

INTERNATIONAL INSTITUTE OF DIFFERENTIAL PSYCHOLOGY  
(BERLIN, GERMANY)  
АВТОНОМНАЯ НЕКОММЕРЧЕСКАЯ ОРГАНИЗАЦИЯ  
«ЦЕНТР РАЗВИТИЯ ЧЕЛОВЕКА»  
(МОСКВА, РОССИЯ)

*На правах рукописи*

**Титова Жанна Геннадьевна**

**МЕТАФОРИЧЕСКИЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЯ ЧЕЛОВЕКА  
О СТРУКТУРЕ Я-ТЕЛО-ДУША-МИР**

Автореферат диссертации  
на соискание степени PhD  
по специальности «ПСИХОЛОГИЯ»

**Москва-Берлин**

**2020**

Работа выполнена на кафедре психологии личности и дифференциальной психологии НОЧУ «Московский институт психоанализа» и в International Institute of Differential Psychology (Berlin, Germany)

**Научный руководитель: Нагибина Наталия Львовна** – доктор психологических наук, профессор, научный руководитель АНО ДПО «Центр развития человека»

**Официальные оппоненты:**

**Ильясов Илья Имранович** – доктор психологических наук, заслуженный профессор МГУ, профессор кафедры психологии образования факультета психологии МГУ им. М.В. Ломоносова

**Намазбаева Жамиля Идрисовна** – директор НИИ Психологии КазНПУ им. Абая, доктор психологических наук, академик НАН ВШК, профессор, директор НИИ психологии Казахского национального педагогического университета им. Абая (Алматы, Республика Казахстан), зав. кафедрой ЮНЕСКО образовательной науки и подготовки учителя

**Филиппова Галина Григорьевна** – ректор ЧУ ДПО «Институт перинатальной и репродуктивной психологии, доктор психологических наук, профессор

Защита состоится 5 августа 2020 г. в 13.00 часов на заседании совместного диссертационного совета International Institute of Differential Psychology (Berlin, Germany, Steuernummer 31/358/62269) и АНО «Центр развития человека» (Москва, Россия, ОГРН 1137799021513)

С диссертацией можно ознакомиться в библиотеке и на сайтах:

International Institute of Differential Psychology – [www.iidp.ru](http://www.iidp.ru)

АНО «Центр развития человека» - <http://www.centerhd.org>

Ученый секретарь диссертационного совета:

доктор психологических наук, профессор Н.Л. Нагибина

## ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА РАБОТЫ

### Актуальность

Системное и целостное изучение психической сферы человека с выходом на практическую значимость представляет большие трудности для экспериментаторов из-за огромного числа качественных и количественных характеристик, которые необходимо учитывать, и еще большего числа их степеней свободы в реальной жизни человека. До настоящего момента в психологической науке выражена тенденция к исследованию преимущественно тех характеристик психики человека, которые могут быть сравнительно легко «оцифрованы» и выражены в количественных отношениях. С одной стороны, эта тенденция оправдана желанием получать точные, проверяемые и повторяемые результаты, но, с другой стороны, при таком подходе наиболее интересные и сложные психические феномены, например, связанные с особенностями восприятия человеком себя, других людей и окружающего мира, остаются недостаточно исследованными.

При этом необходимо отметить, что с момента зарождения психологии как науки и практики вопросы о структуре и закономерностях системы отношений Человек-Мир, о принципах функционирования человека как единой системы Я-Душа-Тело остаются самыми краеугольными, самыми волнующими и, к сожалению, самыми малоизученными.

Что касается психологической практики, в том числе практики консультирования, то она, как правило, ориентируется на профессиональный и жизненный опыт наиболее влиятельных и авторитетных психологов и психотерапевтов (З. Фрейд, К. Юнг, В. Франкл, К. Роджерс, Ф. Перлз, Р. Ассаджиоли, Я. Морено, Э. Берн, Э. Кречмер и др.) К тому же на момент создания наиболее широко распространенных авторских психотерапевтических подходов современные требования к научным исследованиям в области психологии еще не были окончательно разработаны и сформированы.

Тем не менее, уже на рубеже XIX-XX веков проблема типологичной мировоззренческой установки стала краеугольной в организации исследований ученых, ориентирующихся на практические нужды человека. В. Штерн, К. Юнг и др. пытаются гармонично соединить науку и практику. Дифференциальная

психология, по их мнению, должна развиваться как прикладная наука и в этом развитии она должна перед собой поставить две цели: познание человека (психодиагностика) и обращение с человеком (психотехника).

В советской и российской психологии одной из основных особенностей методологического подхода является исследование состава, связей и механизма функционирования психики в контексте целостного человека в системе его деятельности, отношений и взаимодействий с миром. «Обращение к принципу системности внутри самой психологической науки диктовалось чрезвычайным многообразием подходов к исследованию психического (им соответствовало многообразие принципов, понятий, методов и эмпирических данных) и связанной с этим необходимостью спецификации предмета психологического исследования, разработки адекватного ему метода познания и объединения разнородного знания в целостную картину психических явлений» (Барабанщиков В.А., Брушлинский А.В., 1991, с.11). Проблема построения новой психологии, в которой активность целостного субъекта ставилась бы во главу угла, стала основной в научном поиске отечественных ученых.

Мы встали перед проблемой отсутствия методик, которые бы, сохраняя полноту и целостность в системных представлениях человека о себе и мире, позволяли переводить их в наглядный символический язык цифр и отношений между числами. То есть, нужно было найти способ перевода с естественного для человека языка конкретных образов и их описаний в математический язык символов и абстрактных отношений элементов системы. При этом необходимо было, как зерно, сохранять целостность и системность взаимодействия человека и мира.

Многочисленные поиски решения проблемы привели к созданию методики, позволяющей выявить присущие личности способы структурирования «жизненного пространства», проанализировать достаточно сложную и уникальную для каждого человека структуру представлений о собственных Я, теле, душе и о мире в целом. Обращение к метафорическому языку символов и их трактовке позволило вскрывать системную суть представлений каждого конкретного человека, а анализ и классификация описаний привели к системе единых шкал,

позволяющих обобщать результаты и описывать единичное в общей системе типичных и всеобщих связей.

Возможности и способности человека к организации субъективного пространства как целостной системы в описании себя и взаимодействия с миром в повседневном (обыденном) состоянии, поиск закономерностей этого пространства составили предмет нашего исследования.

### **Степень разработанности проблемы исследования**

Проблема системного исследования мировоззренческой позиции имеет, как минимум, два контекста – теоретический и методический.

*В теоретическом плане* практически всеми теологами и философами ставились вопросы о связи души и тела, о смысле жизни, о месте человека в мире. С древних времен сложилось так, что ответы на этот вопрос одновременно давали философия, религия, а затем и наука. В последние десятилетия большой вклад в исследование теоретических и практических аспектов данного вопроса внесла гуманистическая психология. При этом каждое направление давало свой ответ на эти вопросы. Обобщая существующие подходы, можно сделать следующие выводы:

- философия видит смысл жизни в формировании мировоззрения и постижении истины
- религия – в очищении души, служении и единении с Богом
- классическая наука – в наиболее полном рациональном познании законов окружающей действительности
- гуманистическая психология – в обретении своей аутентичности, в постоянном развитии и в служении высоким идеалам.

Если рассматривать вклад каждого подхода, то можно выделить следующее. Религиозные концепции предлагают наиболее однозначное решение вопроса о смысле жизни. Однако можно предположить, что настоящие глубинные переживания этого смысла, описанные в трудах великих философов-богословов доступны лишь немногим, поскольку требуют от человека серьезного самоотречения и многолетних ежедневных устремлений.

Что касается философии, то за многие века именно она создала понятийное и мировоззренческое пространство данной темы, а психология в этом подготовленном философией пространстве за сравнительно короткое время выдвинула ряд ориентированных на широкую аудиторию теорий, концепций, а также разработала практические методики, помогающие человеку решать конкретные проблемы и продвигаться по пути познания, себя, других, мира и обретения смысла собственной жизни.

Если рассматривать различие в понимании смысла жизни в психологии и философии, то можно сказать, что этот вопрос в психологии носит более прикладной, практический характер. Целью этого рассмотрения является решение конкретных проблем конкретных людей. Современные теории, как правило, разрабатываются на основе исследований. Для проверки своих выводов психологи используют научные методы и практическую апробацию.

Философские же теории смысла жизни представляют собой более общие и абстрактные концепции, вырабатываемые с помощью таких методов познания, как рефлексивный, диалектический, феноменологический, метафизический и др. Истинность и ценность этих теорий и концепций, на наш взгляд, определяется диалектическим подходом: если существуют субъекты, которые, руководствуясь данной теорией, во взаимодействии с объективной реальностью находят смысл своей жизни – то в этом случае, по крайней мере для этих субъектов, данная теория является истинной и ценной.

