

Доржиева Марина Очиржаповна

кандидат психологических наук,
доцент кафедры возрастной и педагогической
психологии
Бурятского государственного университета

**ОСОБЕННОСТИ
САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ
В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ
(НА ПРИМЕРЕ СТУДЕНТОВ ВУЗА)**

Аннотация:

В статье рассмотрены особенности юношеского возраста (студентов), влияющие на самоактуализацию личности. Ими являются новообразование возраста: личностное самоопределение, формирование мировоззрения, развитие самосознания. В результате эмпирического исследования обнаружено, что компоненты самоактуализации в данном возрасте находятся на разных уровнях становления. Это свидетельствует о том, что процесс социализации студенческой молодежи не завершен. Уровень самоактуализированности обучающихся зависит от индивидуальных психологических особенностей личности и таких социальных факторов, как место проживания, пол, а также этническая принадлежность.

Ключевые слова:

юношеский возраст, ценностные ориентации, самоактуализация, самоопределение, зрелость, креативность, возрастные особенности, гендерные особенности.

Dorzhieva Marina Ochirzhapovna

PhD in Psychology,
Assistant Professor, Developmental
and Educational Psychology Department,
Buryat State University

**THE FEATURES OF
SELF-ACTUALIZATION
IN ADOLESCENCE: CASE STUDY OF
HIGHER SCHOOL STUDENTS**

Summary:

The article deals with the features of the pre-adult age (students) affecting the personal self-actualization. They are: personal self-determination, mindset formation, self-awareness development. As a result of the empirical research, the author has found that in this age the self-actualization components are at different development levels, which suggests that the process of students' socialization is not complete. The development level of students' self-actualization depends on the individual psychological features and such social factors as a place of students' residence, gender, and ethnic identity.

Keywords:

adolescence, system of values, self-actualization, self-determination, maturity, creativity, age characteristics, gender characteristics.

Изменения в общественной жизни нашего государства предъявляют высокие требования к формированию личности, способной максимально раскрыть свои способности и реализовать их на благо общества. Соответственно, приоритетной задачей профессионального образования становится развитие творчески активной, инициативной молодежи с требуемыми профессиональными компетенциями, способной менять среду и самоизменяться (саморазвиваться, самоактуализироваться) под влиянием социальных условий. Д.А. Донцов и М.В. Донцова отмечают, что именно в студенчестве человек решает, «в какой последовательности он приложит свои способности для реализации себя в труде и в самой жизни» [1]. Однако наряду с возрастанием ожиданий социума по отношению к студенческой молодежи усиливается социальный инфантилизм среди юношества. Эти явления побуждают общественные институты сопровождать и интенсифицировать процесс взросления молодого человека, способствовать его самореализации.

Известно, что границы студенческого возраста определены 17–24 годами. Это время полового созревания, освоения социальных ролей, общественного и психологического становления личности, когда динамично развивается сознание, активизируются психические процессы. Социальная ситуация характеризуется вступлением человека в самостоятельную жизнь, поиском места в обществе, профессиональным самоопределением. Ведущей оказывается учебно-профессиональная деятельность, которая способствует раскрытию познавательных и профессиональных интересов, профессионально важных качеств и способностей. Новообразованиями данного возрастного периода становятся профессиональное и личностное самоопределение, формирование самосознания и научного мировоззрения. Детерминантами психических новообразований являются новый образ жизни – учеба в высшем учебном заведении, общение с преподавателями – носителями профессионального и научного опыта, а также со студентами. В условиях социально-экономической нестабильности, отсутствия профессионального опыта современные студенты испытывают трудности в выборе жизненных стратегий, выделении и усвоении норм взрослой жизни.

Критериями подлинной психической зрелости личности считаются открытость для опыта, принятие себя (К. Роджерс), способность к самореализации (А. Маслоу), творчество и ответственность за выборы (В. Франкл), готовность к постоянному поступательному развитию и преодолению собственных жизненных кризисов (Б. Ливехуд).

Идея самоактуализации является основной в гуманистической психологии (К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс и др.). В отечественной психологии она нашла продолжение в концепции субъектности личности (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова-Славская, А.В. Брушлинский и др.). Под самоактуализацией А. Маслоу понимал «полное использование талантов, способностей, возможностей» [2, с. 187]. Современными исследователями конкретизируются представления о самоактуализации, ее структуре, проявлениях в разных возрастах [3; 4].

