

**Министерство образования и науки Российской Федерации**  
**Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение**  
**высшего профессионального образования**  
**«Поволжская государственная социально-гуманитарная академия»**

**Созерцание:**  
**диагностический инструментарий**

**(Тест преобладающего типа сознания.**  
**Диагностика склонности к созерцанию.**  
**Анкета «Созерцание»)**

*Методическая разработка*  
*к курсу «Психология сознания»*

Самара, 2015

УДК 159.9  
ББК 88  
С 57

Печатается по решению редакционно-издательского совета  
Поволжской государственной социально-гуманитарной академии

**Рецензенты:**

доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой общей психологии  
А.Ю. Агафонов (СГУ);  
кандидат психологических наук, доцент, зав. лабораторией  
новых информационных технологий в обучении Р.Ф. Ихсанов (ПГСГА)

**С 57 Созерцание: диагностический инструментарий**  
(Тест преобладающего типа сознания. Диагностика склонности к созерцанию. Анкета «Созерцание») : методическая разработка к курсу «Психология сознания» / Составители Г.В. Акопов, Т.В. Семенова. – Самара : ПГСГА, 2015. – 40 с.

В разработке представлены методики, позволяющие проводить эмпирические исследования по определению типов сознания («созерцательный», «деятельностный», «критический», «неопределенный») и типов созерцания («созерцательная лень», «созерцательный сон», «деятельностное созерцание»), а также выявлять дескрипторы созерцания как психического явления. Методики разработаны в методологическом поле социально-коммуникативной парадигмы психологии, определяющей сознание в качестве основной проблемы и предмета психологической науки и предлагающей двухфакторную теорию сознания, в логике которой традиционный для отечественной психологии «принцип единства сознания и деятельности» дополняется триадой «сознание – деятельность – созерцание», а созерцание рассматривается в качестве дополнительной к деятельности категории психологии.

Представленные в настоящем издании материалы размещены на сайте в разделе «Методические разработки» (СНЦПС, [www.sncps.ru](http://www.sncps.ru)).

Для бакалавров и магистров, изучающих курс «Психология сознания», а также аспирантов-психологов и преподавателей психологических дисциплин.

Издание осуществлено при поддержке РГНФ, проект № 12–06–00595.

УДК 159.9  
ББК 88

© Поволжская государственная  
социально-гуманитарная академия, 2015  
© Г.В. Акопов, Т.В. Семенова, сост., 2015

## СОДЕРЖАНИЕ

Введение .....	4
Тест преобладающего типа сознания (ТПТС) .....	6
Диагностика склонности к созерцанию (ДС) .....	17
Анкета «Созерцание» (АС) .....	22
Опыт апробации диагностического инструментария.....	31
Библиография .....	35
Электронный ресурс .....	37
<b>Приложение. Психология сознания:</b> социально-коммуникативная парадигма: Перечень учебно-методических материалов, подготовленных к изданию Самарским научным центром психологии сознания ( <a href="http://www.sncps.ru">www.sncps.ru</a> ) под общей редакцией Г.В. Аكوпова .....	38

## Введение

Существенные изменения в социальной жизни, связанные с переходом от постиндустриального к информационному обществу, привели к пересмотру не только образовательных стандартов, но и содержания учебных курсов. В психологической науке на авансцену вышли два взаимодополняющих понятия: субъект и сознание. В понятии «субъект» заложено активное начало личности, в понятии «сознание» отражено то, насколько она (личность) может вписаться в общий контекст или превзойти его в постоянно и быстро меняющейся окружающей действительности. В связи с тем, что категория сознания недостаточно представлена в традиционных и ряде новых отраслей и направлений психологии, назрела необходимость рассматривать расширенные варианты ранее существовавших учебных курсов и учебных дисциплин, вводя в них посредством соответствующего дополнительного содержания новый смысл, адекватный предметному полю, сопряженному с проблематикой сознания.

Серия методических изданий, посвященная вопросу сопряжения проблемы сознания в психологии с другими актуальными проблемами, включает как теоретические блоки («Созерцание как дополнительная к деятельности категория психологии», «Психология сознания: социально-коммуникативная парадигма», «Онтогенез сознания», «Психология сознания» для непсихологических специальностей и др.), так и практико-ориентированные блоки («Психология сознания: диагностический инструментарий (Тест преобладающего типа сознания. Диагностика склонности к созерцанию. Анкета “Созерцание”») и др.), а также блоки инновационных (компьютерных) технологий (сайт «Самарский научный центр психологии сознания», электронное учебное пособие к преподавательскому курсу «Психология сознания», электронная хрестоматия к курсу «Методологические основы психологии») и др.

В методической разработке «Психология сознания: диагностический инструментарий (Тест преобладающего типа сознания. Диагностика склонности к созерцанию. Анкета “Созерцание”»)» представлены авторские методики составителей, позволяющие проводить эмпирические исследования, посвященные изучению типов сознания («созерцательный», «деятельностный», «критический», «неопределенный»), типов созерцания («созерцательная лень», «созерцательный сон», «деятельностное созерцание»). Методики разработаны в методологическом

поле социально-коммуникативной парадигмы психологии, которая определяет сознание в качестве основной проблемы психологии как науки и предлагает логику двухфакторной теории сознания.

Каждый из факторов (контакт – свобода) может рассматриваться как имеющий три составляющих: *контакт* – его отсутствие или наличие (по критерию обратной связи); коммуникация (по критерию передачи определенного информационного содержания), смысловое общение; *свобода* – возможность выбора; творчество (определение, нахождение субъективно новых целей); созидание (конструирование объективно новых целей).

Каждый из факторов (контакт: отклик – информация – смысловое общение; свобода: выбор – творчество – созидание) рассматривается также в двух планах – внешнем и внутреннем.

Традиционный для отечественной психологии «принцип единства сознания и деятельности» дополняется триадой «сознание – деятельность – созерцание», в которой созерцание рассматривается в качестве дополнительной к деятельности категории психологии.

Представленные в методической разработке методики используются в учебном процессе факультета психологии ПГСГА для организации самостоятельных исследований по дисциплине «Психология сознания» по программам бакалавриата (направление «Психология»); по дисциплине «Психология сознания: социально-коммуникативная парадигма» – для магистратуры (направление «Социальная психология»).

# ТЕСТ ПРЕОБЛАДАЮЩЕГО ТИПА СОЗНАНИЯ (ТПТС)

© Г.В. Акопов, Т.В. Семенова, 2014

## Описание теста

В «Тесте преобладающего типа сознания» (ТПТС) идея дихотомии «созерцание – деятельность» позволяет выделять на эмпирическом уровне «созерцательный» (с преобладанием перцептивного созерцания), «деятельностный» (с преобладанием деятельности), «критический» (включающий и созерцание, и деятельность), «неопределенный» (становящийся, невыраженный) типы индивидуального сознания.

Тест состоит из трех частей: «созерцание», «деятельность», «альтернативный выбор».

Первая часть составлена в соответствии с процедурой ассоциативного эксперимента. Информантам предлагается 22 словосочетания, на которые необходимо не просто дать словесные ассоциации, а определить в условных баллах (от 1 до 5) «живость» вызываемых ощущений. Возможный спектр индивидуальной чувствительности представлен всеми основными модальностями восприятия (например, визуальная модальность представлена словосочетаниями *алая звезда*, *портрет Пушкина* и др., аудиальная – *лай собаки*, *шум дождя* и др., тактильная – *капли дождя на лице*, *прикосновение к снегу* и др., вкусовая – *вкус соли*, *вкус лимона* и др., ольфакторная – *запах сирени*, *запах душистого мыла* и др., кинестетическая – *качание на качелях*, *прощальный взмах руки* и др.). Кроме того, предлагается два варианта свободного выбора слов-стимулов по желанию респондента, которые он может ввести сам в дополнение к общему списку с целью отразить своеобразие своего типа чувствительности (это может быть, например, *мороженое* или *сигарета* – т.е. то, что человек любит и хорошо воспроизводит в тех или иных ощущениях).

