

© Павлык Наталья Васильевна

Доктор психологических наук, старший научный сотрудник,  
Старший научный сотрудник отдела психологии труда,  
Института педагогического образования и образования взрослых имени  
Ивана Зязюна, Национальной Академии педагогических наук Украины, Киев  
E-mail для контактов: kirilitsa07@rambler.ru

УДК 159.9.07: 159.3: 378

**Результаты внедрения спецкурса: «Гармонизация характера старшеклассников»**

*Статья посвящена анализу результатов внедрения авторского спецкурса: «Гармонизация характера старшеклассников». Автором выделены критерии гармоничности характера. Внедрение спецкурса в психологическую практику показало, что духовно-нравственное развитие способствует активизации психологических механизмов гармонизации характера в юношеском возрасте.*

**Ключевые слова:** личность в юношеском возрасте, гармонизация характера, духовно-нравственное развитие.

**Keywords:** the youth personality, harmonization of character, spiritually and moral development.

В современном обществе наблюдается процесс постепенного сдвига ценностей к полюсу низших (материальных), который сегодня приобрел угрожающий характер. Массовая культура в следствие утраты культурно-исторической и религиозной традиций характеризуется размытостью духовно-нравственных идеалов [3]. Современное общество, которое игнорирует нравственные аспекты жизни, принимая за норму супружеские измены, непомерное стремление к обогащению и власти, является психологически деструктивным и духовно больным [1]. Деструктивное влияние средств массовой информации способствует внушению нездоровых стереотипов мышления и поведения [4].

В условиях общего падения нравственности в обществе человек вынужден искать адекватные формы взаимодействия с окружающим миром. Потеря духовно-нравственных оснований, господство духа користи, цинизма, и приспособление к нравственно-патогенным условиям современной культуры вызывают развитие дисгармоний характера у представителей подрастающего

поколения. Это приводит к вступлению в самостоятельную жизнь инфантильных, духовно-незрелых молодых людей, в связи с чем среди молодежи распространяются массовые проявления характерологических дисгармоний, обусловленных духовно-нравственной опустошенностью. Эмоциональная неуравновешенность, противоречивость поведения, отсутствие самообладания, слабоволие, уныние выступают показателями дисгармоничного характера и причинами психологических проблем человека.

Проблема гармонизации характера касается всех возрастных категорий, но наиболее остро она встает в юношеском возрасте, поскольку этот возраст является сензитивным относительно духовно-нравственного самоопределения личности. Сознательное построение собственного характера становится неотъемлемой частью личностного становления юношества. К сожалению, современная молодежь отличается высоким уровнем интеллекта при отсутствии знаний духовного содержания [7], поскольку образование ориентирует учащихся лишь на самореализацию, а не на конструктивную самоактуализацию личности. При отсутствии духовно-нравственных качеств человек может лишь самореализовываться в социуме, но не может стать личностью, которая самоактуализируется в духовном измерении. Поэтому многие молодые люди находятся в состоянии духовного вакуума и хронического психологического дискомфорта. Эта печальная статистика акцентирует внимание психологической науки на актуальности решения проблемы гармонизации характера в юношеском возрасте путем создания психолого-педагогических условий духовно-нравственного оздоровления молодежи. Обновление системы образования является объективной потребностью современности. Целью образовательного процесса должны быть не только передача ученикам знаний различных предметов, но и формирование гармоничной, духовно и нравственно зрелой личности, готовой достойно встретить с вызов современной жизни.

Психологические закономерности характерологического развития вызывают значительный интерес представителей отечественной и зарубежной психологической науки. Вопросами характерообразования занимались Б.Г.

Ананьев, Н.Д. Левитов, В.Н. Мясичев, С.Л. Рубинштейн и другие. В.А. Малахов, Л.С. Выготский, С.Л. Рубинштейн отмечают, что формирование характера определяется влиянием культурно-исторического наследия общества, которое должно утверждать духовно-нравственные ценности, способствующие гармонизации характера путем духовно-нравственного саморазвития личности. Поэтому важным фактором воспитания гармоничного характера в юношеском возрасте выступает раскрытие духовного потенциала личности [7]. Духовно-нравственная самоактуализация существенно влияет на качество жизненной активности человека и выполняет регуляторную функцию в осуществлении нравственного поведения и социально-психологической адаптации личности. Разработка теоретических аспектов проблемы духовно-нравственного развития как фактора гармонизации характера нашла свое отражение в работах И.Д. Бега, Б.С. Братуся, М.И. Боришевского, Э.А. Помиткина, Л.Ф. Шеховцовой и других. Методология оказания психологической помощи духовно-нравственными средствами освещается в работах И.Я. Медведевой, Т.А. Флоренской и других.