Таким образом, в настоящий момент можно говорить о повторяющихся вариантах ответов на эти вопросы, но не об общей договоренности в их решении. Резюмируя основные тенденции данной темы, мы хотим отметить следующие тезисы:

➤ Интерес к самопознанию и поиску смысла жизни не зависит от эпохи, социально-культурных, политических и прочих условий человеческого бытия и, возможно, заложен в самой природе человека.

➤ Несмотря на непреходящую актуальность данного вопроса, вместе с тем выявляются и трудности его рассмотрения как целостного феномена. Концепции осмысленной жизни разных времен и народов в зависимости от эпохи,

господствующего мировоззрения, культуры, личностных и других факторов существенно различаются, а иногда и прямо противоречат друг другу.

➤ До настоящего времени не создана целостная непротиворечивая модель системы человек-мир, синтезирующая основные достижения вышеперечисленных способов познания, поэтому вопросы о самости человека, о его месте в мире и о смысле жизни остаются открытым. При этом можно утверждать, что сложность этих вопросов не освобождает каждого человека от необходимости давать на них ответ собственной жизнью и от ответственности за этот выбор.

*В методическом плане* проблема исследования мировоззрения человека решалась в поиске и разработке инструментов диагностики мировоззренческих установок (от бессознательных в проективных техниках до рефлексивных самоотчетов в опросниках и личных дневниках и свободных размышлениях о жизни и ее смысле).

Попытка системного подхода к проблеме тела и души, я и мира также была предпринята в рамках эмпирической концепции Психокосмология (Нагибина Н.Л. и ученики – Масленникова А.В., Грекова Т.Н., Огаркова-Дубинская Ю.Л., Греков И.В., Иванова С.А. и др.) В системе представлено 12 вариантов устойчивых мировоззренческих установок (типов личности), которые отличаются представлениями о теле и душе. Проблемным местом данных исследований стала диагностика – слабая психометрическая база, отсутствие четких формализованных показателей для сравнения типов.

**Объект исследования:** обыденные (повседневные) представления человека о собственных Я, теле, душе и о мире в целом.

**Предмет исследования:** структура и содержание обыденных (повседневных) представлений человека о собственных Я, теле, душе и о мире в целом.

**Цель исследования:** исследовать и описать варианты структуры и содержательного аспекта обыденных (повседневных) представлений человека о собственных Я, теле, душе и о мире в целом.

**Основная гипотеза исследования:** обыденные (повседневные) представления человека о себе и о мире включают в себя представления о четырёх компонентах – Я, теле, душе и мире в целом.

**Частные гипотезы исследования:**

– компоненты Я, мир, тело и душа объединены в структуру и взаимосвязаны друг с другом

– существуют типичные варианты представлений о структуре Я-Мир-Тело-Душа, которые объединены содержанием и описываются в характеристиках активности, открытости, независимости, напряженности, разноцветности и доминантности.

**Задачи исследования:**

1. Изучить научную литературу и эмпирические исследования по проблеме и выделить компоненты обыденных (повседневных) представлений человека о себе и о мире.

2. Исследовать содержание, функции, структуру, свойства и взаимодействия выделенных компонентов.

3. Создать методику содержательного анализа взаимосвязей в рамках структуры Я-Мир-Тело-Душа.

4. Выделить и описать общие закономерности структуры Я-Мир-Тело-Душа

5. Исследовать факторную структуру взаимосвязей системы Я-Мир-Тело-Душа в обыденном (повседневном) состоянии

6. Выявить и описать типологические закономерности и индивидуальные особенности в метафорических представлениях компонентов Я, мир, тело, душа

7. Исследовать кластерную структуру Я-Мир-Тело-Душа в обыденном (повседневном) состоянии, выявить и описать типы (варианты) структуры взаимосвязей.

**Надежность и достоверность результатов** обеспечиваются всесторонним теоретическим анализом исследуемой проблемы, соответствием исследовательских процедур требованиям экспериментальной психологии, целям и задачам исследования, достаточной численностью выборки, адекватностью методов статистической обработки проверяемым гипотезам и типу данных; применением комплекса методик, доказавших свою валидность и отвечающих целям и задачам исследования, использованием современных методов компьютерной



статистической обработки данных, обеспечивающих точность вычислений, адекватную целям и задачам исследования.

Надёжность всех этапов процедуры диагностики также подтверждена близкими к предельным уровнями корреляции общих показателей и однозначным выделением единых факторов, как для каждого компонента, так и для системы в целом.

**Методологической основой и принципами исследования** выступили: принципы системности, субъекта и субъектности в психологии, психологические представления о концепции и функционировании образа Я, образа тела, образа души и образа мира, принципы психологической типологии.

**Теоретико-методологическую основу** исследования составили положения и методология системного подхода (С.Л. Рубинштейн, Б.Ф. Ломов, В.А. Барабанщиков, Н.Л. Нагибина и др.), Я-концепции, образа Я, самосознания, идентичности (В.С. Агапов, А.А. Бодалев, Н.С. Бурлакова, Л.Я. Дорфман, И.С. Кон, Н.Л. Нагибина, Ж.И. Намазбаева, Е.Т. Соколова, М.Ф. Секач, Г.Г. Филиппова, У. Джеймс, К. Роджерс, Э. Берн, и др.); методология субъектности (К.А. Абульханова-Славская, Т.Ф. Базылевич, И.Г. Скотникова, Л.А. Моисеева, Н.Я. Большунова, А.В. Брушлинский, Е.И. Кузьмина, А.К. Осницкий, А.В. Петровский, С.Л. Рубинштейн, А.В. Торопова, В.И. Степанский и др.); психология типов (Н.Л. Нагибина, К. Юнг и др.); исследования мифологической проблематики (К.Г. Юнг, А.Ф. Лосев, В.И. Слободчиков, М. Элиаде, Э. Нойманн, И.В. Греков, А.А. Гостев, В.С. Мухина и др.); принципы экзистенциальной психологии (Л. Бинсвангер, М. Хайдеггер, Э. Гуссерль, Р. Мэй, О.К. Тихомиров и др.); принципы моделирования социально-психологических процессов (И.И. Ильясов, В.А. Лефевр, А.Н. Орехов и др.); методология субъективной семантики (Ч. Осгуд, Н.Л. Нагибина, И.И. Ильясов, Н.Г. Артемцева, Т.Н. Грекова, А.В. Масленникова, В.Ф. Петренко, Т.П. Смирнова и др.); психология смысла (В. Франкл, Д.А. Леонтьев, А.Ю. Агафонов, и др.)

**Методическая организация исследования:**

Для исследования и обработки его результатов использовались следующие методы и инструменты:

- оригинальная многоаспектная методика (рисунки, тексты, интервью), разработанная специально для этого исследования
- контент-анализ (для обработки текстов протоколов испытуемых)
- метод субъективного шкалирования с экспертной оценкой (для оценки выраженности характеристик активности, открытости, независимости, напряженности, разноцветности и доминантности каждого компонента структуры Я-Мир-Тело-Душа)
- факторный анализ (для описания факторной структуры характеристик как всей структуры Я-Мир-Тело-Душа в целом, так и каждого компонента в частности)
- кластерный анализ (для выделения типов мировоззренческих представлений о содержательной структуре Я-Мир-Тело-Душа)
- хи-квадрат Пирсона для анализа распределения баллов характеристик в структуре Я-Мир-Тело-Душа
- корреляция Пирсона для анализа корреляции между средними значениями оценок характеристик структуры Я-Мир-Тело-Душа.
- критерий Манна-Уитни для оценки различий оценок испытуемых по каждой из характеристик

**Исследование проходило в период с 2011 по 2020 гг. и состояло из четырёх основных этапов:**

1) 2011-2012 гг. Наблюдение основных закономерностей в практической тренинговой работе по трансформации мировоззренческих установок человека (во время ведения тренингов уверенности в себе и “Психология актерского мастерства”). Общее количество субъектов наблюдения – более 100 человек.

2) 2012-2014 гг. Подробный теоретический анализ исследуемой проблемы, обозначение целей и задач исследования, формулирование гипотез, формирование методологической базы исследования. Теоретическая часть исследования позволила увидеть, что между человеком (тело, душа, Я) и миром существует постоянный диалог разной степени глубины и конструктивности. Также результатом теоретического анализа стала разработка комплексов практических

упражнений для эмоциональной саморегуляции и групповой работы с отношениями я – мир, я – тело.

3) 2014-2016 гг. Проведение эмпирического исследования.