Основной перечень слов-стимулов отбирался в пилотажных экспериментах так, чтобы исключить неприятные (*укол иглы*, например) или амбивалентные ощущения (*запах лука* и т.п.), чтобы максимально приблизить человека к созерцанию как состоянию неактивированного («управляемого») ощущения. В ранее проведенных эмпирических исследованиях созерцания [Акопов, Семенова, 2012] на основании индивидуальных письменных отчетов было выявлено, что созерцание представлено, в основном, в виде *чувств, ощущений, переживаний* и связа-

но с нейтральными эмоциями и состоянием *покоя*, что послужило основанием для соответствующего подбора слов-стимулов.

Во второй части теста в качестве стимульных словосочетаний предложены те или иные типы активности (деятельности), например, *петь, играть в компьютерные игры, гулять по улице* и др. В перечень из 22 видов активности включены приятные для большинства людей виды деятельности и не включены такие, которые могут вызвать неприятные ощущения и спровоцировать отказ (например, *мыть полы, сдавать экзамены* и пр.). Список может быть дополнен каждым респондентом самостоятельно – двумя вариантами своих видов предпочитаемой активности (например, *водить машину, вышивать крестиком* и пр.). Отношение к каждому из 24 видов активности (деятельности) информант выражает в условных баллах (от 1 до 5).

Третья часть теста моделирует ситуацию альтернативного выбора между «созерцанием» и «деятельностью» в одних и тех же обстоятельствах. Предлагается 22 варианта ситуаций, в каждой из которых респондент может выбрать «созерцательный» (пассивный) и / или «деятельностный» (активный) полюс своего возможного поведения. Например, *смотреть на костер (огонь)* и / или *разжигать костер, поддерживать горение (подкладывать поленья, разгребать угли палочкой, раздувать огонь...)*; *смотреть на закат* и / или *рисовать, фотографировать закат* и пр. Предоставляется возможность выбирать оба вида поведения (и активный, и пассивный), оценивая их вероятность в баллах (от 1 до 5). Кроме основного списка ситуаций сохранена возможность включения также двух индивидуальных случаев.

### **Инструкция для информанта**

Вашему вниманию представлены некоторые стимулы для субъективной оценки ваших, возможно, спонтанно и ассоциативно возникающих ощущений. Сядьте удобно, постарайтесь не отвлекаться, не разговаривать, прислушайтесь к «внутренним» проявлениям вашего уникального типа чувствительности. Не торопитесь, не волнуйтесь, ошибочных ответов быть не может, может быть лишь разумная степень вашей искренности, доброжелательности, заинтересованности и радости соучастия в исследовательском процессе изучения актов самопознания и саморазвития личности.

Спасибо!

## Тест преобладающего типа сознания. Часть 1

ЧАСТЬ 1. Перцептивное созерцание. Живость ощущений.							
(0 – нет ощущений, 1 – очень слабое, 2 – слабое, 3 – довольно живое, 4 – живое, 5 – очень живое).							
Отметьте любым способом (подчеркните, зачеркните, обведите в кружочек и т.п.) в каждой строчке цифры, соответствующие степени выраженности ваших ассоциативных ощущений.							
№	Стимулы С1	Живость ощущений, баллы					
1	Алая гвоздика	0	1	2	3	4	5
2	Портрет Пушкина	0	1	2	3	4	5
3	Апельсин	0	1	2	3	4	5
4	Цветущая яблоня	0	1	2	3	4	5
5	Собачий лай	0	1	2	3	4	5
6	Шорох листвы в осеннем парке	0	1	2	3	4	5
7	Любимая мелодия	0	1	2	3	4	5
8	Шум дождя	0	1	2	3	4	5
9	Прикосновение к мягкой игрушке	0	1	2	3	4	5
10	Прикосновение к снегу	0	1	2	3	4	5
11	Капли дождя на лице	0	1	2	3	4	5
12	Пожатие руки	0	1	2	3	4	5
13	Запах сирени	0	1	2	3	4	5
14	Запах свежескошенной травы	0	1	2	3	4	5
15	Запах душистого мыла	0	1	2	3	4	5
16	Вкус соли	0	1	2	3	4	5
17	Вкус лимона	0	1	2	3	4	5
18	Вкус земляники	0	1	2	3	4	5
19	Вкус кофе	0	1	2	3	4	5
20	Плавание	0	1	2	3	4	5
21	Качание на качелях	0	1	2	3	4	5
22	Прощальный взмах руки	0	1	2	3	4	5
23	Ваш вариант (что вы можете представить себе в виде ярких, живых ощущений) _____	0	1	2	3	4	5
24	Еще один ваш вариант _____	0	1	2	3	4	5



## Тест преобладающего типа сознания. Часть 2

ЧАСТЬ 2. Деятельность (активность). Отношение к деятельности (предпочтительность, возможное желание ею заняться в данный момент или в ближайшее время).							
(0 – нет никакого отношения, 1 – немного хочется, 2 – хочется, 3 – довольно сильно хочется, 4 – очень хочется, 5 – наиболее предпочтительный тип деятельности).							
Отметьте любым способом (подчеркните, зачеркните, обведите в кружочек и т.п.) в каждой строчке цифры, соответствующие вашему отношению к возможной деятельности.							
№	Типы деятельности (род занятий) Д1	Отношение к деятельности, баллы					
1	Гулять на улице	0	1	2	3	4	5
2	Бегать, прыгать, делать зарядку	0	1	2	3	4	5
3	Играть в подвижные игры	0	1	2	3	4	5
4	Играть в настольные игры	0	1	2	3	4	5
5	Готовить еду	0	1	2	3	4	5
6	Шить, чинить одежду	0	1	2	3	4	5
7	Играть в шахматы	0	1	2	3	4	5
8	Отгадывать кроссворды	0	1	2	3	4	5
9	Читать книги	0	1	2	3	4	5
10	Играть в компьютерные игры	0	1	2	3	4	5
11	Ходить по магазинам (шопинг)	0	1	2	3	4	5
12	Рисовать	0	1	2	3	4	5
13	Петь	0	1	2	3	4	5
14	Танцевать	0	1	2	3	4	5
15	Ходить в гости	0	1	2	3	4	5
16	Мастерить поделки, сувениры	0	1	2	3	4	5
17	Болтать по телефону	0	1	2	3	4	5
18	Коллекционировать чего-либо	0	1	2	3	4	5
19	Выезжать на природу (рыбалка, пикник)	0	1	2	3	4	5
20	Работать на даче	0	1	2	3	4	5
21	Играть с детьми	0	1	2	3	4	5
22	Управлять автотранспортом	0	1	2	3	4	5
23	Ваш вариант активности (что вы любите, умеете, можете делать)	0	1	2	3	4	5
24	Еще один ваш вариант	0	1	2	3	4	5