Гармоничный характер выступает основой и одновременно результатом личностного развития и базируется на нравственных отношениях к другим людям, к миру в целом [5]. По мнению Бруно, *критерии гармоничности* характера располагаются по осям: нравственная воспитанность – невоспитанность; целостность – противоречивость характера; уравновешенность – неуравновешенность; сила – слабость; мягкость – жесткость характера [2]. Духовно-нравственные личностные факторы (совесть, честность, ответственность) осуществляют духовно-нравственную саморегуляцию, которая определяет целостность, уравновешенность и силу характера.

Нами был разработан психодиагностический инструментарий исследования особенностей характера и эмпирическим путем установлены нормы выделенных критериев гармоничности [6]. В зависимости от степени соответствия характера критериям его гармоничности выделено 4 уровня гармоничности характера: низкий, ниже среднего, выше среднего и высокий.

1. Низкий уровень гармоничности (дисгармоничный характер) определяется

доминированием деструктивных черт при отсутствии конструктивных. Неуровновешенность и бесхарактерность значительно превышают показатели уравновешенности и силы характера. Это означает, что человек не имеет нравственных отношений к миру и конструктивных навыков взаимодействия с другими людьми. Дисгармоничный характер может иметь высокий уровень как мягкости так и жесткости.

2. Уровень гармоничности ниже среднего (потенциально дисгармоничный характер) отличается от предыдущего диффузностью позитивных и негативных качеств: на фоне деструктивных черт личность имеет компенсационные механизмы, которые в некоторой степени нивелируют характерологическую дисгармоничность. Неуровновешенность и бесхарактерность находятся на среднем уровне. Это уровень выраженной акцентуации, которая позволяет человеку временами быть в гармоничном состоянии, но при условии долгодействующего стресса возможно обострение дисгармоничных черт, что низводит личность до уровня более глубокой характерологической дисгармонии.

3. Уровень гармоничности выше среднего (условно обозначен как «адаптированный» характер), при котором уравновешенность и сила характера преобладают над неуровновешенностью и бесхарактерностью, что является признаком развитой саморегуляции. Однако, данный характер отличается недостаточной целостностью, и потому не является гармоничным, но такой человек может успешно функционировать в социуме вследствие хорошей социально-психологической адаптированности.

4. Высокий уровень гармоничности определяется хорошо развитыми духовно-нравственными, интеллектуально-креативными, эмоционально-волевыми и коммуникативными качествами, что обуславливает целостность, уравновешенность и силу характера. При высоком уровне гармоничности жесткость и мягкость характера практически уравновешивают друг друга, находясь на среднем уровне.

С целью решения проблемы гармонизации характера молодежи нами был разработан спецкурс «Гармонизация характера в юношеском возрасте».

Инновационный спецкурс направлен на гармонизацию характера старшеклассников путем формирования нравственных отношений, позитивного мышления, позитивных чувств, обретение навыков нравственного поведения.

Гармонизация характера является процессом развития конструктивных качеств с целью контроля над деструктивными чертами. Основной задачей гармонизации характера является развитие духовно-нравственной саморегуляции – способности управлять своими эмоциями и действиями, руководствуясь нравственными принципами: сохранения мира, любви, взаимоуважения; формирование нравственных отношений к себе, к другим людям, к Богу, к окружающему миру. Спецкурс сочетает теоретические информационные блоки и психотренинг, направленный на усвоение духовных ценностей, формирование духовно-нравственных качеств и развитие духовно-нравственной саморегуляции.

Гармонизация характера должна опираться на нравственные принципы и состоит в развитии духовных сил: ума (нравственных убеждений), чувств (любви, сострадания), воли (самоконтроля, решительности). Разум, честность и доброта в сочетании с твердостью воли дают человеку непреодолимую силу, которая проявляется в духовной стойкости при перенесении жизненных трудностей. Только находясь в гармонии с жизнью, с высшими ценностями, можно достичь мира в душе и конструктивных взаимоотношений. Занимаясь духовно-нравственным саморазвитием, человек гармонизирует не только свой характер, а и мир своих взаимоотношений.

