

ПСИХОЛОГИЯ

УДК 316.37

К. С. Семенцова

ТЕОРЕТИЧЕСКИЙ ОБЗОР ИССЛЕДОВАНИЙ ОПЫТА ЛИЧНОСТИ КАК ПСИХОЛОГИЧЕСКОГО ФЕНОМЕНА

В статье исследуется понятие «опыт личности» (субъективный, профессиональный, регуляторный). Рассматриваются различные подходы к его изучению, структурные компоненты и категории. Описываются этапы приобретения профессионального опыта и роль жизненного опыта, ведущей деятельности и ошибок в его формировании.

Ключевые слова: опыт, субъективный, профессиональный, новый опыт, подходы, структурные компоненты, стадии формирования.

K. S. Sementsova

A THEORETICAL REVIEW OF THE STUDIES EXPERIENCE OF PERSONALITY AS A PSYCHOLOGICAL PHENOMENON

The article examines the concept “experience of personality” (subjective, professional, regulatory). Different approaches to studying the experience, its structural components and categories are considered. The stages of acquisition of the professional experience, the role of life experience, leading activity and mistakes in the formation of the professional experience are described.

Key words: experience, subjective, professional, new experience, approaches, structural components, stages of acquisition.

Опыт личности является ключевым элементом, с одной стороны, её развития (как личностного, так и профессионального), а, с другой стороны, её устойчивости к разного рода негативным влияниям социума, кризисам и переменам в обществе и системе образования. Личностный и профессиональный опыт как структурный элемент играет чрезвычайно важную роль в психологии безопасности. В обучении опыт является основой для формирования разного рода компетенций (как общекультурных, так и профессиональных). Поэтому исследование опыта является актуальным для организации эффективного процесса профессионального

обучения будущих специалистов в ВУЗах, для переподготовки действующих профессионалов, профилактики дезадаптации и эмоционального выгорания у специалистов.

Категория опыта имеет долгую историю изучения в философии, но она недостаточно освещена в психологической литературе. Как указывает Холодная М. А. (Холодная, 2002), до последнего времени понятие «опыта» не было включено в систему научного психологического знания. Свою роль здесь сыграл, по-видимому, привычный смысловой балласт этого понятия. Поскольку для отечественной философии было общепринятым определение опыта как основанной на практике чувственно-эмпирической формы познания действительности, то из содержания данного понятия исключались те формы опыта, которые лежат в основе понятийного знания, метакогниций, эффектов интуиции и т.д.

В психологической литературе представлены следующие определения категории «опыт». **Опыт** – это динамическая информационная система, включающая сведения о внешнем и внутреннем мире, получаемая непосредственно-чувственным и опосредованным путем, наполненная личностным смыслом и определяющая стратегию, успешность деятельности (Истомина, 2009). В *структуре опыта* четко выделяют денотативное содержание, операциональное содержание и аффективно-мотивационное содержание. Во всех этих компонентах отражены когнитивные, оперативные и интимно-личностные элементы деятельности (Калинкина, 2007).

В отечественной психологии осмысление категории опыта началось с понимания его как суммы знаний, умений, навыков. Как добавляет Холодная М. А., опыт трактуется часто как нечто пассивное, косное, лежащее в основе репродуктивной интеллектуальной активности. При анализе литературы (Плотникова, 2008; Пузырева, 2006) было выделено большое количество подходов к рассмотрению категории «опыт»:

1. **Структурно-динамический (системный)**. Опыт представляет совокупность знаний, умений, навыков и отношений (Выготский Л. С., Мясищев В. Н., Платонов К. К.).

2. **Когнитивный**. Опыт – это способность человека воспринимать, интерпретировать и оценивать действительность на основе определенным образом организованной системы личностных конструкторов (Келли Дж., Холодная М. А.)

У Холодной М. А. ментальный опыт – это система наличных психических образований и иницируемых ими психических состояний, лежащих в основе познавательного отношения человека к миру и обуславливающих конкретные свойства его интеллектуальной деятельности. Ментальный опыт представлен в трех основных формах: ментальные структуры, ментальное пространство и ментальные репрезентации. Анализ ментальных структур позволяет выделить три уровня (или слоя) опыта, каждый из которых имеет свое назначение.