Для исследования мировоззренческих установок, стратегий поведения и ценностей в повседневном состоянии был разработан авторский опросник с проективным рисуночным тестом с последующей его апробацией на различных выборках. Далее проверялась надежность и достоверность полученных результатов анализа структуры Я-Мир-Тело-Душа.

4) 2016-2020 гг. Отработка вариантов анализа результатов исследования. Изложение и анализ результатов исследования. Написание статей по теме исследования и апробация результатов исследования в консультативной и педагогической практике, а также обсуждение на научно-практических конференциях. Написание текста диссертации.

#### **Научная новизна исследования**

1) Впервые предложена целостная структура, полноценно отражающая систему представлений человека о себе и о мире.

2) Впервые проведено системное исследование единой структуры и связей представлений человека о собственных Я, теле, душе и мире в состоянии обыденности (повседневности).

3) Впервые установлены, описаны и проанализированы общие, типологические и индивидуальные содержательные представления человека о структуре Я-Мир-Тело-Душа и её компонентах.

4) Разработаны универсальные шкалы оценок и графический вариант представления структуры Я-Мир-Тело-Душа.

5) Впервые выделены и описаны общие закономерности структуры Я-Мир-Тело-Душа

6) Впервые выделены факторы и типичные варианты представлений структуры Я-Мир-Тело-Душа и её компонентов.

**Теоретическая значимость исследования** заключается в развитии понимания представлений человека о собственных Я, теле, душе и мире в целом на разных методологических уровнях – общем, типологическом, индивидуальном.

– Создана методика содержательного анализа взаимосвязей Я-Мир-Тело-Душа, в которой представления о компонентах данной структуры описываются в характеристиках активности, открытости, независимости, напряженности, разноцветности, доминантности.

– Выделена, изучена и описана факторная структура системы Я-Мир-Тело-Душа и её отдельных компонентов.

– Описана и обоснована содержательная структура 7 мировоззренческих типов, описываемых в характеристиках активности, открытости, независимости, напряженности, разноцветности, доминантности каждого компонента целостной структуры Я-Мир-Тело-Душа.

### **Практическая значимость исследования**

Работа вносит вклад в разработку проблемы комплексной диагностики смысловой сферы человека, его мировоззренческой позиции.

Результаты данной работы активно применяются при составлении материалов для практических семинаров и программ психокоррекционных групп. Использование методики показало свою эффективность в активизации жизненной позиции участников групп, модификации негативных и деструктивных установок мировоззрения о себе, других и о мире и, как следствие, повышении качества проживания жизни.

Представленная исследовательская методика успешно применяется как многофакторный диагностический инструмент для определения акцентов ценностно-мотивационной сферы, сильных и слабых сторон личности, степени проактивности жизненной позиции, внутренних конфликтов, мировоззренческих установок человека о себе, о других и о мире, степени целостности и общей гармоничности личности.

Данная методика также может быть использована для определения психологического типа личности.

### **Положения, выносимые на защиту**

1. Существует определённая структура представлений человека о себе и о мире, включающая в себя следующие компоненты: Я, мир, тело, душа.

2. Структура Я-Мир-Тело-Душа позволяет системно исследовать представления человека о себе и о мире.

3. Структура представлений человека о системе Я-Мир-Тело-Душа может быть представлена в виде четырёхквadrантной координатной плоскости, в которой ось абсцисс соответствует отношениям «Я-Мир», а ось ординат – отношениям «Тело-Душа».

4. Выделенные эмпирическим путем шкалы системного образа самоощущения и мировосприятия – активность, независимость, доминантность, разноцветность, открытость, напряженность, позволяют описать каждый из компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа.

5. Разработанная методика исследования системы Я-Мир-Тело-Душа позволяет выявлять варианты (типы) структуры Я-Мир-Тело-Душа.

### **Апробация**

Теоретические и эмпирические материалы исследований были представлены на следующих конференциях:

- Международная научно-практическая конференция "Эволюция психотерапии. Взгляд из 21 века". 2012 г. Москва.
- Международная конференция «Современные трансформационные и настольные психологические игры». 2012 г. Москва.
- Российско-австрийская конференция «Сказать жизни Да! Человек в поисках смысла». 2012 г. Москва.
- Международная научно-практическая конференция «Человек. Искусство. Вселенная». 2014 г. Сочи.
- Международная научно-практическая конференция «Человек. Искусство. Вселенная». 2015 г. Сочи.
- V Всероссийская конференция «Психология индивидуальности». Высшая школа экономики., 2015 г. Москва.
- IV Международная научная конференция «Психология стресса и совладающего поведения: ресурсы, здоровье, развитие». 2015 г. Кострома.

- Международная научно-практическая конференция «Психологическая наука – школе: индивидуализированная педагогика», 2020 г. Москва.

Результаты работы прошли практическую апробацию при проведении:

- тренинговых групп в Московском учебно-исследовательском центре для слушателей, обучающихся психологии
- тренингов для студентов специализации "Психология творчества и развития личности" Московского института психоанализа.

### **Структура и объем диссертации**

Диссертация состоит из введения, 4-х глав, разделённых на параграфы, заключения, списка использованной литературы, включающего 217 источников, из них 22 на иностранном языке, и трёх приложений. Основной текст диссертации изложен на 175 страницах. Вместе с приложениями текст диссертации изложен на 194 страницах, содержит 37 таблиц, 4 рисунка и 21 диаграмму.

## **ОСНОВНОЕ СОДЕРЖАНИЕ РАБОТЫ**

**Во введении** обосновывается актуальность диссертационного исследования; определяются предмет и объект исследования; формулируются цель, задачи и гипотезы исследования; формулируются положения, выносимые на защиту; раскрывается научная новизна, теоретическая и практическая значимость; приводятся данные об апробации исследования, представлена структура работы.

**В первой главе** «Системный подход в исследовании обыденного мировоззрения человека», состоящей из трёх параграфов, дается обзор системного подхода в психологии, его истории и принципов. Описываются особенности системы Человек-Мир, которые необходимо учитывать при её исследовании научными методами. Рассматриваются вопросы, связанные с изучением мировоззрения человека, его типами, функциями и задачами. Анализируются метафорические образы и их роль в изучении повседневных представлений человека о системе Человек-Мир.

**В параграфе 1.1** «Системный подход в психологии» рассматриваются вопросы целостного представления, осмысления и исследования системы Человек-Мир. Системность как принцип описания и исследования объектов или явлений

имеет глубокие исторические корни. Всеми исследователями принимаются следующие принципы системности: целостность, организованность, иерархичность, диалектичность. При этом системный подход для человека имеет принципиальные различия с системным изучением любых других объектов, поскольку человек всегда был и будет самой сложной из известных науке естественных систем. Такие её свойства как совпадение объекта и инструмента измерения, нелинейность, единство действительного и идеального, подверженность влиянию наблюдателя и субъектность создают существенные препятствия для организации практических исследований.

Следующая проблема – описание многообразия восприятия мира человеком. Для минимального редуцирования метод исследования познания в системе Я-Мир должен захватывать все уровни бытия: сознательное и бессознательное, телесное, психическое (душевное) и духовное, а также включать в себя три уровня психического – общие характеристики, типологические особенности и индивидуальные проявления. Всем перечисленным требованиям удовлетворяет исследование в рамках научной школы Н.Л. Нагибиной.

**В параграфе 1.2** «Мировоззрение человека как предмет исследования в психологии» рассмотрены различные определения, функции и типы мировоззрения. Несмотря на глубокие качественные различия между типами мировоззрения, можно обобщенно сказать, что каждое из них стремилось ответить на три основных вопроса (Кравец А.С., 1986):

- 1) как устроен мир, в котором находится и действует человек
- 2) ради чего следует жить
- 3) как следует жить.

Анализируются способы формирования, признаки и свойства обыденного мировоззрения, которое является объектом исследования в нашей работе.

Очевидна актуальность исследований мировоззрения как обобщенного представления о мире и месте человека в нём. При этом проведение эмпирических исследований целостной системы Человек-Мир, как уже говорилось в предыдущем параграфе, сопряжено с рядом трудностей. По мнению В.П. Серкина «Одной из самых актуальных задач современного этапа исследований познавательных

процессов является изучение образа мира в его подлинно активном функционировании в качестве источника познавательных гипотез на всех уровнях. Подлинно активное функционирование образа мира должно изучаться не только в лаборатории, где на функционирование оказывают влияние искусственно созданная ситуация и инструкция (без них было бы по-другому), а в процессе практической деятельности». (Серкин В.П., 2005).

Однако в настоящее время мировоззрение человека, его структура, содержание и свойства изучаются, главным образом, в рамках философии. Все доступные нам исследовательские работы в рамках психологии посвящены влиянию образа мира на политические и экономические предпочтения, на особенности развития личности и особенности преодоления препятствий в развитии и функционировании человека.