## Тест преобладающего типа сознания. Часть 3

<b>ЧАСТЬ 3. Альтернативный выбор.</b>			
В каждой из предлагаемых ситуаций необходимо выбрать один из двух полюсов: что вам более свойственно в той или иной ситуации, «пассивность» или «активность» (можете выбрать и то, и другое), указав, в какой степени это выражено.			
<b>№</b>	<b>Пассивность (созерцательность) С2</b>	<b>Степень выраженности, баллы</b>	<b>Активность (деятельность) Д2</b>
1	Смотреть на закат	54321012345	Рисовать, фотографировать закат
2	Смотреть на костер (огонь)	54321012345	Разжигать костер, поддерживать горение (подкладывать поленья, разгребать угли палочкой, раздувать огонь)
3	Смотреть на волны моря	54321012345	Входить в воду, качаться на волнах, плавать, плескаться, купаться
4	Спокойно плавать, лежать на поверхности воды	54321012345	Нырять, брызгаться, прыгать в воду, играть в мяч
5	Восхищаться лужайкой с полевыми цветами (одуванчиками) или лесными ягодами	54321012345	Собирать букет полевых цветов, собирать ягоды, плести венок из одуванчиков
6	Наблюдать за чем-либо	54321012345	Участвовать в чем-либо
7	Рассматривать грибы в лесу, пеньки, коряги, восхищаться деревьями, рассматривать листья, плоды, замечать жучков, паучков и пр.	54321012345	Собирать грибы, подбирать коряги, шишки, веточки, собирать гербарий, ловить бабочек, собирать жучков, собирать шишки, желуди и пр.
8	Загорать на пляже (лежать на солнышке)	54321012345	Загорать «подвижно», совмещая удовольствие с прополкой грядок, пешеходной экскурсией, турпоходом и пр.

9	Слушать любимую песню	54321012345	Подпевать любимому певцу
10	Слушать приятную ритмичную мелодию	54321012345	Подыгрывать, постукивать, похлопывать
11	Смотреть на дождь в окно	54321012345	Гулять под дождем, шлепать по лужам, пускать кораблики в ручейках
12	Смотреть на белый, чистый, только что выпавший снег	54321012345	Ходить по свежесвыпавшему снегу, лепить снеговика, играть в снежки
13	Смотреть на танцующих	54321012345	Подтанцовывать, танцевать
14	Лежать с котом (собакой, морской свинкой, хомячком) в обнимку на диване	54321012345	Играть с животным
15	Смотреть на рыбок в аквариуме (морских свинок, птичек в клетке и пр.)	54321012345	Разводить рыбок, ухаживать за птичками, хомячком или какими-либо животными
16	Следить за любимым видом спорта (через газеты, радио, телевизор, Интернет и пр.)	54321012345	Кататься на лыжах, коньках, играть в волейбол, футбол и пр.
17	Рассматривать сувениры (поделки) в магазине	54321012345	Мастерить, делать что-то своими руками
18	Накрывать на стол (расставлять фужеры, украшать стол цветами, салфетками и пр.)	54321012345	Готовить еду
19	Смотреть на играющих во что-либо людей	54321012345	Играть во что-либо самому
20	Смотреть телепередачи молча (фильмы, новости, дебаты, реалити-шоу)	54321012345	Обсуждать увиденное с друзьями, коллегами, родственниками
21	Ехать в автомобиле пассажиром	54321012345	Вести машину
22	Помнить и обдумывать сны	54321012345	Забывать сны, не придавать им значения

23	Предложите свой вариант: «пассивное» поведение в ситуации (опишите, что вы имеете в виду)	54321012345	Предложите свой вариант: «активное» поведение в ситуации (опишите, что вы имеете в виду)
24	Еще один ваш вариант	54321012345	Еще один ваш вариант
Пол__ Возраст__ Род деятельности _____ Дата _____ Этническая принадлежность _____ СПАСИБО!			

### Обработка данных

Баллы суммируются по каждой части теста отдельно, в третьей части (в ситуации альтернативного выбора) баллы суммируются с учетом полюсов активности / пассивности. Таким образом, каждый респондент «набирает баллы» по созерцанию и деятельности сначала «по отдельности», затем «одновременно» – в ситуации выбора (табл. 4).

Подсчитывается общий суммарный балл «созерцательности» по формуле  $C = C1 + C2$ , где  $C1$  – сумма баллов за созерцание из первой части теста («созерцание»),  $C2$  – сумма баллов за созерцание из пассивного полюса третьей части теста, и сумма баллов за деятельность  $D = D1 + D2$ , где  $D1$  – сумма баллов за деятельность из второй части теста («деятельность»),  $D2$  – сумма баллов за деятельность из активного полюса третьей части теста. Кроме того, вычисляются средние значения балльной оценки по каждой части ( $C1_{cp}$ ,  $D1_{cp}$ ,  $C2_{cp}$ ,  $D2_{cp}$ ), значения в пределах 0–1 считаются низкими, 2–3 – средними, 4–5 – высокими.

На основе пилотажных эмпирических данных (33 студента факультета психологии) и теоретических обоснований видов созерцания [Акопов, 2011] выявлены основные преобладающие типы сознания:

1) созерцательный тип сознания ( $C > D$ ) с преобладанием созерцательности над деятельностной активностью;

2) деятельностный тип сознания ( $C < D$ ) с преобладанием деятельностной активности над созерцательностью;

3) критический тип сознания ( $C = D$ ) с созерцательностью и деятельностной активностью, имеющими равную степень значимости;

4) неопределенный тип сознания (значения  $C$  и  $D$  недостоверны) с преобладанием ошибок, пропусков, неоправданно низкого (0–1 балл) или недифференцированно высокого (все оценки 5 баллов) уровней балльной оценки, что может быть связано с низкой мотивацией, безответственностью, невнимательностью, неуверенностью и неспособностью выразить нюансы индивидуальных проявлений сознания.

В созерцательном типе сознания были выделены три подтипа, соответствующие трем типам созерцания:

1.1) созерцательная лень ( $C_л$ , при условии  $C_1 > D_1$ ;  $C_2 > D_2$ ) с преобладанием гармоничности, определенности и непротиворечивости в выражении собственного мнения;

1.2) созерцательный сон ( $C_с$ , при условиях  $C_1 > D_1$ ;  $C_2 = D_2$  или  $C_1 = D_1$ ;  $C_2 > D_2$ ) с преобладанием сомнений, неопределенностей;

1.3) созерцательная активность ( $C_а$ , при условиях  $C_1 > D_1$ ;  $C_2 < D_2$  или  $C_1 < D_1$ ;  $C_2 > D_2$ ) с преобладанием противоречий, не выходящих за рамки созерцания, но и не приводящих однозначно к преобладанию деятельности.

Типы созерцания связаны также с особенностями проявлений индивидуального сознания на примере сравнения созерцания и лени. Г.В. Акоповым была предложена плодотворная идея искать аналогии в сфере поэтического сознания на примере творчества трех поэтов: А.С. Пушкина, М.Ю. Лермонтова и Д.Г. Байрона. Различия типов поэтического созерцания (сопровождающего поэтическую деятельность) проявляются в особенностях творчества поэтов, соизмеримых по уровню развития психики и значимости для культуры в целом. Созерцательная лень – это преобладающее состояние Пушкина, уход от действительности, нежелание действий, отказ от какой-либо активности, для того чтобы войти в мир грез и насладиться им. Созерцательный сон – это преобладающее состояние Лермонтова, уход от внутренних про-

творечий, желание погрузиться в мечту, «забыться в райском сне». «Созерцательная активность» (или «деятельностное созерцание») – это романтизм Байрона, желание действовать в согласии со своей волей, но не собственно деятельность. Теоретические логические конструкты, найденные интуитивно, на данном, теоретико-эмпирическом, этапе исследований нашли свое операциональное выражение.