Проблема гармонизации характера лежит на стыке философии, психологии, психотерапии, духовных учений, искусства. Усвоение и синтез этих знаний способствует формированию гармоничного мировоззрения.

Методологическим подходом к гармонизации характера выступает духовно нравственный, позитивно-личностный подход, в основе которого лежат следующие принципы. 1. Принцип *духовно-нравственной детерминации* соответственно которому духовно-нравственные черты являются основными факторами гармонизации характера (развивая честность, совесть, ответственность, мы укрепляем духовно-нравственную саморегуляцию, которая

способствует уравновешенности и целостности характера). 2. Принцип *позитивности* состоит в направленности личности на позитив относительно других людей, проблемных ситуаций, жизни в целом. Личность должна выполнять роль своеобразного буфера, который не отзеркаливает негатив, поступающий со стороны других людей, а нейтрализует его своей позитивностью. Соблюдение принципа позитивности развивает позитивное мышление – умение интерпретировать проблемные ситуации с точки зрения оптимизма, творчески находя различные способы их решения. 3. Принцип *ценности личности* – это ориентация на лучшие качества человека, признание презумпции невинности каждого человека, понимание и оправдание его. 4. Принцип *интернальности* состоит в формировании ответственного отношения ко всему, что происходит в жизни человека. 5. Принцип *единства психики и деятельности* проявляется в единстве системы отношений и поведения (согласованность отношений человека с реальным поведением определяет гармоничность его характера). 6. Принцип *динамичной мотивации*, согласно которому, основой характера выступает личностная направленность, которая может динамично изменяться. 7. Принцип *воздержания* означает, что гармонизация характера является процессом формирования воздержания во всех жизненных проявлениях (мера, как норма гармоничного существования, способствует уравновешенности характера). 8. Принцип *дихотомичности* означает парность противоположных черт (признаков гармоничного характера, которые исключены в случае дисгармоничного). 9. Принцип *антиномичности* заключается в разумном сочетании противоречивых критериев: позитивности и духовно-нравственной детерминации (человека необходимо воспринимать с позиции безусловной ценности его личности, и одновременно с точки зрения духовно-нравственной оценки его поступков). 10. Принцип *психоэлевации* – духовно-нравственного окультуривания характера (гармонизация характера заключается в развитии положительных черт и контроле над негативными качествами, направлении их). 11. Принцип *духовно-личностной интеграции* (гармонизация происходит на основе развития базовых процессов: нравственного, интеллектуального, эмоционального, волевого развития личности).

Целью спецкурса являются усвоение нравственных принципов, обретение практических навыков сознательного самовоспитания путем духовно-нравственного самоусовершенствования. Задачи спецкурса: 1. Актуализация психологических знаний, развитие способности к самопознанию. 2. Осознание связи между личностными проблемами и наличием дисгармоний характера. 3. Формирование мотивации к духовно-нравственному самосовершенствованию. 4. Развитие самопознания, рефлексии, совести, ответственности, способности к нравственному выбору, к сознательному признанию своих ошибок. 5. Осознание позитивных и негативных черт характера. 6. Формирование позитивного мышления. 7. Развитие духовно-нравственной саморегуляции. 8. Обретение опыта самовоспитания характера, апробация форм нравственного поведения. 9. Систематизация знаний, рефлексия полученного опыта.

Спецкурс включает такие формы психологической работы как лекции, дискуссии, психотренинг, ролевые игры. Домашние задания имеют творческий характер. Спецкурс включает 12 тематических занятий (по 6 теоретических, 6 психотренинговых занятий и 2 рефлексивных занятия по 2 академических часа).

Спецкурс имеет два модуля. Первый модуль «Духовно-нравственные основы гармонизации характера» (25 академических часов) составляют 6 тематических занятий по 4 часа и 1 рефлексивное занятие. Каждая тема состоит из 2-х теоретических и 2-х психотренинговых занятий, содержащих самоанализ, дискуссии, ролевые игры. Содержательная последовательность курса построена по такой логике: ознакомление учеников с содержанием курса, формирование мотивации гармонизации собственного характера, исследование особенностей своего характера, осознание: понятий «характер», «гармония», «гармоничный характер», «дисгармонии характера»; понимание сущности христианской антропологии: иерархической структуры личности: духа, души и тела; развития нравственности как основы гармонизации характера.