Исходя из этой данности видится необходимой разработка новых методов для исследования целостной уникальной личности и её мировоззрения – информативные, формализованные и краткие. При этом, необходимо как зерно сохранять системность взаимодействия человека и Мира. Нами был предложен и отработан метод системного исследования мировоззренческих установок человека в обычной повседневной жизни (Нагибина, Титов, Титова, 2014).

**В параграфе 1.3** «Метафорический образ и его роль в изучении обыденных представлений человека о своих Я, теле, душе и о мире в целом» рассматриваются история, возможности и перспективы использования метафоры для изучения обыденного (повседневного) мировоззрения человека.

Применение метафоры для исследования сложных психических феноменов, в том числе и таких глобальных, как представления человека о системе Я-Мир, за последние десятилетия показало свою результативность. Основными механизмами, обеспечивающими эффективность метафор, являются включение глубинных механизмов бессознательного, выявление изначально непроявленных содержательных взаимосвязей, тенденций, мотивов, ценностей и т.д., возможность репрезентации подавляемых, вытесняемых и болезненных чувств и установок.

Особую роль метафоры подчеркивают и философы, рассматривающие метафоричность как универсальное, присущее каждому человеку свойство



мышления, а собственно метафору — как один из основных инструментов познания действительности. Например, Х. Блюменберг (H. Blumenberg, 1960) представляет свою философию как «философией метафоры» обосновывая это представление тем, что метафора существует и эффективна там, где есть невыразимое, но нет условий для образования понятий.

Очевидно, что каждый человек имеет свой индивидуальный набор «системообразующих» метафор, которые структурируют его представления о себе, о других и о жизни в целом. Многочисленные исследования различных метафорических образов и их роли в обыденных мировоззренческих представлениях человека проводились в рамках научной школы Н.Л. Нагибиной. Рисунок метафорических представлений о Я, мире, душе и теле в состоянии повседневности был использован нами для диагностики особенностей образа Я и образа мира.

**В параграфе 1.4** представлены основополагающие требования к нашей исследовательской методике и этапы её разработки. Обоснован состав компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа. Согласно существующим определениям мировоззрения «человек» и «мир» являются его фундаментальными компонентами. Словари определяют мировоззрение как «систему человеческих знаний о мире и о месте человека в мире, выраженную в аксиологических установках личности и социальной группы, в убеждениях относительно сущности природного и социального мира» (Новая философская энциклопедия, 2001).

– *Представление о мире* определяется как неотъемлемое фундаментальное условие психической жизни субъекта. (Петухов В.В., 1984). С.Д. Смирнов полагает первичную, формирующую и обуславливающую роль образа мира по отношению к чувственному восприятию: «Образ мира – это система ожиданий, подтверждающая объект-гипотезы, на основе которых идут структурирование и предметная идентификация отдельных чувственных впечатлений» (Смирнов С.Д., 1983, с.21)

– *Представления человека о себе* соответствуют таким понятиям, как «Я-концепция» или «образ Я». Анализ научной литературы показывает, что одни учёные отождествляют понятия «Я-концепция» и «образ Я» (К. Роджерс,

В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев, В.В. Столин, И.С. Кон, Л.Н. Собчик, Е.Т. Соколова, В. Ротенберг, Л. Зурхер, Т. Бауэр), другие считают Я-образ частью Я-концепции (В.С. Агапов, Р. Бернс, А.А. Налчаджян, С.Р. Пантилеев, Л.В. Бороздина, М.И. Лисина, Р. Грановская, И.И. Чеснокова, И.В. Латыпов, В.Г. Маралов, Ю.М. Орлов). Мы солидарны с позицией, что образ Я и Я-концепция тождественны, при этом в инструкции для испытуемых мы используем более доступное понятие «образ Я».

– Тело является связующим элементом системы человек-мир. *Образ собственного тела* является неотъемлемым элементом мировоззрения человека, имманентно активизируется в сознании человека во всех аспектах его взаимодействия с реальностью и оказывает существенное влияние на процессы восприятия и оценок происходящего. По мнению Т.А. Ребеко «ментальная репрезентация телесности является базисом наивысших проявлений субъектности, таких как присвоение и актуализация интенционального опыта, копинговые стратегии и когнитивные стили... Зрелые ментальные репрезентации мира и себя невозможно представить как исключительно интеллектуальные. В основе «кристаллизованного» интеллекта лежат телесные репрезентации разного уровня зрелости» (Ребеко Т.А., 2015). «Собственное тело есть в мире, как сердце в организме: оно постоянно образует с ним систему. (...) Я не мог бы схватить единство объекта без посредства телесного опыта», «Сознание — это бытие перед вещью с помощью тела». (Мерло-Понти М., 1999. с.265), «Видит не глаз и не душа, а тело как открытая целостность» (Вдовина И.С., 1997), «То, что называемо «телом» и «плотью», имеет неизмеримо большее значение: остальное есть незначительный придаток». (Ницше Ф., 1994, с.306). «Тело в его целостности, — как раз и составляет сущность человеческого „Я”» (Фейербах Л., 1995, с.389).

– *Образа души* в нашей работе представляет целостный образ эмоционального, мотивационного и оценочного компонентов мировоззрения. Феномен души может быть представлен следующими определениями:

- «внутренний, психический мир человека с его переживаниями, влечениями, невротами и т.п.» (Философско-терминологический словарь, 2004)

- «совокупность тесно связанных с организмом психических явлений, в частности чувств и стремлений» (Савченко В.Н., Смагин В.П., 2006)
- «нравственно-эмоциональная составляющая человеческой психики, реализующаяся в переживаниях, внутренних ощущениях, чувствах» (Левин В.И., 2010)

Многолетние исследования мировоззренческой установки, проведенные с помощью методики «Тело и душа» на совокупной выборке более 10 000 испытуемых, показали адекватность восприятия испытуемыми понятия «образ души», а также его высокую диагностическую репрезентативность.

Таким образом, на основании вышеизложенных фактов, представления о Я, мире, теле и душе являются фундаментальными, имманентно активными элементами мировоззрения личности и, по результатам нашего исследования и практического применения его результатов, образуют достаточно репрезентативную систему для понимания реальности её внутреннего мира.

**Во второй главе** «Представления о теле и душе, я и мире в содержательно-смысловом контексте» даются обзоры развития и современное состояние представлений об образах компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа.

**В параграфе 2.1** рассматривается понятие и специфические особенности образа тела, история представлений о роли и значении телесности человека и современные определения телесного Я.

Символ (образ) человеческого тела с древнейших времен до сегодняшнего дня является одним из самых значимых, универсальных и – подробно изучаемых. В настоящее время концепция образа тела используется во многих научных дисциплинах, в том числе в медицине, психологии, психиатрии, философии и культурологии. В рамках психологии изучению различных аспектов феномена образа тела посвящено большое количество теоретических и эмпирических работ советских, российских и зарубежных исследователей.

В нашей работе мы придерживаемся определения образа тела, данного А.Ш. Тхостовым: как обобщенного, иерархического образа-представления

субъекта о своем теле, который при этом зависит от различных состояний и жизненных ситуаций.

**Параграф 2.2** посвящен рассмотрению истории и современному состоянию представлений человека об образе души, её природе и назначении.

Несмотря на сегодняшнюю «ненаучность» данного феномена, очевидно, что душа всё же является «неизмеримой» бытийной реальностью и имеет целостную природу, не сводимую к какому-либо элементу психики и к сумме ее элементов, что позволяет освободиться от искажений редукционизма. Введение в наше исследование понятия души позволяет его «индивидуализировать», дает возможность понимать и осмыслять целостного человека в его собственной субъективной реальности, во взаимодействии его телесного, психического и духовного начал, в контексте актуальных для его бытия и развития вопросов и смыслов. Релевантные нашей работе определения души представлены в описании параграфа 1.4 данного автореферата.

**В параграфе 2.3** анализируются современное состояние научной разработанности проблем Я-концепции.

Представление человека о себе, образ себя – это достаточно сложный и не поддающийся прямому изучению психический феномен. На сегодня проблема изучения Я-концепции характеризуется разнообразием подходов, рассматривающих проблему с различных теоретических позиций, порой противоречащих друг другу. Конкретные содержание, объем и границы понятия «образ Я» пока остаются дискуссионными. Это с одной стороны, позволяет более детально рассмотреть составляющие этого феномена, а с другой – затрудняет и целостное его восприятие, и определение конкретного содержания.