1) Когнитивный опыт – это ментальные структуры, которые обеспечивают хранение, упорядочение и преобразование наличной и поступающей информации, способствуя тем самым воспроизведению в психике познающего субъекта устойчивых, закономерных аспектов его окружения. Их основное назначение – оперативная переработка текущей информации об актуальном воздействии на разных уровнях познавательного отражения.

2) Метакогнитивный опыт – это ментальные структуры, позволяющие осуществлять произвольную и непроизвольную регуляцию интеллектуальной деятельности. Их основное назначение – контроль за состоянием индивидуальных интеллектуальных ресурсов, а также за процессами переработки информации.

3) Интенциональный опыт – это ментальные структуры, которые лежат в основе индивидуальных интеллектуальных склонностей. Их основное назначение – формирование субъективных критериев выбора относительно определенной предметной области, направления поиска решения, источников информации и способов её переработки и т. д.

Таким образом, можно говорить о существовании некоторой иерархии ментальных структур – на уровне когнитивного, метакогнитивного и интенционального опыта. В зависимости от особенностей состава и строения этих форм опыта мы можем наблюдать и измерять конвергентные способности (решение нормативных задач в регламентированных ситуациях),

дивергентные способности (порождение новых идей на основе нестандартных способов деятельности), обучаемость (способность к усвоению новых знаний и навыков) и познавательные стили (способность к индивидуально-специфическим формам познавательного отражения) (Холодная, 2002).

3. **Субъектно-деятельностный.** В этом подходе акцент ставится на активном восприятии и интерпретации субъектом ситуации с позиции его собственной системы координат. Процесс формирования субъективного опыта связывается со способностью субъекта к «выстраиванию» собственного бытия, то есть субъективной включенности в жизненную ситуацию. (Б. Г. Ананьев, А. В. Брушлинский, К. А. Абульханова-Славская, Е. И. Исаев, А. Н. Леонтьев, К. А. Осницкий, В. А. Петровский, С. Л. Рубинштейн, В. И. Слободчиков, И. С. Якиманская).

4. **Событийный.** Опыт – это набор событий жизни человека (Анцыферова Л. И., Кроник А.А., Коржова Е. Ю.)

5. **Когнитивно-феноменологический.** Подразумевает анализ смыслов явлений, событий и их представленность в сознании субъекта. Внимание акцентируется на целостной ситуации человеческого бытия, способах переживания личностью различных видов субъективного опыта. (В. В. Занков, К. Левин, С. К. Нартова-Бочавер, Г. Томэ).

6. **Психотерапевтический.** Опыт – источник информации о жизни человека. Оказание человеку психологической помощи возможно через обращение к его детскому опыту (З. Фрейд, М. Клайн, А. Адлер, К. Юнг, Ф. Перлз, А. Ассаджиоли).

7. **Психосемантический.** Опыт – это операциональные структуры, которые формируются человеком под влиянием алгоритма выполняемой им деятельности. Эти операциональные структуры можно объединить в группы и описывать через временные, двигательные и пространственные характеристики (Е. Ю. Артемьева)

Наряду с различными подходами к самой категории опыта, можно выделить уровень **субъективного опыта**. Субъективный опыт определяется как структурированные следы деятельностей, предшествующих реализуемому в данный момент психическому акту. То есть структуры, организующие и хранящие историю индивидуальных деятельностей. В субъективном опыте отражаются для субъекта все события его жизни, все его непосредственные переживания, он определяет индивидуальные особенности восприятия мира (Воротыло, 2009). Субъективный опыт также определяется как определенная система интерпретации, которая направляет постижение субъектом реальности, позволяет прогнозировать будущее и через познавательную сферу детерминирует его поведение (Пузырева, 2006).

В *структуре субъективного опыта* выделяют когнитивную составляющую (или перцептивно-образную, «перцептивный мир») и аффективную составляющую (или эмоционально-оценочную, понятийную, коннотативную, «картину мира», «образ мира»).