*Таблица 4*

**ТШТС. Преобладающие типы сознания**

<b>Тип сознания</b>	<b>Критерий отнесения к типу сознания</b>	<b>Комментарий</b>
Созерцательный (С)	$C > Д$	Тип созерцания
	$C1 > Д1, C2 > Д2$	1.1. Созерцательная лень (Сл) – гармоничность, определенность
	$C1 > Д1, C2 = Д2$ $C1 = Д1, C2 > Д2$	1.2. Созерцательный сон (Сс) – сомнения, неопределенность
	$C1 > Д1, C2 < Д2$ $C1 < Д1, C2 > Д2$	1.3. Созерцательная активность (Са) – деятельностное созерцание
Деятельностный (Д)	$C < Д$	
Критический (К)	$C = Д$	
Неопределенный (Н)	Низкий уровень (0–1 балл). Недифференцированно высокий уровень (все 5 баллов)	

Таблица 5

## ТПТС. Пример обработки данных. Выборка №1 (33 человека)

№	Пол	Возраст	С1	Д1	С2	Д2	С = С1 + С2	Д = Д1 + Д2	С * Д	С1 * Д1	С2 * Д2	Тип со- знания: С (Сл, Сс, Са); Д; К; Н
1	ж	18	94	56	65	60	159	116	С > Д	С1 > Д1	С2 > Д2	С (Сл)
7	ж	23	69	47	69	64	138	111	С > Д	С1 > Д1	С2 > Д2	С (Сл)
18	ж	25	82	68	57	53	139	121	С > Д	С1 > Д1	С2 > Д2	С (Сл)
2	ж	20	69	53	39	40	108	93	С > Д	С1 > Д1	С2 = Д2	С (Сс)
5	ж	19	85	74	57	57	142	131	С > Д	С1 > Д1	С2 = Д2	С (Сс)
6	ж	21	75	57	78	76	153	133	С > Д	С1 > Д1	С2 = Д2	С (Сс)
10	ж	20	57	56	89	84	146	140	С > Д	С1 = Д1	С2 > Д2	С (Сс)
3	ж	20	97	74	50	54	147	128	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
13	ж	20	84	42	19	42	103	84	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
14	ж	20	75	42	42	52	117	94	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
15	ж	20	82	32	24	30	106	62	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
16	ж	22	115	72	65	85	180	157	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
17	ж	22	115	34	51	66	166	100	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
25	ж	19	100	43	22	58	122	101	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
26	ж	20	91	27	35	65	126	92	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
27	ж	19	100	74	53	60	153	132	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
28	ж	20	59	47	55	62	114	109	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
29	ж	26	79	63	85	94	164	157	С > Д	С1 > Д1	С2 < Д2	С (Са)
8	ж	24	40	68	63	61	103	129	С < Д			Д
19	м	19	71	52	17	51	88	103	С < Д			Д
23	ж	19	85	76	56	69	141	145	С < Д			Д
30	ж	24	87	54	30	78	117	132	С < Д			Д
31	ж	25	62	62	16	30	78	92	С < Д			Д
32	м	26	56	54	27	47	83	101	С < Д			Д
33	м	22	40	42	15	56	55	98	С < Д			Д
9	ж	26	74	57	50	65	124	122	С = Д			К
21	ж	20	93	80	46	60	139	140	С = Д			К
22	ж	18	81	58	37	58	118	116	С = Д			К
24	ж	20	92	80	32	46	124	126	С = Д			К
4	ж	18	85	85	75	45	160	130	С > Д			Н
11	м	20	59	37	5	14	64	51	С > Д			Н
12	ж	19	70	49	19	32	89	81	С > Д			Н
20	м	18	87	75	41	50	128	125	С > Д			Н

## ТПТС. Итоги (выборка №1)

Тип сознания	Комментарий	Частота (количество человек/ процент)
1. Созерцательный	Тип созерцания	18/ 55%
	1.1. Созерцательная лень (Сл) – гармоничность, определенность	3/ 9%
	1.2. Созерцательный сон (Сс) – сомнения, неопределенность	4/ 12%
	1.3. Деятельностное созерцание (Са) – созерцательная активность	11/ 34%
2. Деятельностный		7/ 21%
3. Критический		4/ 12%
4. Неопределенный		4/ 12%



# ДИАГНОСТИКА СКЛОННОСТИ К СОЗЕРЦАНИЮ (ДС)

© Г.В. Акопов, Т.В. Семенова, 2014

## Описание методики

Феномен созерцания мало изучен, есть множество вопросов, на которые мы не знаем ответов: как много современных людей испытывают состояние созерцания, имеет ли этот феномен отношение к возрасту, что предшествует состоянию созерцания и т.д.

Результаты исследований по апробированию инструментария позволяют предположить, что есть люди, более склонные к созерцанию, и есть менее к нему расположенные. Есть и такие, которым оно не свойственно. Можно подойти к рассмотрению созерцания как личностной черты или «черты характера», и тогда назвать ее «созерцательностью». С чем же она связана? Созерцательность в большей степени свойственна людям с развитой интуицией, она более характерна для интровертов, чем для экстравертов. Созерцание выступает дополнением к деятельности категорией психологии [Акопов, 2010]. Переходя от деятельности к созерцанию, человек отказывается от активности, но это не всегда связано с ленью. Созерцание и лень различаются разной направленностью, а именно желанием отказаться от чего-то неприятного, непосильного, ответственного (в случае лени) или желанием быть вовлеченным во что-то приятное, притягательное, интересное (в случае созерцания). При опросах людей, проживающих в городе и в сельской местности, выяснилось, что созерцательность – в большей мере городская черта, чем сельская. Есть эмпирические данные, подтверждающие предположение, что созерцательность противостоит трудоголизму (в выборке 27 чел.), что созерцателей можно найти среди постоянных посетителей книжных магазинов (в выборке 22 чел.) и т.д.

В методике ДС в задачу информанта входит завершить предложение, написав в бланк ответов недостающие слова (например, дружба – это ... , работа – это ... и т.д.). Первоначальный вариант методики<sup>1</sup> позволял относить информантов либо к «созерцателям», либо к «деятелям». Более дифференцированно-содержательная интерпретация дан-

---

<sup>1</sup> Проективная методика «Завершение суждения» [Электронный ресурс]: [http://azps.ru/tests/kit/zaversh\\_as.html](http://azps.ru/tests/kit/zaversh_as.html). (Дата обращения – 22.07.2010).

ных позволяет всю группу «созерцателей» делить на более мелкие подгруппы «созерцателей» разного типа.

### Инструкция для информанта

Завершите, пожалуйста, суждение какой-либо фразой. Попробуйте в нескольких словах охарактеризовать каждое понятие: чем оно является в вашей жизни, что для вас в нем самое важное. Время не ограничивается, однако старайтесь работать в темпе, долго не размышляя. Постарайтесь хоть как-нибудь завершить каждое суждение.

*Таблица 7*

#### Диагностика склонности к созерцанию. Бланк для информанта

ДЛЯ МЕНЯ	
1	Счастье – это _____ _____
2	Любовь – это _____ _____
3	Добро – это _____ _____
4	Красота – это _____ _____
5	Дружба – это _____ _____
6	Увлечение – это _____ _____
7	Истина – это _____ _____
8	Благодарность – это _____ _____
9	Справедливость – это _____ _____

10	Изобилие – это _____ _____
11	Отдых – это _____ _____
12	Работа – это _____ _____
13	Учеба – это _____ _____
14	Безопасность – это _____ _____
15	Интерес – это _____ _____
16	Мечта – это _____ _____
17	Общение – это _____ _____
18	Жизнь – это _____ _____
19	Игра – это _____ _____
20	Порядок – это _____ _____
Пол _____ Возраст _____ Род деятельности _____ Этническая принадлежность _____ Дата _____ <b>СПАСИБО!</b>	

## Обработка данных

Каждую из двадцати фраз нужно проанализировать следующим образом. Если в ней присутствуют явные указания на активные преобразовательные действия, достижение конкретных целей, то ставится два балла. Если нет явного обозначения преобразовательных действий, достижения конкретных целей, но присутствуют глаголы (и при этом понятно, что действия совершает сам автор), то ставится один балл. (Обратите внимание, что в двухбалльных ответах также могут присутствовать глаголы.) Во всех иных случаях за ответ ставится ноль баллов.