Подводя краткий итог анализа исследований образа Я отечественными и зарубежными авторами, мы хотим отметить некоторые наиболее важные для нашей работы моменты:

– образ Я включает в себя три основных измерения: реальное Я (каким видит себя человек в данный момент), идеальное Я (каким он хотел бы себя

видеть) и возможное Я (как реально допускаемая в сложившейся системе Я-Мир область «я могу»)

- образ Я содержит как сознательный, так и бессознательный компоненты
- в различных состояниях, ситуациях и под воздействием различных факторов у индивида могут быть активированы различные образы Я, определяющие его восприятие, эмоции и модели поведения

- образ Я – это постоянно активный, открытый к изменениям массив знаний и установок человека о самом себе. Изменения образа Я могут иметь как внешнюю природу (социальные требования, кризисы, неожиданные ситуации), так и внутреннюю (осознанные выборы и решения, саморегуляция, самоактуализация).

- самосознание содержит в себе одновременно две части: сознающую и сознаваемую, между которыми существует определенная дистанция. Человек может занимать позицию по отношению к самому себе и относиться к себе таким же образом, как и к другим: с уважением или осуждением, с интересом или равнодушием, с поддержкой или отвержением.

**Параграф 2.4** посвящён рассмотрению понятия «Образ мира», его современных трактовок и определений. Отмечено, что к настоящему моменту представлено достаточно большое количество работ, в которых делаются попытки определить содержание и структуру образа мира. В работах современных российских психологов понятие «образ мира» трактуется многозначно и получает различные определения.

Обобщение взглядов различных авторов позволяет говорить о понятии образа мира как о многомерном и многофакторном психическом феномене, который, с одной стороны, обуславливается социокультурными представлениями о мире, а с другой стороны – индивидуальными особенностями субъекта, его жизненным опытом и личностными особенностями.

Также, по нашему мнению, Я-концепция и образ мира как неотъемлемые и системно зависимые части мировоззрения человека должны рассматриваться и исследоваться в тесной взаимосвязи друг с другом. К. Юнг определяет важность этой взаимосвязи: «Обладать мировоззрением – значит создать образ мира и

самого себя, знать, что есть мир и кто есть я... Создавая образ мира, мыслящий человек изменяет одновременно и самого себя» (Юнг К., 1993).

**В третьей главе** «Эмпирическое исследование общего, типологического и индивидуального в метафорических представлениях человека о структуре Я-Мир-Тело-Душа», представлены проблема, цель, гипотезы и задачи исследования, описаны метод и этапы его отработки, испытуемые и условия проведения исследования, а также результаты исследования и их обработка.

Проблема. Необходимость нашего исследования была продиктована отсутствием достаточно формализованных методик диагностики мировоззренческих установок, учитывающих как сознательный, так и неосознаваемый уровень в обработке информации о себе и мире. Кроме того, практически отсутствуют исследования, учитывающие мировоззренческие осознаваемые и неосознаваемые установки человека в обычной жизни на типологическом и индивидуальном уровнях.

Цель исследования: исследовать и описать варианты структуры и содержательного аспекта обыденных (повседневных) представлений человека о собственных Я, теле, душе и о мире в целом.

Гипотезы исследования:

1. Компоненты Я, мир, тело и душа объединены в структуру и взаимосвязаны друг с другом
2. Существуют типичные варианты представлений о структуре Я-Мир-Тело-Душа, которые объединены содержанием и описываются в характеристиках активности, открытости, независимости, напряженности, разноцветности и доминантности.

Задачи исследования:

1. Исследовать содержание, функции, структуру, свойства и взаимодействия компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа.
2. Создать методику содержательного анализа взаимосвязей в рамках структуры Я-Мир-Тело-Душа.
3. Выделить и описать общие закономерности структуры Я-Мир-Тело-Душа

4. Исследовать факторную структуру взаимосвязей системы Я-Мир-Тело-Душа в обыденном (повседневном) состоянии

5. Выявить и описать типологические закономерности и индивидуальные особенности в метафорических представлениях компонентов Я, мир, тело, душа

6. Исследовать кластерную структуру Я-Мир-Тело-Душа в обыденном (повседневном) состоянии, выявить и описать типы (варианты) структуры взаимосвязей.

Метод. Рисунок метафорических представлений о Я, мире, душе и теле в обычной (повседневной) ситуации, стрессовой ситуации и ситуации счастья был использован для диагностики особенностей представлений о себе и образа мира. Испытуемому предлагалось на листах бумаги создать образы своих Я, тела, души и мира, дать характеристики этим образам. Испытуемый должен был подумать о том, что происходит с каждым компонентом структуры в состоянии повседневности, стресса, счастья и письменно пояснить идею своих рисунков.

Испытуемые. Пилотажное исследование – 56 испытуемых, проведено в Московском институте психоанализа со студентами, изучающими психологию. Основное исследование проведено на выборке в 205 студентов Московского государственного университета дизайна и технологии, факультета дизайна (мужчин 26, женщин 179, возраст от 18 до 23 лет). Выбор испытуемых продиктован особенностями задания. Участники эксперимента должны обладать относительно высокой саморефлексией и не испытывать затруднений в создании на бумаге сложных образов.

Условия проведения. Рисунок давался как творческое домашнее задание по предмету «Психология». Предварительно на лекциях рассказывалось о сложностях познания мира и своих Я, души и тела. Давались разнообразные примеры самоанализа из философской и психологической литературы.

#### Результаты исследования и их обработка

Все метафорические рисунки и текстовые описания к ним, полученные в ходе исследования, стали материалом для анализа структуры Я-Мир-Тело-Душа. Все рисунки были сканированы, пояснения испытуемых к своим рисункам переведены в электронный формат.

**Первый этап обработки: анализ содержания протоколов.** Количество протоколов, заполненных в соответствии с инструкцией, составило 151 шт. От указанного количества был посчитан процентный состав протоколов в каждой представленной группе.

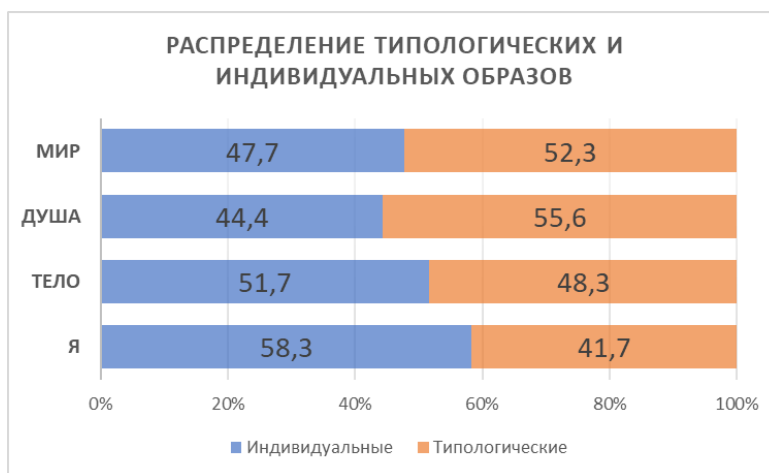
Группа	% / кол-во
1. Протоколы, которые были исключены из обработки из-за недостаточной информативности и грубого нарушения инструкции.	26,3 / 54
2. Протоколы, в которых давался целостный единый образ Я-Мир-Тело-Душа в одном рисунке.	13,7 / 28
3. Протоколы, в которых шло явно выраженное деление на 2 разных образа – Я-Мир и Тело-Душа.	9,3 / 19
4. Протоколы, в которых каждый элемент структуры Я-Мир-Тело-Душа изображался отдельно.	50,7 / 104

**Второй этап обработки: анализ и классификация содержания.** Выделены и сведены в таблицы основные характеристики Я, мира, тела и души, на которые обращали внимание испытуемые: содержание, функции, структура, свойства, взаимодействия. При анализе текстов и рисунков испытуемых нами выявлены повторяющиеся метафорические образы, свидетельствующие о наличии типологических закономерностей. Сводная таблица распределения образов:

	Я	Тело	Душа	Мир
Природные явления, пейзажи, стихии	5	4	19	23
Фигура человека	30	35	6	2
Кардиограмма		2	1	
Общий силуэт		7	2	
Абстракция	9	6	24	11
Растение	6	14	13	5
Живое существо	13	5	19	3
Городской пейзаж				16
Земной шар				19

Несмотря на принадлежность к определённым группам, практически все образы испытуемых имеют индивидуальные особенности. Процентное распределение типологических и индивидуальных образов принимает следующие значения:





### **Третий этап обработки: разработка сетки исследовательских шкал**

Цель: отработать наиболее удобный, информативный и продуктивный набор шкал для оценки взаимосвязей Я-Мир-Тело-Душа. Метод субъективного шкалирования, хорошо зарекомендовавший себя при анализе реальности, совмещающей в себе сознательный и бессознательный компонент познания, использован нами как основной. Многомерность, вариативность и многозначность образов потребовала большой итерационной работы над созданием окончательной исследовательской сетки шкал, максимально адекватной целям исследования и продуктивной для решения поставленных задач. Этапы данной работы кратко представлены в Приложении 2.