Второй модуль спецкурса «Гармонизация компонентов характера» (25 академических часов) составляют 6 тематических занятий по 4 академических часа и заключительное занятие. Содержательная последовательность второго

модуля посвящена последовательному развитию каждого компонента характера (духовно-нравственного, интеллектуально-креативного, коммуникативного, эмоционального, волевого), систематизации приобретенных знаний, рефлексии полученного опыта.

Спецкурс гармонизации характера был внедрен в учебно-воспитательный процесс 10-х классов общеобразовательных школ города Прилуки Черниговской области, Киева и Белой Церкви. Для оценки эффективности спецкурса была проведена психодиагностика гармоничности характера учеников до и после посещения старшеклассниками психологических занятий. Для сравнения результатов также было проведено два аналогичных психодиагностических среза с разницей в 6 месяцев в контрольной группе (тех, кто не посещал занятий спецкурса, а лишь принимал участие в психологическом тестировании).

Результаты данного эксперимента являются довольно показательными. Далее даны сравнительные диаграммы динамики гармоничности характера на протяжении 6 месяцев в экспериментальной и контрольной группах (Рис. 1-4).

Диаграмма на рисунке 1 свидетельствует о росте среднестатистического показателя общей гармоничности характера в экспериментальной группе и его снижение в контрольной.

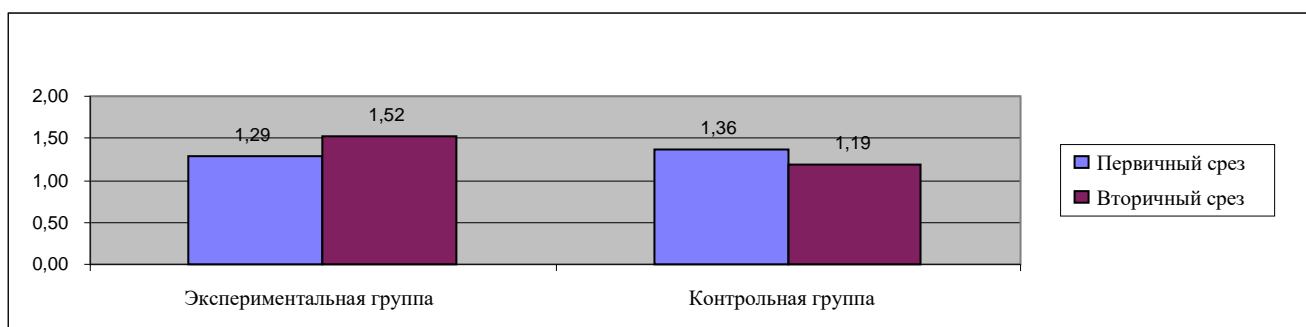


Рис. 1. Динамика среднестатистических показателей общей гармоничности характера.

Отсюда следует вывод: если человек не занимается сознательным духовно-нравственным самовоспитанием, то у него автоматически тормозится личностное развитие, что снижает уровень гармоничности характера.

Рассмотрим динамику уровней гармоничности характера в экспериментальной и контрольной группах (Рис. 2-3).