Особенности самоактуализации личности в различные возрастные периоды исследовали Е.Н. Городилова, Е.Е. Вахромов, Ю.С. Кузнецова, Е.А. Лопатин и др. Так, Ю.С. Кузнецова считает, что полноценные акты самоактуализации проявляются в подростковом возрасте, «они обусловлены обретением подростком понятийного уровня мышления, наличием определенной зрелости механизмов центрального торможения, наличием тенденции к саморазвитию в мотивационной сфере» [5]. Е.А. Лопатин изучал возрастные особенности студенческой молодежи, созвучные с идеей самоактуализации, к которым он относит интерес к творчеству, усложнение структуры коммуникативной сферы, углубление социальных связей, потребность в принадлежности к группе, освоение гендерных и других моделей социального взаимодействия, личностное и профессиональное самоопределение, развитие самосознания [6]. Вслед за ним мы рассмотрим особенности самоактуализации лиц юношеского возраста Байкальского региона, выделив среди выборки разные группы.

Целью нашей работы стало изучение особенностей самоактуализации лиц юношеского (студенческого) возраста. В исследовании приняли участие студенты Бурятского госуниверситета ($n = 95$). Для сравнения использованы результаты анализа самоактуализации лиц среднего возраста, слушателей курсов руководителей образовательных учреждений ($n = 32$). Средний возраст студентов – 18,5 лет, взрослых – 45 лет. В выборке были выделены группы обучающихся с высокими ($n = 16$) и низкими ($n = 30$) показателями уровня самоактуализации; юношей ($n = 25$) и девушек ($n = 70$); городских ($n = 22$) и сельских ($n = 45$); бурят ($n = 37$) и русских ($n = 58$).

Для проведения исследования мы применяли методику САМОАЛ (ранее опросник РО1, разработанный Э. Шостром), адаптированную Н.Ф. Калиной и А.В. Лазукиным. Данная технология позволяет выявить общий уровень самоактуализации и содержит 11 шкал: ориентация во времени, ценности, взгляд на природу человека, потребность в познании, креативность, автономность, спонтанность, самопонимание, аутосимпатия, контактность и гибкость в общении. Для обработки эмпирических данных были использованы t -критерий Стьюдента и корреляционный анализ по Пирсону.

Исследования общей выборки лиц юношеского возраста ($n = 95$) обнаружили высокий уровень самоактуализации у 17 % студентов, низкий – у 31 %, средний – у остальных. Наиболее высокие степени проявления самоактуализации показаны по шкалам «креативность» (59,3 %) и «ценности» (58,7 %); низкие – по критерию «спонтанность» (36,7 %). По остальным шкалам – средние значения.

По мнению большинства исследователей, именно высокий уровень креативности и гуманистические ценности являются определяющими для самоактуализации личности (А. Маслоу, К. Роджерс и др.). Высокий балл по шкале «ценности» свидетельствует, что молодежь данной выборки разделяет ценности гуманистической психологии, которые отвечают за общественную направленность личности в юношеском возрасте. Это вселяет оптимизм, веру в нравственные устои будущих специалистов, так как известно, что система ценностей служит ориентиром поведения, руководством к действиям (Х. Ремшмидт). К тому же именно в этот возрастной период вырабатываются ценностные ориентации, складывается мировоззрение, формируется осознанное «обобщенное, итоговое отношение к жизни» (С.Л. Рубинштейн).

Креативность рассматривается А. Маслоу как «свежесть взгляда, эффективность восприятия, глубина проникновения в суть вещей», она проявляется как одно из свойств человеческой природы [7, с. 204]. Видимо, юношество в силу возраста и опыта еще не утратило это качество в процессе социализации. По мнению К. Роджерса, основой способности к творчеству служит «чувство самоидентичности», которое предполагает умение ценить свою уникальную и неповторимую личность, не «стыдиться ее» – свободной личности, способной быть самой собой, слышать свое «Я» (К. Роджерс). Я-концепция студентов продолжает обогащаться в результате освоения разных ролей, общения, переживаний и личностных установок. Развитию творческого мышления способствует стимулирование стремления к самостоятельному выбору целей, задач и средств

их решения. Реализовать креативность помогают активная жизненная позиция, постоянный личностный рост, уверенность в себе, открытость новому опыту.

Спонтанность поведения зависит от доверия к окружающему миру и уверенности в себе. А. Маслоу связывает спонтанность со свободой, считая их главенствующими в самовыражении и жизненном выборе личности. Известно, что личность в этот период испытывает ценностно-смысловой кризис. Молодые люди задумываются над жизненными целями, ценностными ориентациями и осваивают соответствующие роли и поведение. В. Франкл считал, что гиперрефлексия положительно коррелирует с эмоциональными нарушениями и отрицательно – со спонтанностью. Возможно, что лица данного возраста в большинстве своем еще не достигли постконвенционального морального уровня (по Л. Колбергу) и в поведении руководствуются нормами, принципами общества. У них не сформировался собственный этический кодекс, относительно автономный и индивидуальный, отличный от общепринятого [8, с. 194]. Мы считаем, что студенты, показавшие низкий уровень по шкале «спонтанность», не достигли полной самоактуализации. Это свидетельствует о том, что у них не завершен процесс социализации.