Следует побуждать испытуемого закончить все двадцать суждений. В том случае, если суждение не закончено, за ответ также присваивается ноль баллов.

Баллы суммируются. Максимально возможный балл – 40.

### *Примеры оценок ответов.*

Любовь – это когда тебя понимают (0 баллов).

Любовь – это забота о любимом (0 баллов).

Любовь – это значит заботиться (1 балл; присутствует задача «постоянно заботиться», но нет конечной цели).

Любовь – это стремиться к взаимному счастью (2 балла).

Учеба – это скучные лекции (0 баллов).

Учеба – это значит много читать и много запоминать (1 балл).

Учеба – это путь к успешной карьере (2 балла; явно присутствует цель – «стать специалистом»).

### *Интерпретация результатов*

0–10 баллов. Склонность к созерцательному образу жизни. Преобладает мотивация избегания неудач. В качестве оправдания своей бездеятельности человек может придумывать множество отговорок. Основным источником удовольствия – новые впечатления. Такого человека сложно заразить какой-то идеей, однако сравнительно легко убедить, что он должен делать что-то, «потому что должен». Предпочитает коллективную ответственность.

В том числе:

– 0–3 балла. Гармоничный, непротиворечивый созерцатель («созерцательная лень»; отказывается от деятельности, чтобы получать удовольствие в гармонии с самим собой);

– 4–7 баллов. Сомневающийся созерцатель («созерцательный сон»; отказывается от деятельности, чтобы уйти от проблем и противоречий);

– 8–10 баллов. Активный созерцатель («созерцательная активность»), отказывается от реальной деятельности, но не исключает своей умозрительной активности, возможно, мечтает о ней; демагог: высказывает мнение об активности, но не указывает, что участвует в деятельности сам).

11–26 баллов. Критический тип сознания: в некоторых сферах преобладает созерцательная позиция, в некоторых – деятельностная.

27–40 баллов. Склонность к деятельностному, активному образу жизни. Преобладает мотивация достижения успеха. Любит ставить перед собой цели и добиваться их. Активно ищет средства для достижения целей. В случае неудачи делает выводы на будущее. Любит работу, где отчетливо виден конечный результат. Занимается самообразованием. Основной источник удовольствий – достижения и преобразования.

# АНКЕТА «СОЗЕРЦАНИЕ» (АС)

© Г.В. Акопов, Т.В. Семенова, 2014

## Описание методики

Анкета «Созерцание» содержит ряд наводящих вопросов разного плана, предполагающих актуализацию размышлений, воспоминаний, спонтанных ассоциаций, сравнений, примеров из личного опыта или опыта других людей и т.д., направленных на выявление уровня созерцания. Содержательная обработка данных в сопоставительных исследованиях по группам позволяет анализировать явление в целом и находить в нем признаки «общего» и «особенного» [Акопов, Семенова, 2012]. Были выделены «дескрипторы созерцания» (смысловые понятия, высокочастотные слова), список которых продолжает уточняться [Семенова, 2012]. Обнаружены достоверные различия по ряду описательных характеристик в различных возрастных группах.

## Обработка данных

Анализируется весь текст анкеты (методом выявления смысловых единиц), выявляются дескрипторы (высокочастотные слова и словосочетания), которые разбиваются на группы, и частота их встречаемости.

## Дескрипторы созерцания<sup>2</sup>

### 1. Общие дескрипторы:

Наблюдение (14/19).

Спокойствие (25/32).

Отрешенность (13/7).

Расслабление (13/8).

Задумчивость (44/36).

Изоляция (12/8).

Одиночество (21/20).

Интерес (7/15).

Умиротворение (19/5).

Насыщенность жизнью (25/8).

Мысли (21/13).

---

<sup>2</sup> В скобках указана частота встречаемости дескриптора в зрелой и молодой группах соответственно.

Отсутствие мыслей (8/4).  
Медитация (6/6).  
Отвлечение от проблем (2/1).  
Стресс (7/3).  
Усталость (3/0).  
Кайф (3/0).  
Любование (4/2).  
Дети (1/0).  
Музыка (3/1).  
Города (1/3).  
Картины (1/2).  
Чувственность.  
Чувствуешь (3/3).  
Чувство (14/19).  
Интуиция (1/3).

## **2. Определение феномена созерцания:**

Отрешенность (13/7).  
Умиротворение (19/5).  
Мысли (21/13).  
Отсутствие мыслей (8/4).  
Отвлечение от проблем (2/1).  
Наслаждение (1/4).  
Интуиция (3/1).  
Чувственность (3/2).

## **3. Дескрипторы причины состояния созерцания («чем вызвано»):**

Изоляция (12/8).  
Одиночество (21/20).  
Насыщенность жизни (25/8).  
Интерес (7/15).  
Стресс (7/3).  
Усталость (3/0).  
Безразличие (2/1).

## **4. Дескрипторы объектов созерцания:**

Вода (7/3).  
Огонь (2/3).  
Листья (2/0).  
Машины (1/0).

Деревья (4/0).  
Природа (6/3).  
Красота (10/3).  
Все, что окружает (4/0).  
Снег (2/1).  
Предмет (10/2).  
Явление (6/4).  
Музыка (3/1).  
Города (3/1).  
Картины (2/1).

#### **5. Дескрипторы состояния созерцания:**

Спокойствие (25/32).  
Расслабление (13/8).  
Задумчивость (44/36).  
Медитация (6/6).  
Гармония (18/13).  
Ностальгия (1/1).  
Кайф (3/0).  
Транс (0/1).  
Безразличие (2/1).

#### **6. Дескрипторы чувств и эмоций:**

Удовлетворение (4/6).  
Радость (17/12).  
Грусть (8/2).  
Восторг (6/8).  
Эмоции (0/1).  
Чувство (19/14).

#### **7. Дескрипторы действий в состоянии созерцания:**

Наблюдать (14/19).  
Любоваться (4/2).  
Удивляться (5/4).  
Чувствовать (3/3).  
Любопытствовать (1/2).

Возможны исследования, в которых созерцание сравнивается с другими необычными состояниями сознания, например, с интуицией.



## Дескрипторы интуиции

### 1. Общие дескрипторы:

Решение (37).

Действие, поступок (37).

Описание ситуаций (28).

Предчувствие (21).

Выбор (15).

Прошлый опыт (12).

Предвидение (11).

Отсутствие сомнений, уверенность в правильности или правоте (11).

Подсказка (9).

Сомнение (9).

Подсознание (9).

Предостережение, прогнозирование, предположение (9).

Проблема, задача, затруднение (6).

Чувство (6).

Выход, вывод (4).

### 2. Определение феномена интуиции:

Предчувствие (21).

Предвидение (11).

Отсутствие сомнений, уверенность в правильности или правоте (11).

Предостережение, прогнозирование, предположение (9).

Подсказка (9).

Сомнение (9).

### 3. Дескрипторы причины состояния интуиции («чем вызвано»):

Необходимость найти решение (37).

Творческие способности, особая чувствительность (20).

Психологические особенности человека (13).

Прошлый опыт (12).

Проблема, задача, затруднение (6).

Ограниченность во времени (3).

### 4. Дескрипторы объектов (ситуаций) интуиции:

Решение (37).

Действие, поступок (37).

Описание ситуаций (28).

Выбор (15).

Проблема, задача, затруднение (6).

