Медитативная группа – 58 респондентов, группа практикующих медитативные техники под руководством инструктора. Мы классифицировали ее как группу ВСС со средней степенью влияния.

2. Раджа-йоги – 64 респондента, группа практиков ВСС с высокой степенью влияния на социальное сознание, так как институт раджа-йоги представляет собой международную организацию со сложной иерархичной социальной структурой, мировоззренческой доктриной и т.д.

3. Йоги – 72 респондента, группа практикующих различные системы ВСС в центрах, клубах, школах ВСС, группа ВСС со средней степенью влияния на социальное «Я».

4. Контрольная группа – 62 респондента, группа испытуемых, не практикующих ВСС.

В исследовании были использованы следующие методики: 1) методика диагностики социально-психологической адаптации К. Роджерса и Р. Даймонд; 2) методика ЛД (вариант, адаптированный в НИИ им. В.М. Бехтерева); 3) шкала дифференциальных эмоций К. Изарда, адаптирована А. Леоновой; 4) методика «Ценностные ориентации» О.И. Моткова, Т.А. Огневой; 6) методика МАРИ (MARItestDg, Kellog).

По результатам диагностики был проведен дисперсионный анализ, применялись критерии Уоллера–Дункана, Краскола–Уоллиса, а также частотный анализ результатов методики МАРИ [4; 6; 7]. Статистически значимые различия были обнаружены по следующим показателям:

1. Показатель общего уровня адаптации или дезадаптации, не выделяя

отдельных параметров, характеризует, насколько человек адаптирован к среде на данный момент в целом. Группа раджа-йогов демонстрирует превышающие норму показатели по сравнению с группой испытуемых, не практикующих ВСС. Слишком высокие показатели также отражают дезадаптацию личности, но с несколько иным вектором. Это своеобразная сверх-адаптация, стремление любой ценой компенсировать социальный дискомфорт.

2. Интегральный показатель S – принятие себя – завышен у группы 3 по сравнению с группой 4. Слишком высокие значения свидетельствуют о завышенном самомнении, чувстве превосходства по отношению к окружающим, соответственно, неадекватной оценке себя.

3. Показатель эмоционального комфорта значительно выше у практиков йоги. По показателям методики дифференциальных эмоций, значимых различий обнаружено не было, однако необходимо отметить, что общий уровень позитивных эмоций был выше у всех групп практиков йоги.

4. Показатель интернальности выше у группы 3. Интернальность – одна из сторон локуса контроля человека, свидетельствует о склонности субъекта принимать ответственность за свою жизнь и поступки, а также за свои успехи и неудачи на себя; такой человек, как правило, выбирает активный тип адаптации.

Однако необходимо отметить, что методика ЛД демонстрирует обратные результаты – показатели активности «Я» реального и «Я» идеального у группы 3 значительно ниже. Кроме того, респонденты этой группы демонстрируют некоторую статичность Я-концепции, так как различия между показателями Я-реальный и Я-идеальный минимальны или отсутствуют.

Особый интерес представляют результаты анализа методики МАРИ, так как сама методика содержит в себе целостный подход к изучению личности человека.

Методика МАРИ является исследовательской и трансформационной техникой. По своей структуре методика МАРИ близка к группе проективных методик. Объектом проекции выступают не отдельные аффективные комплексы и сферы внутреннего опыта, как в традиционных проективных техниках, а целостные структуры организации психической энергии на разных этапах эго-цикла личности.

Нами были выявлены стадии эго-цикла личности, наиболее значимые для каждой группы испытуемых. Методика МАРИ выявляет стадии, активные в данный период времени эго-цикла испытуемого. Так как стадии методики отражают архетипические стадии универсального эго-цикла личности, каждая стадия имеет четкие характеристики, задачи, трудности. Исходя из этого материала, мы можем получить информацию о состоянии личности человека, особенностях его социального взаимодействия, задачах индивидуального личностного пути на данном этапе. Результаты частотного анализа показателей по методике МАРИ выявили значимые различия в наличии стадии, отражающей полный расцвет сознания, зрелость, готовность выполнять социально-предписанные роли и брать на себя ответственность за свою жизнь и жизнь других, у групп 1, 2, 4 и 3. У группы 3 (йоги) эта стадия полностью отсутствует.

Также были обнаружены значимые различия в цветовых показателях: а – различия по цветовому показателю синий-желтый-зеленый между группой 2 (йоги) и группой 4 (контрольной группой испытуемых),  $p < 0,005$ ; б – различия по цветовому показателю синий-желтый-зеленый между группой 3 (раджа-

йоги) и группой 4 (контрольной группой испытуемых),  $p < 0,001$ .

Показатели по этому цвету у респондентов группы 4 значительно превышают другие выборы. Это цветовое сочетание также отражает социально-психологическую зрелость личности, готовность быть социально функциональным, выполнять социально предписанные роли. Соответственно, низкие показатели отражают избегание человеком социально предписанных ролей, неготовность проявлять себя в социуме соответственно предписанным задачам. Таким образом, мы можем говорить о том, что группы практиков ВСС отличаются характеристиками социального взаимодействия и показателями социальной адаптации, причем показатели также связаны с характеристиками ВСС.

### **Список литературы**

1. Гюссерль Э. Философия как строгая наука. URL: <http://filosoff.org/> (дата обращения: 29.12.2017).
2. Дюркгейм Э. Социология. Ее предмет, метод, предназначение / Пер. с фр., составление, послесловие и примечания А.Б. Гофмана. М.: Канон, 1995. 352 с.
3. Мейжис И.А., Почебут Л.Г. Социальная психология. СПб.: Питер, 2010. 131 с.
4. Фетискин Н.П., Козлов В.В., Мануйлов Г.М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. М.: Изд-во Института психотерапии, 2002. 362 с.
5. Шюц А.Ш. Методология социальных наук. М.: Российская политическая энциклопедия (РОССПЭН), 2004. 1056 с.
6. Dianne Smith. Art processes: a research tool for acquired brain injury and residential design // Arts & Health An International Journal for Research, Policy and Practice, V. 9, Is. 3, 2017. P. 251–268.
7. Kellogg Joan, Mandala: Path of Beauty, Mari Creative Resources, 2009. 106 p.
8. Takei Michelle, Manual to Mandala Assessment Research Instrument, Mari Creative Resources, 2013, NY. 180 p.

### **SOCIAL INTERACTION SPECIFIC OF EASTERN SELF-DEVELOPMENT SYSTEM PRACTITIONERS IN THE DIFFERENT SOCIO-CULTURAL ENVIRONMENT**

**M.V. Danilina**

Tver State University

The article considers the definition of Eastern Self-development Systems (ESS) as socio-psychological phenomena and researches of social interaction specifics of practitioners of ESS. The author describes the results of analyses of social characteristics of personality of ESS practitioner in the different socio-cultural environment.

**Keywords:** *self-development of personality, Eastern Self-development Systems, social interaction, social role, social adaptation.*

*Об авторе:*

ДАНИЛИНА Мария Владимировна – аспирант кафедры психологии ФГБОУ ВО «Тверской государственный университет» (170100, г. Тверь, ул. Желябова, 33), e-mail: [dmv.tver@gmail.com](mailto:dmv.tver@gmail.com)