

МИНОБРНАУКИ РОССИИ  
Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования  
«САРАТОВСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ ИССЛЕДОВАТЕЛЬСКИЙ  
ГОСУДАРСТВЕННЫЙ УНИВЕРСИТЕТ ИМЕНИ  
Н.Г. ЧЕРНЫШЕВСКОГО»

Кафедра общей и консультативной психологии  
наименование кафедры

Взаимосвязь автобиографических воспоминаний  
и личностной зрелости

ВЫПУСКНАЯ КВАЛИФИКАЦИОННАЯ РАБОТА МАГИСТРА

студента (ки) 3 курса 386 Группы

Направления 37.04.01 Психология профиль «Когнитивная психология»  
код и наименование направления

факультет психологии  
наименование факультета, института, колледжа  
Столетняя Александра Евгеньевна  
фамилия, имя, отчество (именительный падеж)

Научный руководитель

доцент, канд. биол. наук

должность, уч. степень, уч. Звание

подпись, дата

Е.М.Зинченко

инициалы, фамилия

Зав. кафедрой

д.псих. наук, доцент

должность, уч. степень, уч. Звание

подпись, дата

С.В. Фролова

инициалы, фамилия

Саратов 2022

## **Введение**

Данное диссертационное исследование посвящено такой подсистеме памяти, которая отвечает за наши воспоминания, лично значимые события, за историю нашей жизни и ее восприятие, - об автобиографической памяти и о том, как работа данной памяти отражается на нашей личностной зрелости.

Феномен личностной зрелости мы рассматриваем с точки зрения гуманистической парадигмы в психологии ( К. Роджерс, А. Маслоу и т др) , в рамках которой стремление личности к развитию - аксиоматично, то есть не требует доказательств.

Нам представляется, что динамика личностной зрелости должна достаточно ярко проявляться в изменениях качества автобиографического анализа личности, в оценках воспоминаний о прошлых этапах жизни. Иными словами, эти воспоминания могут переосмысливаться и переоцениваться по мере личностного развития, что проявляется в изменении внутренних переживаний, связанных с теми или иными воспоминаниями. В ходе исследования нам также важно установить, какие именно психологические компоненты и механизмы являются наиболее значимыми при анализе/оценке автобиографических воспоминаний.

Анализ автобиографических воспоминаний, по всей вероятности, также тесно связан с таким понятием, как личностный потенциал. По нашему мнению, наличие личностного потенциала определяет динамику личностного роста. То есть человек развивается и самоактуализируется как личность за счет его собственных внутренних ресурсов. При этом содержание личностного потенциала, являющегося первопричиной становления личностной зрелости, составляют усвоенные ранее качества, ценности, идеалы, привычки и жизненные установки.

Личностно зрелого человека можно назвать ресурсным, который сам в себе находит силы для конструктивного осмысления прошлого и преодоления негативных жизненных обстоятельств в настоящем. По нашему мнению, наличие таких внутренних ресурсов обеспечивает личностно зрелому человеку

способность мыслить свое развитие во времени, то есть воспринимать свою жизнь целостной. На основе данной позиции нами составлена программа исследования, включающая подбор диагностических методик.

Таким образом, *актуальность* исследования обусловлена недостаточной изученностью индивидуальных особенностей автобиографической памяти, а также влиянием личностной зрелости на функционирование и процессы в автобиографических воспоминаниях.

*Целью* исследования является изучение показателей личностной зрелости, определяющих психологическое содержание и структуру автобиографических воспоминаний.

Для достижения названной выше цели были выделены следующие *задачи*:

1. Проанализировать теоретические источники и выделить параметры личностной зрелости, определяющие автобиографические воспоминания.

2. Подобрать психодиагностический инструментарий и составить программу исследования влияния личностной зрелости на автобиографические воспоминания.

3. Провести эмпирическое исследование для обнаружения значимых взаимосвязей между психологическими показателями личностной зрелости и автобиографическими воспоминаниями.

4. Выделить отличительные особенности автобиографических воспоминаний в зависимости от показателей личностной зрелости.

Исходя из вышесказанного следует отметить, что *объектом* исследования являются автобиографические воспоминания личности.

*Предметом* - влияние личностной зрелости на функционирование автобиографической памяти.

Гипотезы исследования:

Центральная гипотеза: степень личностной зрелости оказывает влияние на выбор формы осмысления и выражения автобиографических воспоминаний.

2 гипотеза: имеются отличия в выражении автобиографических воспоминаний у подростков и у людей более старшего возраста.

3 гипотеза: у людей старшего возраста будут преобладать позитивные воспоминания, в отличие от респондентов подросткового возраста.