Выход, вывод (4).

### **5. Дескрипторы состояний (ощущений) интуиции:**

Радость (14).

Страх, смятение, беспокойство (12).

Волнение (11).

Отсутствие сомнений, уверенность в правильности или правоте (11).

Тревожность (10).

Сомнение (9).

Колебание, нерешительность (7).

Учащенное сердцебиение, сердце (7).

Чувство (6).

Уверенность (3).

Внутренний голос (3).

### **6. Дескрипторы чувств и эмоций:**

Радость (14).

Страх, смятение, беспокойство (12).

Тревога (10).

### **7. Дескрипторы действий в состоянии интуиции:**

Действие, поступок (37).

Принятие решений (37).

### **Сходство созерцания и интуиции:**

– чувствование без мышления;

– оба состояния приносят пользу;

– они врожденны и развиваемы;

– связаны в той или иной степени с творчеством;

– присутствуют в повседневной жизни людей;

– несмотря на свою необычность, отмечаемую респондентами, знакомы многим и поддаются словесному описанию.

### **Различия созерцания и интуиции:**

– дескрипторов созерцания в численном выражении гораздо меньше, чем дескрипторов интуиции;

– сведений о созерцании по объему меньше и они собираются труднее (при исследовании созерцания регистрируется порядка трети

отказов от исследования, в заполняемых анкетах пустых мест гораздо больше, чем в исследованиях интуиции);

- состояние созерцания информантам менее знакомо, чем состояние интуиции;

- в созерцании больше позитива, интуиция связана и с позитивом, и с негативом;

- созерцание обозначает присутствие в настоящем, интуиция предупреждает о будущем;

- созерцание более протяженно, интуиция краткосрочна;

- от созерцания не ждут перемен, после него ничего особенного не происходит, а после интуиции многое меняется: люди делают выводы, меняют ход мыслей, ждут перемен, совершают действия;

- созерцание ведет к пассивности, интуиция – к действиям, к изменению активности, мобилизации или осторожности;

- созерцание связано с расслаблением, интуиция – с напряжением, расслабление приходит после интуитивного состояния;

- созерцание в большей степени связано с чувствами и ощущениями, а интуиция – с действиями;

- созерцание в большей степени, чем интуиция, сопоставимо с задумчивостью;

- созерцанию в большей степени способствует одиночество, а интуиции – жизнь, наполненная событиями.

Большинство респондентов считают возможным и необходимым развитие способности к интуиции и созерцанию ввиду их чрезвычайной полезности и применимости для решения практических, творческих и бытовых задач, а также для регуляции других состояний, разрешения внутриличностных конфликтов и поиска выхода из затруднительных жизненных ситуаций.

### **Инструкция для информанта**

Будьте добры, поделитесь своими рассуждениями по поводу одного из интереснейших состояний сознания. Ваши сведения имеют научную ценность, а Вам процедура опроса, наверняка, принесет удовольствие самопознания и личностного роста!

Спасибо!

## Бланк для информанта

1	Испытывали ли Вы состояние созерцания? _____
2	Если да, то как Вы могли бы описать это состояние? _____ _____
3	Как Вы думаете, чем может быть вызвано это состояние? _____ _____
4	Какие переживания (ощущения) у Вас возникают при созерцании? _____ _____
5	Как долго это состояние длится? _____
6	Не отвлекают ли Вас сейчас другие мысли? _____
7	С какими другими состояниями, известными Вам, сопоставимо состояние созерцания? На что оно похоже? Поясните. _____ _____
8	Можно ли созерцать самого себя? Если да, то в чем заключается особенность самосозерцания? Есть ли у вас такой опыт? Если нет, то почему? _____ _____
9	Можно ли созерцать «в контакте» (совместно) с кем-то? Есть ли у Вас личный опыт? Поясните. _____ _____

10	<p>Можно ли созерцать других людей? Кого? Когда? Есть ли у Вас такой опыт? Поясните.</p> <hr/> <hr/>
11	<p>Можно ли созерцать что-то страшное, неприятное? Если да, то что и при каких обстоятельствах? Если нет, то почему? Были ли Вы в подобной ситуации? Поясните.</p> <hr/> <hr/>
12	<p>Как соотносятся созерцание и лень? Что они имеют общего? В чем их различие? Поясните.</p> <hr/> <hr/>
13	<p>Вам нравится то, что Вы делаете сейчас?</p> <hr/>
14	<p>Можно ли вызвать состояние созерцания по своему желанию? Как? Что этому способствует?</p> <hr/> <hr/>
15	<p>Вам кто-нибудь или что-нибудь мешает сейчас?</p> <hr/>
16	<p>Что больше, на Ваш взгляд, способствует созерцанию – одиночество, изоляция от окружающих людей или жизнь, насыщенная событиями, впечатлениями?</p> <hr/> <hr/>
17	<p>Что Вы делаете после переживания созерцания?</p> <hr/> <hr/>

18	<p>Связано ли созерцание с творческими способностями человека, с талантом, с гениальностью? Как?</p> <hr/> <hr/>
19	<p>Хотелось бы Вам вновь переживать (ощущать) состояние созерцания? Как часто? Почему?</p> <hr/> <hr/> <hr/>
20	<p>Вы получаете удовлетворение от этого исследования?</p> <hr/>
21	<p>Можно ли развивать способности к созерцанию, или они врожденны? Если развиваемы, то как их развивать?</p> <hr/> <hr/>
22	<p>К каким последствиям приводит созерцание? Приносит оно пользу или вред? Как Вы используете опыт созерцания?</p> <hr/> <hr/>
23	<p>Какой еще вопрос Вы могли бы предложить? Опишите Ваше впечатление.</p> <hr/> <hr/>
<p>Пол _____ Возраст _____ Род занятий _____  Этническая принадлежность _____ Дата _____  <b>СПАСИБО!</b></p>	

## ОПЫТ АПРОБАЦИИ ДИАГНОСТИЧЕСКОГО ИНСТРУМЕНТАРИЯ

Психологический подход к проблеме диагностики созерцания позволяет разрабатывать алгоритмы разнообразных форм опросов людей и по психологическим критериям относить информантов к тем или иным группам. На основании теоретических конструктов разработаны и проходят эмпирическую апробацию три новые методики: «Тест преобладающего типа сознания» (ТПТС), «Диагностика склонности к созерцанию» (ДС) и анкета «Созерцание» (АС).

В исследованиях, позволяющих сделать вывод об эффективности методики «Тест преобладающего типа сознания (ТПТС)», приняли участие 172 респондента.

Эмпирический материал, полученный на примере студенческой выборки (20 чел.), позволил наметить процентное соотношение выявленных типов сознания:

- «созерцательный тип сознания» – 55%, в том числе «созерцательная лень» – 9%, «созерцательный сон» – 12%, «созерцательная активность» – 34%;
- «деятельностный тип сознания» – 21%;
- «критический» – 12%;
- «неопределенный» – 12%.

Удалось выявить различия в молодежных группах, живущих в городе (20 чел., г. Самара) и в сельской местности (20 чел., поселок Алексеевка Самарской области). Оказалось, что в городе «созерцателей» больше.

В работе О.В. Смирновой в качестве респондентов выступили студенты факультета психологии (ФП, 28 чел.) и студенты факультета художественного образования (ФХО, 24 чел.). Тест преобладающего типа сознания дал следующие результаты (ФП/ФХО соответственно, в процентах): созерцательный тип сознания – 72/61 (в том числе созерцательная лень – 43/35, созерцательный сон – 4/0, созерцательная активность – 25/26); деятельностный тип сознания – 28/39. Преобладающим типом сознания у студентов-психологов является подтип созерцательного сознания – созерцательная лень, а у студентов ФХО – деятельностный тип.