На наш взгляд, в составе субъективного опыта можно выделить в самом общем плане две **категории опыта**: профессиональный и личностный. Что касается этих двух категорий, то они еще менее исследованы в психологии, чем опыт в целом и субъективный опыт в частности. **Профессиональный опыт** определяется как единое системное образование, включающее содержательный, операциональный и личностный компоненты, характеризующееся уникальностью, осознанностью, самооценностью, продуктивностью, готовностью к решению задач профессиональной деятельности (Плотникова, 2008). Несколько, на наш взгляд, более узкое определение даётся ему Исмагиловой Ф. С. Для неё **профессиональный опыт** – это целостный единый образ всей прошлой профессиональной деятельности человека, основные составляющие которого зафиксированы в его сознании (Исмагилова, 2000).

Профессиональный опыт имеет такую же структуру, как и опыт в целом. Он состоит из трёх компонентов: операционального (профессиональные умения и навыки), содержательно-го (знания и представления) и личностного (отношения) (Плотникова, 2008).

Еще одним уровнем опыта, пронизывающим названные, является **регуляторный опыт** личности. Данное понятие разрабатывается Осницким А. К. (Осницкий, 2001) и подразумевает определенным образом структурированную систему знаний, умений, переживаний, со-

ставляющих представления человека о профессиональном самоопределении и обеспечивающих успешность регуляции его деятельности и поведения. Этот уровень опыта имеет гораздо больше *структурных компонентов*, среди которых:

- ценностный (связан с формированием интересов, нравственных норм, идеалов и убеждений);
- рефлексивный (накапливается путем соотнесения человеком знаний о своих возможностях и требований выполняемой деятельности);
- операциональный (его содержание);
- сотрудничество (складывается при взаимодействии с другими участниками обучения);
- привычной активизации (предполагает предварительную подготовленность, оперативную адаптацию к изменяющимся условиям работы).

Для нас **профессиональный опыт** видится как структура личности, состоящая из накопленных восприятий и представлений о профессиональной деятельности; эмоциональных переживаний в процессе освоения профессиональных навыков; стратегий поведения в профессиональной деятельности (наборов приемов и техник, используемых в деятельности), а также системы профессиональных ценностей, убеждений и норм.

Во временном аспекте выделяют несколько **стадий формирования** профессионального опыта. Они охватывают длительный период жизни человека, и основаниями их выделения можно считать социальную ситуацию, которая детерминирует отношение личности к профессии и профессиональным общностям, и ведущую деятельность (поскольку ее освоение, совершенствование способов выполнения приводит к кардинальной перестройке личности). Зеер Э. Ф., Павлова А. М., Садовникова Н. О. выделяют следующие стадии профессионального становления личности (Зеер, 2004):

1. Зарождение профессионально ориентированных интересов и склонностей у детей под влиянием родственников, учителей, сюжетно-ролевых игр и учебных предметов (0 – 12 лет).

2. Формирование профессиональных намерений, которое завершается осознанным выбором профессии. Это период оптации. Ведущей деятельностью становится учебно-профессиональная. В ее рамках складываются познавательные и профессиональные интересы, формируются жизненные планы. Профессиональная активность личности направлена на поиск своего места в мире профессий и отчетливо проявляется в решении вопроса о выборе профессии.

3. Стадия профессиональной подготовки. Начинается с поступления в профессиональное учебное заведение. Ведущая деятельность профессионально-познавательная, ориентированная на получение конкретной профессии.

4. Стадия профессиональной адаптации. Начинается после окончания учебного заведения. Ведущей деятельностью становится профессиональная. Однако уровень ее выполнения, как правило, носит нормативно-репродуктивный характер. Профессиональная активность личности на этой стадии резко возрастает.

5. Стадия первичной профессионализации и становления специалиста. По мере освоения профессии реализация деятельности осуществляется относительно устойчивыми и оптимальными для работника способами. Стабилизация профессиональной деятельности приводит к формированию новой системы отношений личности к окружающей действительности и к самой себе.

6. Второй уровень профессионализации, на котором происходит становление профессионала. На этой стадии профессиональная активность постепенно стабилизируется, уровень ее проявления индивидуализируется и зависит от психологических особенностей личности. Но в целом каждому работнику присущ свой устойчивый и оптимальный уровень профессиональной активности.

7. Лишь часть работников, обладающих творческими потенциями, развитой потребностью в самоосуществлении и самореализации, переходит на следующую стадию профес-

сионального мастерства и становления акмепрофессионалов. Для нее характерны высокая творческая и социальная активность личности, продуктивный уровень выполнения профессиональной деятельности.