При сравнении результатов исследований самоактуализации у молодежной и взрослой выборок мы обнаружили статистически значимое различие по шкале «взгляд на природу человека» ($p \leq 0,05$). Представители среднего возраста ($6,03 \pm 2,117$) обладают более позитивной оценкой природы человека, чем молодежь ($5,14 \pm 1,778$). Корреляционный анализ позволил выявить связь между шкалами «взгляд на природу человека» и «ориентация во времени», которая показывает, насколько человек живет «настоящим», реалистичен в восприятии действительности. «Компетентность во времени», по мнению зарубежных и отечественных психологов, рассматривается как обобщенный показатель зрелости личности, уровня ее развития, важнейший фактор самоактуализации [9; 10; 11]. Для юношей, как известно, характерна устремленность в будущее. По-видимому, данный факт иллюстрирует незавершенность процесса самоактуализации представителей юношеского возраста.

Далее мы исследовали гендерные, этнические особенности в проявлении самоактуализации, а также характеристики самоактуализации городской и сельской молодежи.

При сравнительном анализе, проведенном по t-критерию Стьюдента, выявлено значимое различие средних значений показателей между выходцами из села ($9,55 \pm 2,283$) и города ($7,64 \pm 2,722$) по шкале «автономность» ($p \leq 0,01$), то есть сельчане более независимы от окружения. Корреляционный анализ по Пирсону позволил обнаружить значимые связи между шкалами «взгляд на природу человека» ($p \leq 0,05$), «спонтанность» ($p \leq 0,05$), «самопонимание» ($p \leq 0,05$), «аутосимпатия» ($p \leq 0,05$) и «автономность» ($p \leq 0,05$). Представители сельской молодежи понимают себя, доверяют себе, самодостаточны, доброжелательны, относительно независимы, естественны в поведении, то есть менее невротичны. Видимо, общаясь с живой природой, наблюдая за ее разными проявлениями, считаясь с ними и принимая их, они также спокойно относятся к выражениям человеческой природы в себе и других. Здесь нашло подтверждение мнение авторов методики САМОАЛ о взаимосвязи критериев шкал «самопонимание», «спонтанность» и «аутосимпатия». Следовательно, можно сделать вывод о более выраженной самоактуализации сельской молодежи по сравнению с таковой у городской.

Сравнительный анализ, проведенный между бурятской ($5,57 \pm 1,700$) и русской ($4,51 \pm 1,367$) частями выборки, позволил выявить статистически значимые различия по шкале «самопонимание» ($p \leq 0,01$). Студенты бурятской национальности лучше понимают себя. Возможно, это можно объяснить этнопсихологическими особенностями представителей данного этноса. Предки современных бурят вели кочевой образ жизни в суровых условиях Сибири. В борьбе с силами природы им приходилось надеяться только на собственные силы и возможности. В воспитании подрастающего поколения упор делался на наглядно-действенное видение мира и был направлен на формирование особой сенсорной чувствительности и конкретно-образного мышления, развитие внимательности и собранности. Эти черты занимают особое место в национальном характере бурят [12].

Гендерный аспект также имеет место в критериях самоактуализации. Результаты исследования выявили значимые различия в показателях между девушками ($51,84 \pm 9,376$) и юношами ($57,24 \pm 10,740$) по общему уровню и шкалам «ориентация во времени» ($p \leq 0,05$), «ценности» ($p \leq 0,05$), «высокая потребность в познании» ($p \leq 0,05$), «контактность» ($p \leq 0,05$). Все значения достоверно выше у юношей, то есть они более реалистичны, уверены в себе, способны к установлению прочных и доброжелательных отношений, открыты новым впечатлениям. Это согласуется с данными анализа гендерных особенностей, влияющих на развитие произвольной (субъектной) активности личности. Установлено, что важные для этого качества (уверенность в себе, мотивация достижения с преобладанием «стремления к успеху», высокая самооценка, низкая личностная тревожность, интернальность, реалистичность в суждениях, рассудочность) более

свойственны юношам [13, с. 77, 111]. Для них важны профессиональные ценности, активность, образованность, твердая воля, честность, эффективность в делах, самоконтроль, рационализм, независимость, смелость в отстаивании своего мнения, для девушек – семейные ценности, общественное признание, аккуратность, жизнерадостность, честность, образованность, исполнительность [14, с. 110].