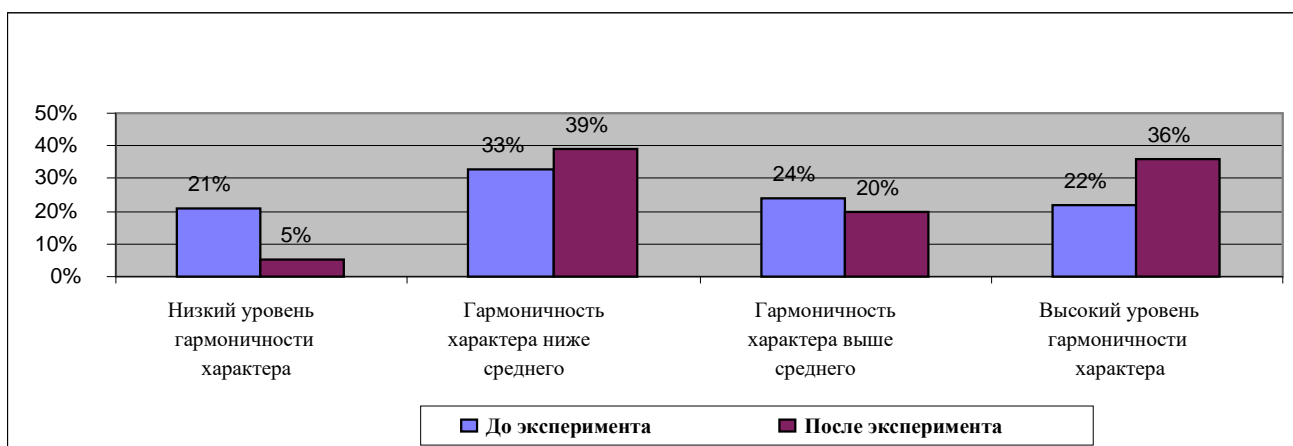


Рис. 2. Динамика уровня гармоничности характера в экспериментальной группе.

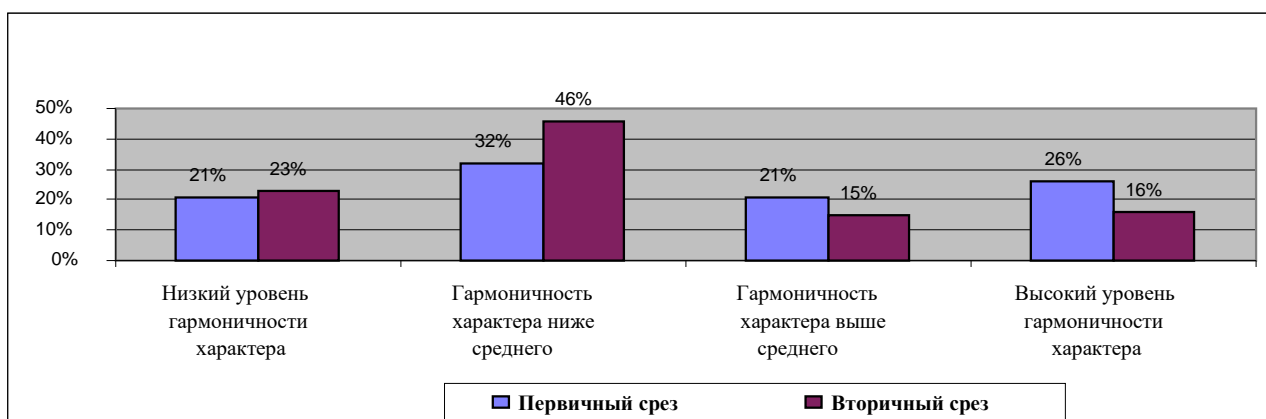


Рис. 3. Динамика уровня гармоничности характера в контрольной группе.

Как видим из диаграмм, процент лиц, с низким уровнем гармоничности характера в экспериментальной группе значительно снижается (на 16 %), а в контрольной остается почти неизменным. Количество учеников, имеющих высокий уровень гармоничности характера в экспериментальной группе возрастает (на 14 %), а в контрольной снижается (на 10%). Снижение процента учеников с дисгармоничным характером в экспериментальной группе и увеличение представителей гармонического характера подчеркивает факт гармонизации характера старшеклассников благодаря усвоению духовно-нравственных ценностей.

В любом ученическом сообществе всегда есть лица, которые стремятся к гармонии внутреннего мира (гармонизируют свой характер, сознательно занимаясь духовно-нравственным самовоспитанием). Есть также и те, кто находится в стабильном состоянии (степень гармоничности их характера остается неизменной, то есть, характерологическое развитие «приторможено»), они как-бы

«плывут по течению» т.е. не прикладывают усилий, чтобы стать лучше. Также, к сожалению, существуют и те, характер которых портится под влиянием определенных внешних и внутренних факторов. Из-за трудных жизненных обстоятельств или за счет влияния деструктивных суб-культурных молодежных групп такие личности приобретают негативные черты характера (агрессивность, жестокость, лицемерие, лживость).

Итак, вектор личностного развития может быть направленным либо в сторону гармонизации собственного характера, либо к стагнации (отсутствия развития), либо к дисгармонизации характера и саморазрушению личности (когда человек в следствие собственной дисгармоничности не может строить конструктивные взаимоотношения, что обрекает его на одиночество).

Рассмотрим динамику процесса гармонизации характера в юношеском возрасте. Диаграмма на рисунке 4 отражает процент старшеклассников данных категорий в экспериментальной и контрольной группах.