Важнейшим критерием осознания и продуктивности профессионального становления личности является ее способность находить личностный смысл в профессиональном труде, самостоятельно проектировать, творить свою профессиональную жизнь, ответственно принимать решения о выборе профессии, специальности и месте работы.

Изменение опыта субъекта получило достаточно обозначений в психологии: ассимиляция, регресс, реконструкция, мультипликация, вытеснение, драматизация и др.

Опыт личности можно рассматривать как пластичное образование, границы пластичности которого, тем не менее, обусловлены идентичностью, ядром личности. Существует ряд методов расширения возможностей субъекта, начиная с раннего детства: научение (через метод проб и ошибок, подкрепление и наказание), социализация (посредством социальных институтов и агентов), идентификация (через вживание и имитацию), освоение новой информации (через релевантную переработку информации) и др. ИмPLICITно признается, что усвоение нового опыта – это в целом позитивный процесс, который свидетельствует об адаптивности субъекта, его кругозоре, потенциале, жизнестойкости. Но существует и проблема неудачного опыта в том случае, когда идентичность не может изменяться, сохранив свою позитивную модальность, и начинает сопротивляться. Тогда появляются ригидность, отказы, депрессия, агрессивное поведение людей в новых и непривычных для них ситуациях деятельности и взаимодействия (Маховская, 2010). Поэтому, чтобы обеспечить эффективное приобретение нового опыта, так важно учитывать предыдущий опыт и опираться на него.

Наиболее интересным и важным периодом является начало формирования непосредственного профессионального опыта (профессиональное становление). В этом процессе для нас определяющим видится уже имеющийся у личности жизненный, личностный опыт. Этот жизненный опыт будет оказывать влияние на формирование профессионального, скорость его наработки, на выбираемые стратегии и т. д. Он также будет определять стиль профессиональной деятельности. Как указывает Якиманская И. С., каждый ребенок, придя в школу, уже имеет собственный, довольно богатый опыт познания окружающего его мира людей и вещей. Это опыт его жизнедеятельности, накопленный через общение в семье, со сверстниками, через различные источники информации. И любое вводимое учителем содержание научного знания обретает **личностный** смысл только тогда, когда оно согласуется с уже имеющимися у ученика индивидуальными ценностями, установками, отношением к содержанию знания, излагаемому учителем (Якиманская, 2000).

На формирование профессионального опыта будет оказывать влияние ведущая деятельность, изменяющаяся на разных этапах онтогенеза.

Дошкольное детство. Характеризуется доминированием сюжетно-ролевых игр, часть из них имеет профессионально ориентированный характер.

Младший школьный возраст. Ведущий вид деятельности – учёба, однако в плане профессионального становления ключевую роль в этом возрасте начинает играть формирование мотивации достижений и подражание взрослым в их познавательных интересах.

Подростковый возраст. Ведущей деятельностью является общение, формирующее систему личностных ценностей, которые определяют избирательность отношения подростков к различным профессиям и другим людям.

Ранняя юность. Важнейшая задача этого возраста – жизненное самоопределение, включающее выбор профессии и личностное самоопределение.

Юность. В возрасте 16–23 лет подавляющее большинство девушек и юношей получают профессиональное образование или подготовку, подтверждая свой профессиональный выбор или пересматривая его.

Молодость. Это возраст социально-профессиональной активности – накопления профессионального опыта и его совершенствования (Зеер, 2004).

Применительно к студенческой молодёжи ключевым с точки зрения накопленного профессионального опыта является период юности. В этот период осуществляется моделирование профессиональной деятельности (в процессе учебы) и отдельные пробы реальной профессиональной деятельности во время практик. При таком подходе обучение можно рассматривать как процесс приобретения и усвоения новых знаний и навыков, который представляет продолжительный цикл. Одной из стадий этого цикла является опыт, наряду с рефлексией, выводами и планом. Действительный опыт обучения может быть реактивным (когда что-то происходит с человеком спонтанно) и проактивным (когда человек намеренно стремится получить этот опыт) (Парслоу, 2003).

Процесс приобретения нового опыта происходит под влиянием прошлого опыта, и личного, и профессионального (какими эмоциями он был окрашен, как воспринимались ошибки, каких успехов достигал человек в прошлом опыте и т. д.).