В исследованиях Л.Е. Кретовой с помощью методики ТПТС изучалось сознание девиантных подростков (30 чел. 11–14 лет). Установлено, что у подростков преобладает деятельностный тип сознания (57%), далее по мере убывания находятся созерцательный (23%) и критический типы сознания (20%). Обнаружены следующие достоверные корреляционные связи: деятельностный и критический типы сознания коррелируют с общительностью (методика «Комплексная психологическая диагностика общения», авторы Г.В. Акопов, Т.В. Семенова). Также обнаружено, что:

– созерцательный тип достоверно связан с когнитивной и объектной направленностью общения; коррелирует с консолидирующим и конвенциональным стилями общения;

– деятельностный тип сознания значимо связан с когнитивной, эгоцентрической и аффективной направленностью общения; коррелирует с директивным стилем общения;

– критический тип сознания коррелирует с когнитивной и альтруистической направленностью общения; так же, как и созерцательный тип коррелирует с консолидирующим и конвенциональным стилями общения;

– ни один из типов сознания не коррелирует с организационной направленностью общения (это отражает то обстоятельство, что организованность не свойственна этому возрасту, девиантам тем более).

В проективной методике «Диагностика склонности к созерцанию (ДС)» в задачу информанта входит завершить предложение, дописав в бланк ответов недостающие слова (например, *добро – это..., работа – это...* и т.д.). В разных исследованиях приняли участие 89 человек. Оказалось, что студенты-психологи в основном относятся к «созерцателям», а не к «деятелям».

Более дифференцированная и содержательно осмысленная интерпретация данных позволяет всю группу «созерцателей» делить на более мелкие подгруппы:

а) «созерцательная лень» – гармоничный, непротиворечивый созерцатель: отказывается от деятельности, чтобы получать удовольствие в гармонии с самим собой;

б) «созерцательный сон» – сомневающийся созерцатель: отказывается от деятельности, чтобы уйти от проблем и противоречий;



в) «созерцательная активность» – активный созерцатель: отказывается от реальной деятельности, но не исключает своей умозрительной активности, возможно, мечтает о ней),

а также выделить «критический тип сознания» (в одних сферах преобладает созерцательная позиция, в других – деятельностная).

Количественные критерии, соответствующие типам созерцания студентов (40 чел.), позволили выявить отличия студентов первого курса дневного отделения от студентов-заочников шестого курса (второе высшее образование) с точки зрения «склонности к созерцанию», которая, по-видимому, зависит от уровня общего развития личности и от возраста (более склонны к созерцанию более старшие).

Анкета «Созерцание» (АС) содержит ряд наводящих вопросов разного плана, предполагающих актуализацию размышлений, воспоминаний, спонтанных ассоциаций, сравнений, примеров из личного опыта или опыта других людей и т.д., «посвященных созерцанию». Содержательная обработка данных в сопоставительных исследованиях по группам позволяет анализировать явление в целом и находить в нем все больше признаков «общего» и «особенного». Всего в опросах приняли участие 175 человек.

Были выделены первые «дескрипторы созерцания» (смысловые понятия, высокочастотные слова), список которых продолжает уточняться. Обнаружены достоверные различия по ряду описательных характеристик в различных возрастных группах. У молодых (45 чел.) преобладает интерес, спокойствие, наблюдение, у зрелых (45 чел.) – отрешенность, умиротворение, насыщенность, мысли, одиночество, задумчивость, гармония, радость, чувство. Старшие описывают свое созерцание более подробно и красочно, наполняют самоотчеты размышлениями о феномене в целом и пытаются дать свои толкования и определения, молодые более категоричны и лаконичны.

Представления о созерцании различаются. Например, для одних состояние созерцания – это умиротворение, мысли, для других – отсутствие мыслей, отрешенность и т.д., т.е. под созерцанием информанты понимают различные субъективные психологические явления (состояния, эмоции, образы воспринимаемых объектов). Созерцательность в большей степени свойственна людям с развитой интуицией, она более характерна для интровертов, чем для экстравертов (выборка 40 чел.).

Осуществленное в 2014 г. исследование позволяет провести сравнительный анализ дескрипторов созерцания в двух группах респондентов одного возраста (18–22 лет). Общая картина явления созерцания одинакова в обеих группах информантов, содержательно новых дескрипторов, меняющих представление о созерцании как явлении сознания, в исследуемой группе (45 чел., 2014 г.) по сравнению с контрольной (45 чел., 2012 г.) не выявлено. Созерцание как целостное психическое явление в основном связано с пассивностью и отсутствием деятельности как таковой (за исключением психической, которая не осознается и практически не описывается). Как состояние сознания созерцание связано со спокойствием и задумчивостью. Как психический процесс – с наблюдением (восприятием и вниманием). Как психическая сфера – с чувствами и мыслями или их отсутствием. Различия в группах связаны, в основном, с частотой встречаемости дескриптора. В исследуемой группе дескрипторов больше (как и словесных описаний в целом), чем в контрольной. Это может быть связано с тем, что в исследуемой группе в качестве информантов выступили студенты-психологи, в силу выбранной профессии более чувствительные к нюансам своей психики и в большей мере умеющие их описывать, чем информанты из контрольной группы, в которой были как студенты-психологи, так и молодые люди разной профессиональной ориентации.

## БИБЛИОГРАФИЯ

1. *Акопов Г.В.* Групповое сознание в контексте различных концепций учебно-воспитательного коллектива // *Акопов Г.В.* Социальная психология образования. М.: Флинта, 2000. С. 54–62.
2. *Акопов Г.В.* Диагностика профессионального сознания. Самара: СГПУ, 2004.
3. *Акопов Г.В.* Комплексирование субъектно-деятельностного, континуального и трансцендентного подходов в обосновании категории созерцания // *Человек, субъект, личность в современной психологии: Матер. междунар. науч. конф., посвящ. 80-летию А.В. Брушлинского. Т. II* / Отв. ред. А.Л. Журавлев, Е.А. Сергиенко. М.: ИПРАН, 2013. С. 111–115.
4. *Акопов Г.В.* Методологические основания концепта «созерцание» в современной психологии // *Созерцание как современная научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. всерос. конф. Самара, 21 мая 2013 г.* / Под ред. Г.В. Акопова, Е.В. Бакшутовой. Самара: ПГСГА, 2013. С. 10–17.
5. *Акопов Г.В.* Психология сознания: вопросы методологии, теории и прикладных исследований. М.: Институт психологии РАН, 2010.
6. *Акопов Г.В.* Сознание и время. Апология ментальности и поэтического сознания. Изд. 2-е, испр. и доп. Самара: ООО «Издательство Век-21», 2013.
7. *Акопов Г.В.* Созерцание как предмет психологических исследований // *Созерцание как современная научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. Поволжского консолидирующего семинара. 21 мая 2010 г.* Самара: ПГСГА, 2011. С. 36–43.
8. *Акопов Г.В.* Сознание как коммуникация // *Психология сознания: вопросы методологии, теории и прикладных исследований. М.: Институт психологии РАН, 2010. С. 164–169.*
9. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Общее и особенное в состояниях созерцания и лени // *Человек познающий. Человек переживающий. Человек действующий.* Уфа: БашГУ, 2012. С. 4–9.
10. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Самосозерцание «у зеркала» // *Созерцание как современная научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. всерос. конф. Самара, 21 мая 2013 г.* / Под ред. Г.В. Акопова, Е.В. Бакшутовой. Самара: ПГСГА, 2013. С. 130–143.

11. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Созерцание как дополнительная к деятельности категория психологии: Лекция по курсу «Общая психология». Самара: ПГСГА, 2014.
12. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Созерцание: современное теоретико-эмпирическое исследование // Креативная экономика и социальные инновации. №2(2), 2012. С. 67–80.
13. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Сравнительный анализ дескрипторов интуиции и созерцания как адаптационных состояний сознания современного человека // Адаптация личности в современном мире. Вып. 6. Саратов: Научная книга, 2013. С. 41–52.
14. *Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Человек и вещи: психология контакта // Креативная экономика и социальные инновации. №1(2). 2012. С. 11–26.
15. *Петренко В.Ф.* Духовно-психологическое и естественнонаучное обоснование созерцания // Созерцание как современная научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. всерос. конф. Самара, 21 мая 2013 г. / Под ред. Г.В. Акопова, Е.В. Бакшутевой. Самара: ПГСГА, 2013. С. 6–9.
16. Психология сознания: современное состояние и перспективы: Матер. I Всерос. науч. конф. / Отв. ред. Г.В. Акопов. Самара: НТЦ, 2007.
17. Психология сознания: современное состояние и перспективы: Матер. II Всерос. науч. конф. / Отв. ред. Г.В. Акопов. Самара: ПГСГА, 2011.
18. *Семенова Т.В.* Академическое, психотерапевтическое и обыденное понимание «контакта» как уровня общения // Психология сознания: современное состояние и перспективы: Матер. II Всерос. науч. конф. Самара: ПГСГА, 2011. С. 330–332.
19. *Семенова Т.В.* Дескрипторы созерцания // Матер. II Всерос. науч.-практ. конф. «Проблема индивидуальности в современной психологии» / Отв. ред. Н.В. Виничу. Владивосток: МорГУ, 2012. С. 133–136.
20. *Семенова Т.В.* Диагностика созерцательного и деятельностного типов сознания // Адаптация личности в современном мире. Вып. 5. Саратов: Научная книга, 2012. С. 51–55.
21. *Семенова Т.В.* Инсайт и созерцание в социально-психологических измерениях сознания // Поволжский пед. вестник, №1(2), 2014. С. 82–90.
22. *Семенова Т.В.* О проблемах диагностики созерцания // Созерцание как современная научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. всерос. конф. Самара, 21 мая 2013 г. / Под ред. Г.В. Акопова, Е.В. Бакшутевой. Самара: ПГСГА, 2013. С. 155–158.

23. Семенова Т.В. Созерцательность как черта характера // Матер. науч.-практ. конф. «Характер и личность» / Отв. ред. В.М. Минияров. Самара: ПГСГА, 2013.
24. Семенова Т.В. Социально-психологическая феноменология состояний «контакта» в общении студентов-психологов: опыт эмпирического исследования // Известия Самарского науч. центра РАН. Т. 14. Вып. 2. Самара: СНИЦ РАН, 2012. С. 167–171.
25. Семенова Т.В., Чернышов В.С. В театре сознания: подходы к исследованию. Самара: Офорт, 2010.
26. Созерцание как научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. Поволжского консолидирующего семинара. Самара: ПГСГА, 2011.
27. Созерцание как научно-теоретическая и прикладная проблема: Матер. всероссийской конференции. Самара: ПГСГА, 2013.
28. Сознание в актуальных измерениях: академический проект / Отв. ред. Г.В. Акопов, Т.В. Семенова. Самара: Офорт, 2010.

### **Электронный ресурс**

1. Самарский научный центр психологии сознания (СНЦПС) / Акопов Г.В., Семенова Т.В. (разработчики) // [www.sncps.ru](http://www.sncps.ru). Дата обращения 8.09.2014.

## ПРИЛОЖЕНИЕ

### Психология сознания: социально-коммуникативная парадигма

#### Перечень учебно-методических материалов, подготовленных к изданию Самарским научным центром психологии сознания ([www.sncps.ru](http://www.sncps.ru)) под общей редакцией Г.В. Акопова

##### *Изданные*

*Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Сайт «Самарский научный центр психологии сознания» (СНЦПС): Метод. разработка для пользователей. Самара: ПГСГА, 2014.

*Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Созерцание как дополнительная к деятельности категория психологии: Лекция по курсу «Общая психология». Самара: ПГСГА, 2014.

*Акопов Г.В., Семенова Т.В., Агапов Д.А.* Психология сознания: социально-коммуникативная парадигма: Лекция по курсу «Методологические основы психологии». Самара: ПГСГА, 2014.

Созерцание: диагностический инструментарий (Тест преобладающего типа сознания. Диагностика склонности к созерцанию. Анкета «Созерцание»): Метод. разработка к курсу «Психология сознания» / Сост. Г.В. Акопов, Т.В. Семенова. Самара: ПГСГА, 2015.

##### *Планируемые*

*Акимова М.Н., Смоляр А.И.* Психология сознания: Метод. разработка по курсу «Психология человека» для бакалавриата (направления подготовки «Педагогическое образование» и «Психолого-педагогическое образование»).

*Акопов Г.В., Давыдкина Л.В., Семенова Т.В.* Ментальность как групповое сознание: Уч. пос. к курсу «Психология ментальности» для магистратуры по направлению «Социальная психология».

*Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Комплексная психологическая диагностика общения (КПДО): Метод. разработка для бакалавриата по направлению «Психология» и магистратуры по направлению «Социальная психология».

*Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Методические рекомендации по использованию электронного учебного пособия к преподавательскому курсу «Психология сознания».

*Акопов Г.В., Семенова Т.В.* Методические рекомендации по использованию электронной хрестоматии к курсу «Методологические основы психологии».

*Быкова А.В., Чернышова Е.Л.* Психология сознания: Метод. разработка к курсу «Психология человека» для бакалавриата Самарского государственного технического университета.

*Давыдкина Л.В., Семенова Т.В.* Городская ментальность в психосоциальных измерениях группового сознания: диагностический инструментарий: Метод. разработка к курсу «Психология ментальности».

*Жданова Л.Г.* Развитие сознания в онтогенезе: Метод. разработка к дисциплинам «Психология развития» и «Возрастная психология» для бакалавриата (направления подготовки «Педагогическое образование» и «Психолого-педагогическое образование»).

*Ихсанов Р.Ф., Рощупкина Е.И.* Психология и психопатология сознания: Метод. разработка к курсу «Клиническая психология» для медицинских специальностей.

*Кашкурцева А.П., Чернышова Е.Л.* Психология сознания: Метод. разработка к курсу «Психология человека» для бакалавриата Самарского государственного аэрокосмического университета.

*Ковшова О.С.* Психология сознания: Метод. разработка к курсу «Психология человека» для бакалавриата медицинского университета.

*Чернышова Е.Л.* Социально-психологические аспекты современного высшего образования: Метод. разработка к курсу «Социальная психология образования» для магистратуры по направлению «Социальная психология».

# **Созерцание: диагностический инструментарий**

**Тест преобладающего типа сознания.  
Диагностика склонности к созерцанию.  
Анкета «Созерцание»**

*Методическая разработка  
к курсу «Психология сознания»*

Составители

Гарник Владимирович Акопов,  
Татьяна Вениаминовна Семенова

Редактор *Е.Ю. Шиманова*

Главный редактор *О.И. Сердюкова*

---

Подписано к печати 13.10.14. Формат 60\*84/16.  
Бумага типографская. Печать оперативная.  
Формат 60x84 1/16. Объем 2,5 п.л. Тираж 100 экз. Заказ №

---

Издательство

Поволжской государственной социально-гуманитарной академии:  
443099, г. Самара, ул. М. Горького 61/63.

Отпечатано в типографии ООО «Издательство Век-21»:  
443070, г. Самара, ул. Аэродромная, 45, оф. 620