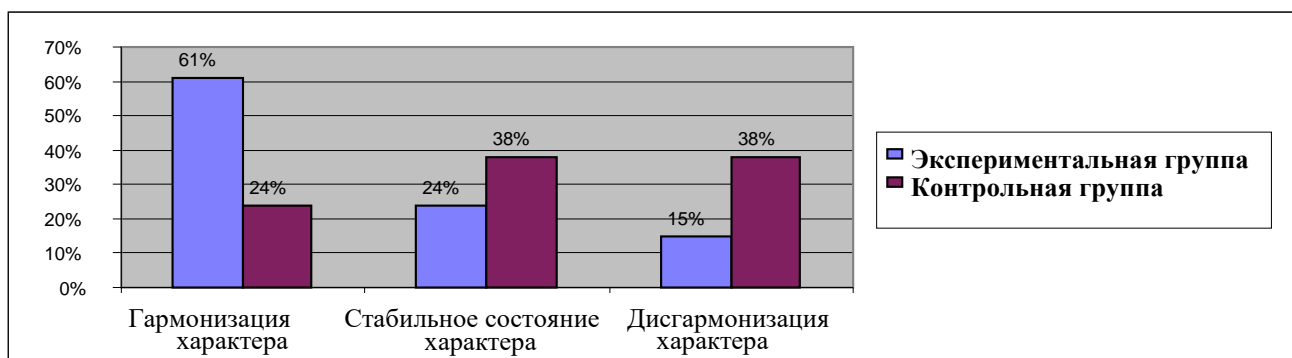


Рис. 4. Динамика характерологического развития в экспериментальной и контрольной группах.

Как видим из графика, в контрольной группе количество учеников, которые дисгармонизируются такая же, как и тех, кто имеет стабильный уровень гармоничности характера (38%). Это значительно превышает процент лиц, характер которых гармонизируется (24 %). В экспериментальной группе ситуация кординально меняется. Мы наблюдаем противоположные тенденции, а именно: благодаря созданию психолого-педагогических условий духовно-нравственного развития количество лиц, которые сознательно гармонизируют свой характер, равняется 61%, что значительно превышает количество тех, кто личностно не развивается (24 %), и тех, у кого характер дисгармонизируется (15 %). Этот факт

еще раз наглядно подтверждает тезис, что гармонизация характера старшеклассников происходит благодаря произвольному направлению личности в русло духовно-нравственного саморазвития.

В чем выражаются гармонизация и дисгармонизация характера старшеклассников? Мы проанализировали среднестатистические показатели позитивных и негативных черт в экспериментальной и контрольной группах и сделали следующие выводы. В экспериментальной группе возросли показатели нравственных качеств (альтруизма, ответственности, честности), коммуникативных черт (доброжелательности, эмпатии), волевых качеств (организованности, стрессоустойчивости), возросли уровни креативности, толерантности, оптимистичности. Значительно снизился уровень таких негативных черт как агрессивность, лицемерие, экстернальность, корыстность, психическая возбудимость (взрывчатость) и невротичность (нервно-психическая ослабленность). В отличие от экспериментальной в контрольной группе наблюдается рост лицемерия, пессимистичности, невротичности, психической возбудимости при снижении эмоциональной стабильности, доброжелательности и креативности. Такая дисгармонизация характера может быть объяснена, во-первых, естественным кризисом юношеского возраста, когда молодые люди пытаются тем или иным образом самоутвердиться в мире (и не всегда успешно), а во-вторых – сложной социально-политической ситуацией в Украине (это был период из ноября 2013 года до мая 2014 года), что способствовало обострению личностных кризисов, преодоление которых возможно благодаря нахождению новых смыслов жизни и духовно-нравственных ценностных ориентиров.

В конце учебного года нами был проведен опрос психологов, проводивших спецкурс «Гармонизация характера старшеклассников». Психологи неоднократно озвучивали проблему относительно нехватки времени на полноценное проведение спецкурса, поскольку в учебно-воспитательном плане школ отсутствует необходимое количество часов на психологическую работу с учениками. Все психологи подтверждают полезность и целесообразность проведения данного психологического спецкурса, отмечая, что старшеклассники принимали активное

участие в тренингах и ролевых играх. Наибольшую заинтересованность у учеников вызвали психологические занятия, посвященные таким темам:

- Нравственные отношения человека – основа его гармоничного характера.
- Самоанализ результатов психодиагностики.
- Дихотомичность духовно-нравственных черт характера.
- Саморазвитие духовно-нравственных, волевых, креативных и коммуникативных качеств (понравились практические упражнения).
- Осознание черт характера, которые помогают межличностному общению.
- Психологические рекомендации и практические упражнения относительно обретения навыков восстановления после стресса.