Ошибки – специфический феномен, неизбежно возникающий в процессе выполнения любого действия и, казалось бы, препятствующий формированию опыта. Но в действительности все совсем наоборот. Переживание ошибок играет большую роль в формировании профессионального опыта. Через преодоление ошибок человек движется к профессиональному мастерству. Опыт не может возникнуть из знания одних только правил. Попытки исполнения действия в соответствии с правилами обязательно влекут за собой ошибки. Ошибка здесь – результат активности по освоению границ, пределов, внутри которых результат может считаться нормальным. В ошибках проявляется разница между вербальными формулировками и двигательным исполнением. Такого рода ошибки обязательны – они источник профессионального развития и трансформации опыта любого человека.

Переживание вины за совершенную ошибку становится базой для накопления опыта в течение длительного периода времени, а не просто после однократного исполнения. В нормальных условиях, в позитивном случае, социальный контроль является основой формирования профессионального опыта. Это происходит в следующей последовательности: ошибка – социальная оценка, критика – осознание способа выполнения – поиск нового – обучение – изучение пределов своих возможностей – совершенствование. Роль ближайшей трудовой группы заключается в контроле за исполнением, коррекции и реакциях, разборе ошибок. Группа наказывает индивида за совершенную ошибку, а индивид в результате этого стремится к вершинам профессионального мастерства (Стрелков, 2001).

Таким образом, мы рассмотрели подходы к изучению опыта в целом, выделили его структурные элементы и категории (личностный, профессиональный, регулятивный). Мы обозначили этапы приобретения профессионального опыта и отметили, что опыт оказывает большое влияние на процесс обучения. Опыт жизнедеятельности и профессиональный опыт тесно связаны, поскольку формируя профессиональный опыт, обучающийся опирается на свой личностный опыт. В свою очередь, особенности личностного опыта (какими эмоциями он был окрашен, как воспринимались ошибки, каких успехов достигал человек в прошлом опыте) будут определять особенности приобретения нового профессионального опыта. Учет данных закономерностей позволяет более целенаправленно, планомерно и эффективно организовывать практико-ориентированное обучение будущих профессионалов в стенах высших учебных заведений.

Литература

1. Воротыло Н. В., 2009. Особенности субъективного опыта переживания личностного кризиса старшими подростками: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М.
2. Зеер Э. Ф., 2004. Профориентология: Теория и практика / Э. Ф. Зеер, А. М. Павлова, Н. О. Садовникова. М. : Академический проект; Екатеринбург: Деловая книга.
3. Исмагилова Ф. С., 2000. Профессиональный опыт специалистов и управление им в условиях формирования рыночной экономики: Автореф. дисс. докт. психол. наук. М.

4. Истомина С. В., 2009. Роль регуляторного опыта в профессиональном самоопределении старшеклассников: Автореф. дисс. канд. психол. наук. М.
5. Калинкина И. В., 2007. Психосемантическая репрезентация психологических понятий в структуре субъективного опыта студентов педагогического вуза: Автореф. дисс. канд. психол. наук. Ярославль.
6. Маховская О. И., 2010. Коммуникативный опыт личности. М. : Изд-во «Институт психологии РАН».
7. Осницкий А.К., 2001. Структура, содержание и функции регуляторного опыта человека: Автореф. дисс. докт. психол. наук. М.
8. Парслоу Э., 2003. Коучинг в обучении: практические методы и техники / Э. Парслоу, М. Рэй. СПб. : Питер.
9. Плотникова М. Ю., 2008. Обогащение профессионального опыта студентов-психологов как условие становления профессионального самосознания: Автореф. дисс. канд. психол. наук. Иркутск.
10. Пузырева Л. А., 2006. Влияние когнитивного компонента субъективного опыта на индивидуальную семантику кризисных переживаний: Автореф. дисс. канд. психол. наук. Ярославль.
11. Стрелков Ю. К., 2001. Инженерная и профессиональная психология. М. : Издательский центр «Академия»; высшая школа.
12. Холодная М. А., 2002. Психология интеллекта. Парадоксы исследования. СПб. : Питер.
13. Якиманская И. С., 2000. Технология личностно-ориентированного обучения в современной школе. М. : Сентябрь.