**Теоретико-методологическую базу исследования** составляют работы по отечественных (Б.Г. Ананьев, А.Л. Журавлев, Л.А. Головей) и зарубежных (К. Роджерс, А. Маслоу, З. Фрейд, А. Адлер, К. Юнг, Г. Олпорт, Л. Колберг, Ф. Перлз, Э. Фромм, Э. Эриксон, В. Франкл) исследователей, занимающихся изучением вопроса личностной зрелости. Активное изучение автобиографической памяти в России осуществляется в Московском государственном университете В.В. Нурковой, а также другими исследованиями Артемовой К.Н., Василевской К.Н., Кабардовым М.К., Зинченко И.П.

**Теоретическая значимость** работы заключается в том, что данное исследование позволяет расширить представление об автобиографической памяти и личностной зрелости.

**Практическая значимость** работы заключается в том, что полученные результаты исследования могут быть использованы психологами, работающими с разными слоями населения.

Достоверность и надёжность полученных в ходе работы результатов обеспечивались путём использования методик, подобранных согласно цели и объекту исследования, использования методов математической статистики, количественного и качественного анализов, полученных в процессе исследования материала.

**Для выполнения поставленных цели и задач были использованы следующие методики:**

- для измерения эмоционального интеллекта- опросник Люсина;
- для измерения социального интеллекта – методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса–Даймонда;

- тест-опросник субъективной локализации контроля- для измерения степени принятия ответственности за происходящее;
- автобиография - для сбора ключевых автобиографических воспоминаний

Обработка эмпирических данных была осуществлена с помощью аппарата математической статистики в программах Excel и Stadia. Нормальность выборок проверялась критерием Шапиро-Уилка. В зависимости от нормальности для сравнения средних значений применялись критерии Краскела-Уоллиса или ANOVA, для осуществления проверки на корреляционную связь использовались критерии Пирсона или Спирмена. Для проверки средних значений внутри групп между мужчинами и женщинами использовался критерий Манни-Уитни.

Интерпретация результатов осуществлялась за счет количественного и качественного анализа результатов.

### **Описание выборки**

Данная работа проводилась на 3 разновозрастных выборках, в каждой из которых принимало участие по 20 человек. Таким образом, общее число респондентов составило 60 человек.

- *«подростковая» группа*, возраст которых составил 15-16 лет; средний возраст опрашиваемых составил 15 лет. В составе этой группы 11 девочек и 9 мальчиков. Респонденты являлись учащимися 9 класса общеобразовательной средней школы города Екатеринбурга.

- *группа 1-го периода зрелости*, возрастом от 23 до 31 года; Средний возраст составил 26 лет. В данной группе исследование прошли 8 парней и, соответственно, 12 девушек.

- *группа 2-го периода зрелости*, возрастом от 38 до 53 лет. Средний возраст респондентов 46 лет. В исследовании приняли участие 6 мужчин и 14 женщин. Набор респондентов 1-го и 2-го периодов зрелости осуществлялся случайным образом.

**Структура и объем работы.** Выпускная квалификационная работа «Взаимосвязь автобиографических воспоминаний и личностной зрелости»

выполнена на 57 страницах, содержит 2 рисунка, 10 таблиц в основной части и 2 таблицы в приложении, использовались 57 источников литературы.

### **Основное содержание работы**

#### **Теоретико-методологическая часть**

В параграфе 1.1 приводятся возрастные периодизации зрелости, дается их характеристика. Перечисляются основные виды зрелости, а также приводятся критерии личностной зрелости разных авторов.

В параграфе 1.2 понятие личностной зрелости рассматривается с точек зрения З. Фрейда, А. Адлера, К. Юнга, Г. Олпорта, Л. Колберга, Ф. Перзла, К. Роджерса, Э. Фромма, А. Маслоу, Э. Эриксона, В. Франкла.

В параграфе 1.3 понятие личностной зрелости раскрывается с точки зрения отечественных психологов, в числе которых Б. Г. Ананьев, А. Л. Журавлев и Л. А. Головей.

Таким образом, на основании проведенного теоретического анализа для определения уровня личностной зрелости нами были выделены следующие основополагающие элементы: социальный интеллект, эмоциональный интеллект и ответственность человека за принятие решений. Этим 3 критериям посвящены последующие 3 параграфа.

В параграфе 1.4 дается определение понятия социального интеллекта и его основная характеристика.

В параграфе 1.5 приводится информация об эмоциональном интеллекте, дается краткая характеристика основной модели, предложенной Дж. Мэйером и П.Сэловеем.

Параграф 1.6 содержит данные о сложности и многогранности понятия ответственности. Приводятся понимания этого понятия Ж.Пиаже, Дж. Джайнотт, Дж. Роттера. Приводится информация об актуальной концепции двух типов ответственности, автором которой является Дж. Роттер.