Исходя из выраженной заинтересованности к проблемам нравственно-психологического содержания, можно отметить довольно развитую мотивацию старшеклассников к самопознанию, что является проявлением их психологической готовности к духовно-нравственной самоактуализации.

Наиболее дискуссионными были темы:

- Что такое саморазвитие, духовно-нравственное самосовершенствование?
- Критерии гармоничного характера.
- Христианская антропология: вопросы целомудрия, сребролюбия, гордыни.
- Борьба со страстями, развитие нравственных добродетелей.
- Совесть и нравственность; лживость и честность.
- Развитие силы воли, позитивного мышления.

Дискуссионность данных вопросов означает зону ближайшего личностного развития старшеклассников, а именно: осознание системы духовно-нравственных критериев конструктивного поведения человека. Т.е., мотивация саморазвития у учеников есть, а нравственных ориентиров для этого не хватает. Поэтому актуальной задачей современного образования является создание психолого-педагогических условий духовного развития учеников на основе понимания и усвоения четко определенной системы духовно-нравственных ценностей.

Наиболее сложными для старшеклассников были темы:

- Дисгармонии характера - актуальная проблема современного человека (по

мнению юношей и девушек, дисгармонии характера у молодежи отсутствуют).

- Христианская антропология: дух, душа, тело.
- Учение о телесных страстях и нравственных добродетелях.

Сложность в понимании глубинных основ христианской антропологии, отсутствие рефлексии дисгармоний характера – все это свидетельствует о незрелости нравственного самосознания учеников, несамокритичности. Высокий уровень эго-защитных психологических механизмов (самооправдание собственных ошибок и негативных черт) усложняет межличностные взаимоотношения юношей и девушек. Поэтому сегодня целесообразно направлять психолого-педагогическое воспитательное влияние именно на формирование христианско-антропологического мировоззрения, на понимание дихотомической природы добра и зла. Формирование мотивации саморазвития старшеклассников должно опираться не только на стремление к нравственному идеалу, а, прежде всего, на осознание своих дисгармоничных черт характера и борьбу с собственным несовершенством.

#### ВЫВОДЫ:

1. Гармоничный характер позволяет человеку сознательно и эффективно строить собственное поведение и конструктивные взаимоотношения.
2. Дисгармоничный характер обусловлен несформированностью нравственных отношений личности к себе, к другим людям, к миру в целом, что определяет дисгармоничность поведения и взаимоотношений человека.
3. Гармонизация характера в юношеском возрасте происходит благодаря духовно-нравственному саморазвитию, которое способствует активизации психологических механизмов гармонизации характера.
4. Актуальной задачей современного образования является создание психолого-педагогических условий духовно-нравственного оздоровления молодежи. Значительное внимание в психолого-педагогической работе должно отводиться формированию мировоззрения личности на основе духовно-нравственных ценностей, что способствует нравственному развитию, укреплению духовных сил и гармонизации характера человека.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Авдеев, Д.А. Нервность: ее духовные причины и проявления / Д.А. Авдеев. 6-е изд. – М.: «МБЦ Серафима Саровского», «Омега», 2009. – 320 с.
2. Бурно, М.Е. О характерах людей. / Марк Бурно. – М.: Академический проект, 2006. – 2-е изд. – 368 с.
3. Медведева, И.Я., Шишова Т. Новые дети. / Ирина Медведева, Татьяна Шишова. – М., 1998. – 192 с.
4. Менделевич, В.Д., Соловьёва, С.Л. Неврология и психосоматическая медицина / В.Д. Менделевич, С.Л. Соловьёва – М.: «МЕДпресс-информ», 2002. – 607 с.
5. Рубинштейн, С.Л. Человек и мир / Рубинштейн С.Л. – М., 1973. – 123 с.
6. Павлык, Н. В. Психодиагностика и гармонизация характера личности в юношеском возрасте: уч.-метод. пособие / Наталия Павлык. – К.: Логос, 2013. – 151 с.
7. Помиткін, Е.О. Психологічні закономірності та механізми духовного розвитку дітей і молоді / Помиткін Е. О. / Дис. ... доктора психол. наук: 19.00.07. – К., 2008. - 560 с.