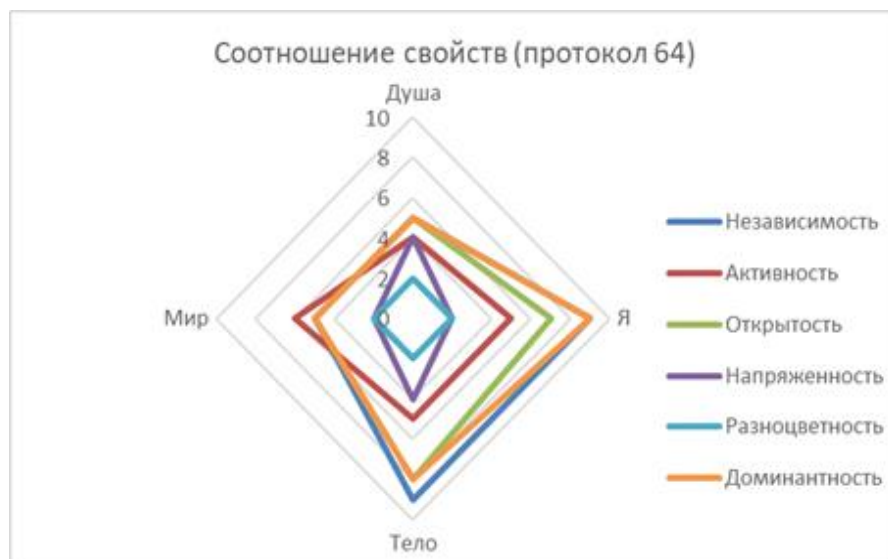
Результатом стало выделение факторов (системообразующих качеств) как целостной структуры «Я-Мир-Тело-Душа», так и каждой подструктуры отдельно. Нами были отобраны и представлены в виде шкал для оценки следующие характеристики: независимость, активность, открытость, напряженность, разноцветность, доминантность.

**Четвертый этап обработки: шкалирование.** Каждый протокол был шкалирован методом экспертной оценки. В процедуре шкалирования принимали участие два исследователя и трое экспертов – профессионалов в области дифференциальной психологии и проективных методик. Экспертами были сформулированы следующие критерии оценок по шкалам (как для рисунков, так и для поясняющих текстов) и согласованы эталоны выраженности признаков для полюсов (1 и 10) по каждой из 6 шкал (всего 12 эталонов).

Во всех протоколах отклонение оценок между экспертами, а также между

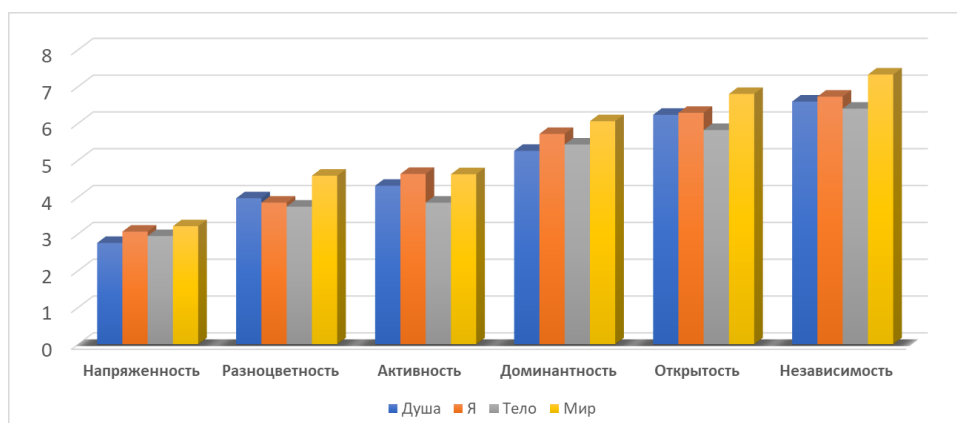
экспертами и исследователями не превышает 2 единиц. Среднее отклонение оценок трёх экспертов составляет 1,31. При этом эксперты отметили высокую сложность визуальной и текстовой оценки протоколов без соответствующей предварительной подготовки к такой экспертизе. Таблица экспертных оценок (Приложение 1) стала основой для анализа общей структуры и факторного анализа особенностей характеристик представлений о каждом из компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа в обыденном (повседневном) состоянии.

Форматом представления индивидуальных данных в системном единстве нами выбрана четырёхквadrантная координатная плоскость, в которой ось абсцисс соответствует отношениям «Мир-Я», а ось ординат – отношениям «Тело-Душа».



### Пятый этап. Выделение и анализ общих закономерностей.

Произведен анализ средних значений для компонентов по каждой из шкал:



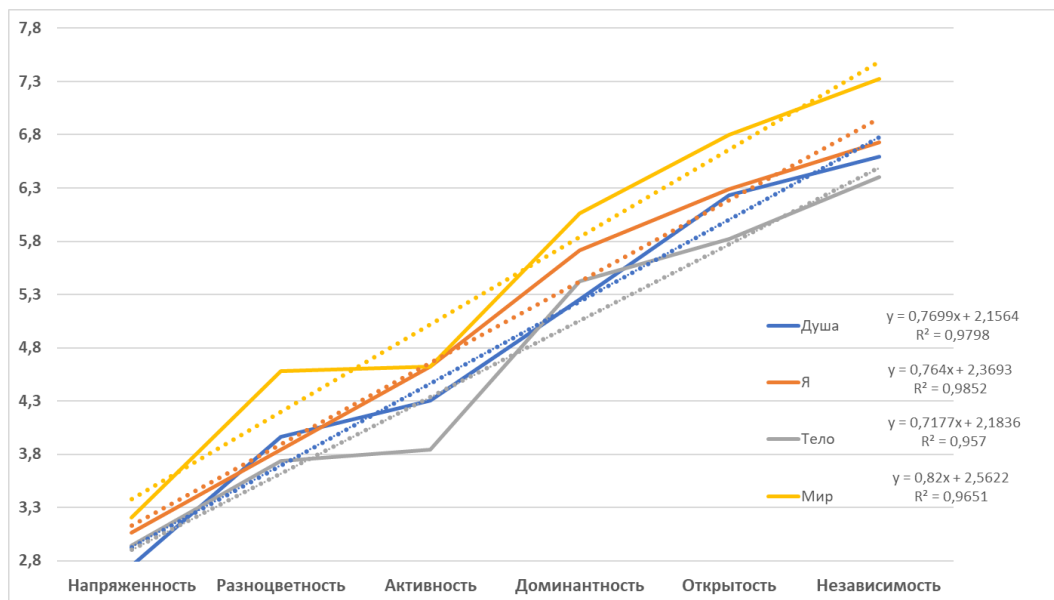
Анализ выявил ряд закономерностей:

– средние значения оценок по шкалам для каждого из компонентов структуры Я-Мир-Тело-Душа имеют между собой близкую к предельной корреляцию Пирсона на уровне более 0,981.

		Душа	Я	Тело	Мир
Душа	Корреляция Пирсона	1			
Я	Корреляция Пирсона	,990**	1		
Тело	Корреляция Пирсона	,982**	,985**	1	
Мир	Корреляция Пирсона	,995**	,986**	,993**	1

\*\* . Корреляция значима на уровне 0,01.

– графики средних значений для каждого компонента линейно аппроксимируются с коэффициентом достоверности от 0,95 до 0,98.



– значения по шкале напряженности – минимальные, значения по шкале независимости – максимальные

– оценки испытуемых по всем шкалам существенно не различаются. Асимптотическая значимость по критерию Манна-Уитни >0,5.

– образу Мира в структуре Я-Мир-Тело-Душа испытуемые дали самые высокие значения оценок по всем шкалам.

Таким образом, выявленные закономерности подтверждают надёжность всех этапов исследования по разработанной нами методике анализа структуры Я-Мир-Тело-Душа.

Далее произведено выделение факторов (системообразующих качеств) как целостной структуры Я-Мир-Тело-Душа, так и каждого компонента отдельно.