Указываются детерминанты развития личности взрослого.

Параграфы 1.7 и 1.8 посвящены автобиографической памяти. Указано место автобиографической памяти в классификации памяти, ее особенности и

функции.

### **Эмпирическая часть**

Параграфы 2.1.1-2.1.4 посвящены описанию методик, используемых в данном исследовании.

Параграф 2.2.1 представляет результаты социального интеллекта.

Наиболее высокими показателями обладают критерии «самопринятие» и «интернальность» в группе 2-го периода зрелости. У 5 критериев из 8 наибольший результат у группы 2-го периода зрелости. А по другим 5 критериям наименьший результат у подростковой группы, из чего можно резюмировать: с увеличением возраста, изменением социальных установок происходит рост социально-психологической адаптационной способности и социального интеллекта в целом.

Также в исследовании был проведен сравнительный анализ полученных результатов по критерию «адаптация» между мужчинами и женщинами в рамках каждой группы и между группами. Данный критерий был выбран, так как несет в себе стержневое значение определения уровня социального интеллекта. По итогу проведенного сравнительного анализа, у женщин на протяжении жизни происходит увеличение адаптационной способности, у мужчин - снижение адаптационной способности во время 1-го периода зрелости с последующим возрастанием ко 2-му периоду. Тем не менее, общий уровень адаптации у мужчин выше, чем у женщин.

Параграф 2.2.2 представляет результаты эмоционального интеллекта.

В подростковой выборке эмоциональный интеллект имеет очень низкие значения. Вероятно, это связано с эмоциональной незрелостью, а именно, неспособностью осознать и правильно интерпретировать свои и чужие эмоции и, как следствие, взять их под контроль, что сказывается на поведении человека. Практически половина респондентов в группах 1-го и 2-го периода зрелости имеют средний уровень эмоционального интеллекта, и по четверти (в обеих группах) - высокий уровень. Данный результат говорит о том, что с возрастом происходит рост навыков как интерпретации эмоций, причем не

только своих, но и окружающих людей, так и грамотной (уместной) реализации своих эмоций, способности направлять эмоциональный фон текущей ситуации в необходимом русле. По результатам этой методики был проведен сравнительный анализ общего уровня эмоционального интеллекта (ОУЭИ) между группами по половой принадлежности и по развитию ОУЭИ в разные возрастные периоды, рассматриваемые в работе, людей одного пола. у мужчин уровень общего эмоционального интеллекта выше, чем у женщин во всех рассматриваемых возрастных периодах. Таким образом, у респондентов мужского пола ОУЭИ с возрастом увеличивается, у женщин группы 1-го периода зрелости - уменьшается и в следующей возрастной группе имеет наибольшее значение по сравнению с 2 другими группами. С более полными результатами данной методики вы можете ознакомиться в работе.

В параграфе 2.2.3 представлен результат исследования locus контроля.

Наибольшим уровнем интернального (внутреннего) контроля обладают мужчины 1-го периода зрелости, вероятно, это связано с их активной социальной реализацией, поскольку в большинстве случаев в этот возрастной период происходит реализация в профессии и продвижение по карьерной лестнице, образование собственной семьи и появление детей.

У женщин наибольший уровень интернального контроля наблюдается в группе 2-го периода зрелости, возможно, из-за реализации себя к этому времени на желаемом уровне в профессиональной сфере, а также наличием подросших детей, воспитание которых, несомненно, требует внутреннего контроля. Стоит отметить, что общий уровень интернального контроля возрос в группе 2-го периода зрелости по сравнению с двумя другими группами.

Между полученными результатами этих трех методик (опросник Люсина, методика диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда, тест-опросник субъективной локализации контроля) с целью нахождения математической связи был проведен корреляционный анализ Пирсона или Спирмена (в зависимости от нормальности распределения



выборок) во всех представленных группах.

В опроснике Люсина главным параметром для определения значимости был выбран общий эмоциональный интеллект, поскольку именно его уровень включает в себя все остальные критерии. Параметром для проведения корреляционного исследования в методике диагностики социально-психологической адаптации Роджерса-Даймонда выбрана адаптация, поскольку по сравнению с другими критериями этого опросника она имеет стержневое значение для развития социального интеллекта.

Таким образом, статистически значимой корреляция является только между общим уровнем эмоционального интеллекта и адаптацией в подростковой группе, из чего следует, что социально-адаптационная способность подростка возрастает при росте эмоционального интеллекта. Эти результаты подтверждают данные исследователей И.Н.Андреевой, О.И. Власовой, Л.Д. Камышниковой, по мнению которых, статус лидера получают дети, хорошо адаптирующиеся к новым условиям.