Таким образом, становление самоактуализации на данном этапе онтогенеза имеет большое значение, поскольку созвучно с основными новообразованиями юношеского (студенческого) возраста. Развитие компонентов самоактуализации носит индивидуальный характер, на нее оказывают влияние социальный опыт индивидуума, гендерный фактор и внутриличностные детерминанты.

Полученные данные позволят разработать программы тренингов для групп личностного роста в целях повышения уровня самоактуализации и совершенствования отдельных ее параметров. Внедрение в образовательный процесс интерактивных методов обучения, развитие исследовательских навыков, креативности, отношения к индивидуальности каждого студента как к ценности интенсифицируют процесс взросления личности студента.

Ссылки:

1. Донцов Д.А., Донцова М.В. Социально-психологическая специфика юношеского (студенческого) возраста [Электронный ресурс]. URL: <http://novainfo.ru/archive/9/specifika-yunosheskogo-vozrasta> (дата обращения: 17.02.2016).
2. Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. СПб., 2003. 352 с.
3. Городилова Н.Е. Самоактуализация и ее связь с интегральностью личности : дис. ... канд. психол. наук. Пермь, 2002.
4. Расторгуева Е.Н. К определению самоактуализации // Ученые записки университета им. П.В. Лесгафта. 2013. № 5 (99). С. 114–121.
5. Кузнецова Ю.С. Особенности становления и развития жизненного пути в юношеском возрасте [Электронный ресурс]. URL: <http://jurnal.org/articles/2007/psih14.html> (дата обращения: 17.02.2016).
6. Лопатин Е.А. Изучение самоактуализации 17–19-летних студентов вуза // Известия Российского государственного педагогического университета им. А.И. Герцена. 2008. № 65.
7. Маслоу А. Указ. соч. С. 204.
8. Там же. С. 194.
9. Там же.
10. Абульханова-Славская К.А. Деятельность и личность. М., 1980.
11. Перлз Ф., Хефферлин Р., Гудмэн П. Опыты психологии самопознания / пер. М. Папуше Гиль-Эсте. М., 1993.
12. Буряты [Электронный ресурс] // Крысько В.Г. Этнопсихологический словарь. М., 1999. 343 с. URL: <http://www.vocabulary.ru/dictionary/1067/word/burjaty> (дата обращения: 20.02.2016).
13. Доржиева М.О. Влияние гендерных особенностей на развитие произвольной активности личности. Улан-Удэ, 2009. 124 с.
14. Там же. С. 110.

References:

1. Dontsov, DA & Dontsova, MV 2012, *Socio-psychological specifics of youth (student) age*, retrieved 17 February 2016, <<http://novainfo.ru/archive/9/specifika-yunosheskogo-vozrasta>>.
2. Maslow, A 2003, *Motivation and Personality*, 3rd ed., St. Petersburg, p. 352.
3. Gorodilova, NE 2002, *Self-actualization and its relationship with the integral identity*: PhD thesis, Perm.
4. Rastorguyeva, EN 2013, 'By the definition of self-actualization', *Scientific notes University. PV Lesgafta*, no. 5 (99), pp. 114-121.
5. Kuznetsova, YS 2007, *Features of formation and development of the course of life in adolescence*, retrieved 17 February 2016, <<http://jurnal.org/articles/2007/psih14.html>>.
6. Lopatin, EA 2008, 'The study of self-actualization of 17-19-year-old high school students', *Proceedings of the Russian State Pedagogical University. AI Herzen*, no. 65.
7. Maslow, A 2003, *Motivation and Personality*, 3rd ed., St. Petersburg, p. 204.
8. Maslow, A 2003, *Motivation and Personality*, 3rd ed., St. Petersburg, p. 194.
9. Maslow, A 2003, *Motivation and Personality*, 3rd ed., St. Petersburg, p. 194.
10. Abulkhanova-Slavskaya, KA 1980, *Activities and personality*, Moscow.
11. Perls, F, Hefferlin, R & Goodman, P 1993, *Experiments psychology of self*, Moscow.
12. 'The Buryats' 1999, *Krysko VG Ethnopsychological dictionary*, Moscow, p. 343, retrieved 20 February 2016, <<http://www.vocabulary.ru/dictionary/1067/word/burjaty>>.
13. Dorzhieva, MO 2009, *Influence of gender features on development of any activity of the person*, Ulan-Ude, p. 124.
14. Dorzhieva, MO 2009, *Influence of gender features on development of any activity of the person*, Ulan-Ude, p. 110.