	Фактор		
	1	2	3
Dnez	,224	-,393	,601
Dakt	-,076	-,074	,714
Dotkr	,438	-,368	,508
Dnapr	-,441	,188	,310
Drazn	,333	,404	,375
Ddom	,181	-,413	,651
Inez	,546	-,171	,252
lakt	,123	,120	,425
lotkr	,629	,059	,219
Inapr	-,560	,180	,234
Irazn	,355	,661	,195
ldom	,376	-,080	,242
Tnez	,562	,124	-,338
Takt	,239	,128	-,308
Totkr	,669	,147	-,134
Tnapr	-,549	,119	-,095
Trazn	,381	,697	,023
Tdom	,414	,239	-,463
Mnez	-,215	,496	,173
Makt	-,236	,467	,287
Motkr	,341	,349	,136
Mnapr	-,539	,203	,336
Mrazn	,078	,733	,131
Mdom	-,235	,611	,224

Метод выделения факторов: метод главных компонент.

Матрица компонентов<sup>а</sup>

Компонент	Компонент	
	1	2
Tnez	,885	-,013
Takt	,634	,393
Totkr	,689	-,456
Tnapr	,002	,941
Trazn	,549	,007
Tdom	,839	,085

а. Извлечено компонентом - 2.

Матрица компонентов<sup>а</sup>

Компонент	Компонент	
	1	2
Inez	,834	-,105
lakt	,763	,273
lotkr	,619	-,594
Inapr	,280	,900
Irazn	,506	-,120
ldom	,831	,066

а. Извлечено компонентом - 2.

Матрица компонентов<sup>а</sup>

Компонент	Компонент	
	1	2
Dnez	,815	-,194
Dakt	,712	,475
Dotkr	,725	-,456
Dnapr	,177	,922
Drazn	,510	,002
Ddom	,852	-,017

а. Извлечено компонентом - 2.

Матрица компонентов<sup>а</sup>

Компонент	Компонент	
	1	2
Mnez	,670	-,101
Makt	,506	,602
Motkr	,640	-,404
Mnapr	,007	,914
Mrazn	,246	-,382
Mdom	,785	,140

а. Извлечено компонентом - 2.

В факторной структуре всей системы Я-Мир-Тело-Душа выделяется 3 фактора.

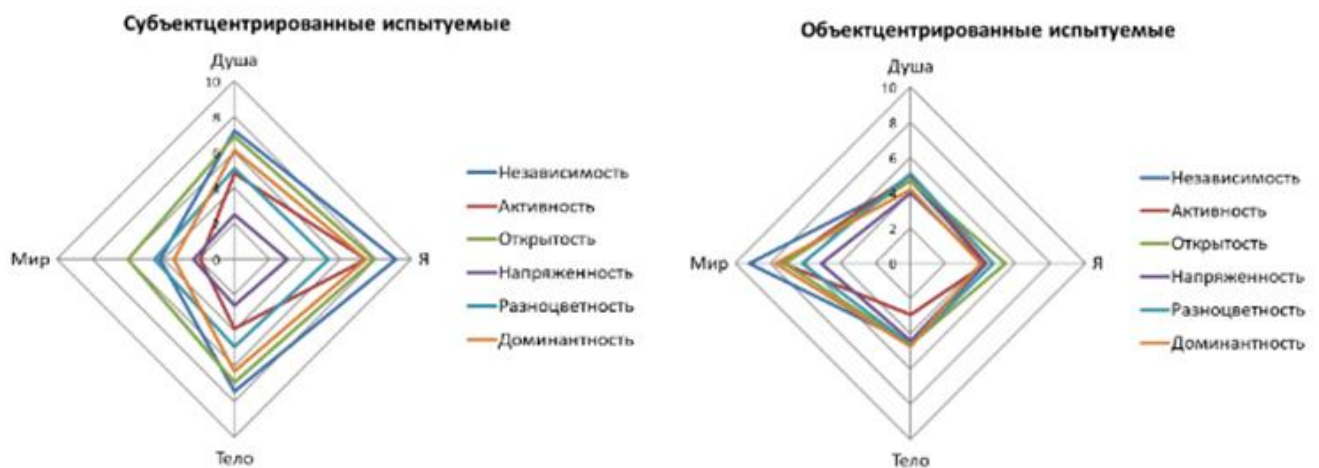
- 1) напряженность-открытость всех компонентов и независимость Я.

- 2) «разноцветность» компонентов Я-Тело-Мир и независимость, активность, доминантность мира
- 3) независимость, активность, открытость, доминантность души и активность Я.

В факторной структуре каждого из компонентов системы Я-Мир-Тело-Душа выделяется 2 фактора: независимость, активность, открытость, доминантность и биполярный – напряженность-открытость. Общим и наиболее выраженным как для всей структуры Я-Мир-Тело-Душа, так и для каждого её компонента оказался биполярный фактор «открытость-напряженность».

Результаты факторного анализа дополнительно подтверждают надёжность всех этапов исследования по разработанной нами методике анализа структуры Я-Мир-Тело-Душа.

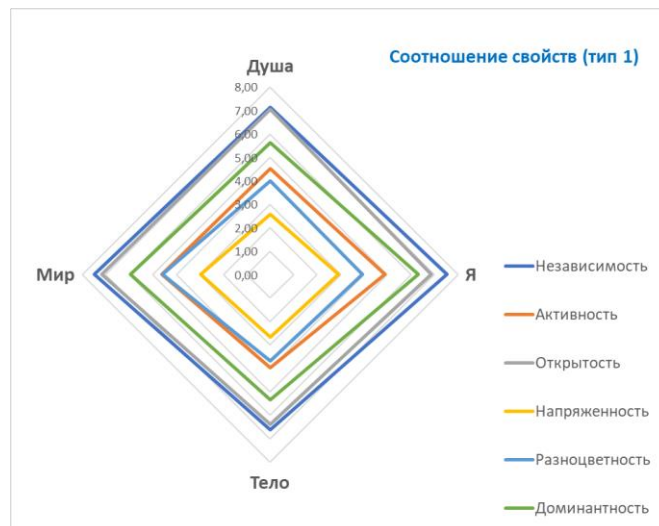
**Шестой этап:** создание и анализ профилей состояния «повседневность» для субъектцентрированных и объектцентрированных испытуемых. Средние оценки по всем шкалам для субъектцентрированных и объектцентрированных представлены в диаграммах.



Различия по каждой характеристике для объектцентрированных и субъектцентрированных явно представлены на диаграмме.



**Седьмой этап:** выделение типов субъективных пространств Я-Мир-Тело-Душа. На основании кластерного анализа выделено 7 вариантов (типов) структуры Я-Мир-Тело-Душа, различающихся соотношением характеристик каждого из четырех компонентов. Преобладающим (107 испытуемых, 70,9%) типом является тип 1, представители которого продемонстрировали равномерное и гармоничное распределение свойств, полностью соответствующее порядку и значениям характеристик на диаграмме распределения средних значений:



**В четвёртой главе «Обсуждение результатов исследования»** представлены главные результаты эмпирического исследования, возможности практического применения его результатов и планы дальнейших этапов работы.

Произведено сравнение результатов и возможностей нашей методики с двумя наиболее известными системными концепциями, полученными в ходе масштабных тестирований испытуемых на западе и в нашей стране – Big Five и

Теории ведущих тенденций Л.Н. Собчик. В качестве вывода можно отметить, что полученная в ходе нашего исследования факторная структура частично подтверждает шкалы Большой пятерки и Теории ведущих тенденций.

Методика позволяет увидеть и оценить нарушения в эмоциональной, мотивационной и познавательной сферах. Дополнительная ценность нашей методики в том, что она позволяет увидеть и проанализировать особенности связи осознаваемой и неосознаваемой переработки информации (пункты согласия и расхождения между сознательным и бессознательным как конкретные несоответствия между рисунком и его текстовым описанием).

**В заключении** подведены итоги исследования.

1. Доказано, что обыденные (повседневные) представления человека о себе и о мире включают в себя представления о четырёх компонентах – Я, теле, душе и мире в целом, которые объединены в структуру и взаимосвязаны друг с другом.

2. Представлены результаты системного исследования структуры и содержания обыденных (повседневных) метафорических представлений человека о структуре Я-Мир-Тело-Душа.

3. Создана и апробирована методика «прямого» отображения структуры представлений и взаимосвязей образов Я, Мира, Тела и Души. Методика сохраняет полноту и целостность в системных представлениях человека о себе и мире и позволяет переводить их в наглядный символический язык цифр и отношений между числами. Методика удовлетворяет следующим требованиям:

– **Новизна:** впервые отдельные метафорические образы включены в систему Я-Мир-Тело-Душа, отражающую структуру мировоззрения.

– **Полнота и глубина:** работает на уровне фундаментальных представлений человека о себе и о мире, на котором проявляются ключевые элементы, связи и тенденции. Инструкция построена так, чтобы испытуемые давали минимум рациональных ситуативных представлений. Методика даёт возможность выявлять как индивидуальные, так и общие и типологические признаки.