Параграф 2.2.4 представляет результаты автобиографической методики.

1. Чем старше человек становится, тем больше он себя идентифицирует.
2. С возрастом респонденты более охотно указывают год и место своего рождения, таким образом показывая не только свою территориальную Родину, но и историческую (рождение в СССР или уже после его распада).
3. О том, какую роль в жизни и воспитании респондента занимают родители, можно заметить по указанным сведениям о них. Специальности родителей указаны только в группах 1-го и 2-го периода зрелости и полностью отсутствуют в подростковой, что может быть результатом подсознательного сравнения своих карьерных результатов с результатами родителей.
4. Указания состава родительской семьи уменьшается от младшей группы к более старшей. Это вполне можно объяснить тем, что появляются свои семьи, о составе которых и идет речь в автобиографиях.

5. С возрастом можно заметить тенденцию увеличения воспоминаний о детском саде, школьных годах и институте (за исключением института для подростковой группы, поскольку они его еще не посещали). Это можно объяснить тем, что именно в то время происходила активная социализация.
6. Свой трудовой путь люди 2-го периода зрелости указывают в большей степени, чем люди 1-го периода зрелости. Вероятно, это можно объяснить большей насыщенностью данной сферы у людей старшего возраста, а также подведение итогов пройденного ими трудового пути.
7. Наличие планов на будущее пропорционально уменьшается от младших к старшим. Полагаем, это объясняется следующим: с возрастом люди уже добились большинства своих поставленных целей и в настоящий момент оценивают и пользуются результатами.
8. Напротив, информация о настоящем изменяется в обратном направлении, а именно: от старших к младшим. Из чего можно сделать вывод, что молодые люди «живут» будущим, в то время как люди более зрелого возраста «живут» настоящим.
9. Общее «настроение» автобиографий меняется с пессимистического/ волнительного на оптимистическое/ уравновешенное от самой младшей группы к самой старшей, что, вероятнее всего, связано с уровнем развития эмоционального интеллекта и способностью респондента к адекватной оценке ситуаций.
10. У людей 2-го периода зрелости указывается большое количество дат, которые имеют важное значение в их жизни, что абсолютно отсутствует в подростковой группе.
11. Определенные требования к другим людям и отношения к ним имеются только в автобиографиях подростков.
12. С возрастом стиль написания автобиографии меняется: акцент смещается с чувств и описаний событий на перечисление фактов, иногда с указанием комментариев.

Далее в исследовании на основании определений рассматриваемых параметров разных методик субъективно было произведено их соотношение и произведен корреляционный анализ.

Итак, в результате статистической обработки данных значимой считается корреляция между 3 парами:

- адаптация и управление эмоциями;
- эмоциональная комфортность и общий уровень эмоционального интеллекта;
- стремление к доминированию и понимание эмоций.

Данные корреляции выявлены только в подростковой группе, что, возможно, связано с тем, что опрашиваемые являются представителями одного класса и имеют схожий социум и один возраст (15-16 лет).

Полученные корреляции дают нам основание сделать вывод, что социально-психологическая адаптированность напрямую зависит от способности подростка управлять своими эмоциями. От того, в какой эмоциональной среде находится ребенок, какие эмоции он испытывает, зависит общий уровень эмоционального интеллекта, включающий в себя как внутриличностный, так и межличностный компоненты. Способность к пониманию эмоций позволяет правильно интерпретировать ситуацию и, при необходимости, изменить ее в нужную для воспринимающего человека сторону, что позволяет развивать лидерские качества.

### **Выводы**

Исходя из данных, полученных в процессе исследования, сделаны следующие выводы:

1) По завершению проведенного теоретического исследования были выделены параметры для определения развития уровня личностной зрелости и подобраны методики для их измерения.

2) С возрастом от младшей группы опрашиваемых к старшей возрастают социально-психологические адаптационные способности, величина интернального (внутреннего) контроля, увеличивается величина эмоционального интеллекта, из чего можно сделать заключение: с возрастом

происходит развитие уровня личностной зрелости.

3) Психологическое исследование показало, что с развитием эмоциональности и коммуникабельности увеличивает свою функциональность и автобиографическая память.

4) В результате качественного анализа выявлено: стиль написания и содержание автобиографий имеют значительные отличия между подростковой группой и группами 1-го и 2-го периодов зрелости. Мы полагаем, это непосредственно связано с развитием личностной зрелости, поскольку с возрастом происходит более тщательная оценка ценностей, проводятся промежуточные итоги своего жизненного пути.

5) С возрастом осуществляется акцент не на будущее (что можно наблюдать в подростковой выборке), а больше на настоящее (группа 2-го периода зрелости). Предполагаем, это связано с завершением индивидуально поставленных планов.