– **Валидность:** мировоззренческая установка интересует нас как целостная структура, в которой обозначены основной состав компонентов и их связи. Именно это и напрямую задано в инструкции методики. Компоненты целостной структуры Я-Мир-Тело-Душа нужно изобразить в виде рисунка и пояснить словами свойства каждого компонента и связи внутри целостной системы. По сути, методика представляет собой проективную анкету в особой форме.

– **Надёжность:** обеспечивается соответствием исследовательских процедур требованиям экспериментальной психологии, целям и задачам исследования, достаточной численностью выборки, адекватностью методов статистической обработки проверяемым гипотезам и типу данных; применением методик, доказавших свою валидность и отвечающих целям и задачам исследования. Надёжность всех этапов методики подтверждена близкими к предельным уровнями корреляции общих показателей и однозначным выделением единых факторов, как для каждого компонента, так и для системы в целом.

– **Системность:** связи компонентов объединены в ясную и эмпирически обоснованную структуру в рамках системы координат с полярными осями: абсцисса – «Я-Мир», ордината – «Тело-Душа». Такое представление индивидуальных шкал испытуемых стало в нашей методике наглядным представлением индивидуальных различий.

– **Логическая стройность:** в обработке результатов исследования присутствует непротиворечивость и единообразие шкал для оценки каждого компонента системы Я-Мир-Тело-Душа. Структура шкал полностью опирается на эмпирический анализ текстов испытуемых, а не на субъективность авторов методики.

– Методика отличается высоким КПД – высокой мощностью при относительно небольших затратах испытуемого и диагноста.

Представленная методика может использоваться в практической работе несколькими способами.

- Как средство общего исследования мировоззрения или создания и визуализации целостных образов ситуаций, актуальных для запроса клиента. В



качестве компонента «Мир» могут выбираться семья, организация, социальная группа, конкретный человек, профессия, прошлые или будущие события и т.д. Также, при необходимости, возможна работа с двумя образами: имеющимся и желаемым. В результате анализа представленных образов и их текстовых интерпретаций психолог совместно с клиентом проясняет наиболее существенные для его запроса мировоззренческие установки, стереотипы мышления и поведения, внутренние конфликты, препятствия и ограничения, ресурсы, ценности, источники мотивации и возможности, в том числе определяющий фактор изменений – степень развития / выраженности субъектности.

- Как средство развивающего и трансформирующего самопознания. Клиенту предлагается не только самостоятельно создать образы Я-Мир-Тело-Душа в актуальных для него ситуациях, но и самостоятельно оценить выраженность характеристик компонентов по шести шкалам методики. Согласно полученной графической структуре характеристик Я-Мир-Тело-Душа клиент получает конкретные рекомендации по улучшению своей ситуации, например, для совладания со стрессом и его профилактики, для повышения самооценки, улучшения взаимоотношений и т.д. Нами созданы пакеты практических рекомендаций для конкретных, наиболее часто встречающихся структур характеристик. Также разработаны онлайн-вариант методики и тестовая версия компьютерной программы для самостоятельной офлайн-работы.

- Как средство создания и визуализации целостных образов ситуаций в групповой психологической работе. Мы используем данную методику как многофакторный исследовательский инструмент на всех этапах программы наших групп повышения качества жизни.

4. Исследована факторная структура взаимосвязей Я-Мир-Тело-Душа в состоянии обыденности (повседневности). В факторной структуре всей системы выделяется 3 фактора, для компонентов Я-Душа-Тело выделяется 2 одинаковых фактора. Найден общий фактор, как для всей структуры Я-Мир-Тело-Душа, так и для каждого компонента в отдельности: «напряжённость-открытость» (биполярный). Характеристики независимости, активности, открытости и

«разноцветности» «Я» представлены как в первом факторе всей структуры, так и в первом факторе компонента «Я». Дополнительно для каждого компонента Я-Тело-Душа выделяется единый общий фактор: независимость-активность-открытость-доминантность.

5. Выделены и описаны общие закономерности структуры Я-Мир-Тело-Душа (указаны в описании пятого этапа исследования в данном автореферате)

6. Описаны варианты структуры взаимосвязей Я-Мир-Тело-Душа в состоянии повседневности. На основании результатов кластерного анализа выделяется 7 вариантов (типов) структуры Я-Мир-Тело-Душа.

### **Основное содержание диссертации отражено в публикациях автора:**

#### **Монография:**

Нагибина Н.Л., Масленникова А.В., Титова Ж.Г., Титов А.В., Сабра Л.А., Иванова С.А. Человек в системе «ТЕЛО-ДУША-Я-МИР» М., «Центр развития человека», 2020, -245 с. ISBN 978-5-9905910-4-2

#### **Публикациях, рекомендованных ВАК:**

Нагибина Н.Л., Титова Ж.Г., Титов А.В. Субъективно воспринимаемая напряженность тела как базовая характеристика состояния и мировоззрения человека // Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования, издательство ООО Аналитика Родис (Москва), т.8, № 5А, с. 85-98 ISSN 2223-5477

#### **Публикации в индексируемых журналах:**

1. Titova Zh.G., Titov A.V. Self-discovery as one of the most basic elements of self-development. // «Человек, Искусство, Вселенная» - М., «Центр развития человека», 2020, с. 207-225 ISSN 2411-5916

2. Титова Ж.Г., Титов А.В. Субъектность как системообразующая характеристика образа Я. // «Человек, Искусство, Вселенная» - М., «Центр развития человека», 2020, с. 207-225 ISSN 2411-5916

3. Нагибина Н.Л., Титов А.В., Титова Ж.Г. Представления человека о структуре «Я-Мир-Тело-Душа» в разных эмоциональных состояниях. // Человек, Искусство, Вселенная. М., «Центр развития человека», 2015, с. 91-96 ISSN 2411-5916

4. Титов А.В., Титова Ж.Г. Логотерапия в групповом формате: группы дерефлексии // Человек, Искусство, Вселенная. М., «Центр развития человека», 2015, с.94-102 ISSN 2411-5916

5. Титов А.В., Титова Ж.Г. "Я-концепция в исторической перспективе // Человек, Искусство, Вселенная. М., «Центр развития человека», 2015, с. 13-26 ISSN 2411-5916

6. Нагибина Н.Л., Титов А.Г., Титова Ж.Г. Символы и их трактовки в контексте общего, типологического и индивидуального // Человек, Искусство, Вселенная. М., «Центр развития человека», 2017, с. 13-26 ISSN 2411-5916

7. Нагибина Н.Л., Титов А.В., Титова Ж.Г. Оценки субъектцентрированными и объектцентрированными субъективного пространства «Тело-Душа-Я-Мир» в различных состояниях: норма, стресс, счастье // Человек, Искусство, Вселенная. М., «Центр развития человека», 2018, с. 262-266 ISSN 2411-5916

### **Публикации в сборниках международных научных конференций**

1. Нагибина Н.Л., Титова Ж.Г. Представления человека о структуре «Я-Тело-Душа-Мир». ВШЭ. 5-я Всероссийская конференция «Психология индивидуальности», М., 2015

2. Нагибина Н.Л., Титов А.В., Титова Ж.Г. Развитие идей С.Л. Рубинштейна и А.В. Брушлинского в исследовании мировоззренческих установок человека / *Психология человека как субъекта познания, общения и деятельности* / Отв. ред. В. В. Знаков, А. Л. Журавлёв, место издания М.: Изд-во «Институт психологии РАН», с. 1691-1701

3. Титов А.В., Титова Ж.Г. Самопознание - как один из основных источников саморазвития / *Психология и искусствоведение: исследование творчества и творческой личности*. Берлин – Москва, Московский институт психоанализа, 2012, с....

4. Титов А.В., Титова Ж.Г. "О психологии актерского мастерства" / *Психология и искусствоведение: Исследование творчества и творческой личности* / Материалы научной конференции Берлин - Москва. 2012г / Научный редактор – д.пс.н, проф. Нагибина Н.Л.

5. Титов А.В., Титова Ж.Г. "Психологические и экзистенциальные аспекты актерской игры» Современные трансформационные и настольные психологические игры" / Материалы международной конференции / Научный редактор к.пс.н. Грекова Т.Н., - М: Издательство Московского Гуманитарного Университета. 2013г - 102с.

6. Титов А.В., Титова Ж.Г., Джамалдинов М.Р. "Логотерапевтический подход к преодолению психофизических последствий спортивных травм" / Сказать жизни «Да»! Человек в поисках смысла. Материалы Российско-Австрийской конференции / М: Московский институт психоанализа. Центр стратегической конъюнктуры / Под редакцией Л.И. Сурата и др., 2013 - 116с.