

## ОСОБЕННОСТИ ВЫРАЖЕННОСТИ КОМПОНЕНТОВ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ У СТУДЕНТОВ РАЗЛИЧНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

© 2016

*Л.В. Федина*, кандидат педагогических наук, доцент, доцент кафедры психологии и педагогики детства  
Тюменский государственный университет, Тюмень (Россия)

*Ключевые слова:* самоактуализация; профессиональное становление; развитие личности студента; копинг-стратегия; самоактуализационный профиль; ресурсы личности.

*Аннотация:* Профессиональное обучение должно создавать условия для раскрытия ресурсов личности обучающегося. Самоактуализация рассматривается как один из значимых ресурсов, который необходимо активизировать в обучении студентов. Особенности профессиональной подготовки могут учитывать различные компоненты самоактуализации. В эмпирическом исследовании самоактуализационных профилей студентов различных образовательных программ приняли участие 50 студентов-спортсменов и 45 студентов-психологов. Было установлено, что для общей выборки испытуемых более развитыми оказываются компоненты «знания о природе человека», «способность к спонтанности», «креативность», высокий уровень «самоуважения», а также, что самоактуализация не зависит от гендерных характеристик. Самоактуализационные профили студентов-психологов и студентов-спортсменов имеют близкий рисунок, достоверных различий между показателями профилей выявлено не было. Вместе с тем установлено, что у студентов-спортсменов выше показатели креативности, самопринятия и независимости в своих поступках. У студентов-психологов, напротив, более развиты спонтанность, сензитивность и самоуважение. Выявлена проблемная зона самоактуализации студентов-психологов: высокое самоуважение и недостаточное самопринятие могут провоцировать эмоциональное выгорание и неудовлетворенность собой и профессией. Опираясь на полученные результаты, можно заключить, что для развития самоактуализации как целостной характеристики необходимо развивать спонтанность, креативность и временную компетентность; студентам-психологам важно увеличение показателей доверия к себе и миру, большей гибкости в поведении; у студентов-спортсменов необходимо расширять границы самоуважения. Инструментом развития компонентов самоактуализации студентов может стать совладающее поведение. Снижение использования копинга «бегство-избегание» и увеличение «планирования решения проблемы», «креативности» будет способствовать развитию самоуважения и опоры на собственные ценности.

### ВВЕДЕНИЕ

Современные динамические изменения рынка профессий актуализируют вопрос о возможностях и ресурсах программ обучения в системе высшего образования. Поиск ресурсов определяет по меньшей мере две плоскости изучения: модернизация и усовершенствование внешних условий обучения и проблема формирования профессионала «изнутри».

Так, конфликт между теорией и практикой или идеалами и действительностью относится к внешним противоречиям, ресурсное содержание которого заключается в возможности формирования более реалистичного представления о профессии [1].

Изучение психологических закономерностей и факторов, препятствующих или способствующих личностному росту и удовлетворению потребности в самоактуализации, позволяет выделить возможные ресурсы будущих выпускников «изнутри» [2].

В качестве наиболее значительного и ресурсоемкого внутриличностного процесса можно выделить самоактуализацию, которая должна опираться на мета-когнитивные способности принимать сознательные и бессознательные решения, личные стратегии позволяют развивать способность упорно преодолевать неудачи и бороться с трудностями [3–5].

Современные исследования феномена *самоактуализации* в отечественной и зарубежной литературе [6–12] свидетельствуют о сложности и противоречивости его толкования. Анализируя различные концепции, Е.Е. Вахромов формулирует следующее определение: «...самоактуализация есть процесс становления человека субъектом

собственной жизнедеятельности и требует освоения им норм и способов человеческой деятельности, правил общежития, основных смыслов и ценностей, регулирующих совместную жизнь людей в обществе» [10].

Обучение в теории самоактуализации по А. Маслоу есть процесс внутреннего обучения: самоактуализирующиеся люди описываются как те, кто слушают свой собственный голос, способны брать на себя ответственность, они делают выбор в пользу роста [13]. Насыщение смыслом каждой единицы времени обладает терапевтическими возможностями, что находит свое отражение в целой теории – логотерапии (В. Франкл) [14].

Определенная дихотомия несколько искусственна, поскольку в реальной практике образовательного процесса оба критерия (внешний и внутренний) неразрывно связаны. Так, в исследованиях гендерных особенностей самоактуализации личности в профессиях гуманитарного и технического профиля было установлено, что на выраженность самоактуализации влияют как личностные особенности, так и особенности профессиональной сферы деятельности. Было установлено, что маскулинность больше влияет на уровень самоактуализации у представителей технической специальности, чем гуманитарной [15, с. 277].

Гипотеза эмпирического исследования состоит в том, что профиль самоактуализации личности студентов различных направлений обучения обладает своей спецификой, которая позволит определить ресурсы образовательной программы, выделять приоритеты в развитии личности профессионала.

С целью проверки выдвинутой гипотезы нами было организовано эмпирическое исследование, в котором приняли участие студенты спортивного и психолого-педагогического направления Кубанского государственного университета физической культуры, спорта и туризма г. Краснодара.

### МЕТОДИКА ИССЛЕДОВАНИЯ

Изучение особенностей компонентов самоактуализации проходило с использованием опросника «Самоактуализационный тест (САТ)» Э. Шострома [16]. В процессе обработки данных применялись методы статистического анализа: расчет среднего и перевод в стандартные баллы, t-критерий Стьюдента, коэффициент корреляции Пирсона. В исследовании приняли участие 95 человек, из них 50 студентов-спортсменов и 45 студентов-психологов. Средний возраст испытуемых – 19 лет.

### РЕЗУЛЬТАТЫ ИССЛЕДОВАНИЯ

Проведенное исследование показало, что в общей выборке все компоненты самоактуализации имеют средний уровень выраженности, что характерно для нормального распределения (рис. 1). Качественно-количественный анализ данных позволяет выделить шкалы, где показатели имеют большую выраженность: высокие баллы зафиксированы по шкалам «Поддержка», «Синергия» и «Ценностные ориентации» у 50%, 27% и 21% испытуемых соответственно.

Наибольший процент распределения среднего балла показали результаты по шкалам «Представление о природе человека», «Креативность» и «Контактность» (75%; 75% и 74%), а 21% испытуемых ориентируется лишь на один из отрезков временной шкалы и имеет дискретное восприятие своего жизненного пути.

Сравнение выраженности компонентов самоактуализации у студентов, обучающихся по различным направлениям, было произведено за счет создания профилей, построенных на основе стандартизованных Т-баллов по всем показателям (рис. 2).

При сравнении самоактуализационных профилей студентов-психологов и студентов-спортсменов можно отметить, что Т-баллы по шкалам «Поддержка», «Гибкость поведения» и «Креативность» у студентов спортивного факультета несколько выше.

Студенты-психологи обнаруживают достаточно ярко выраженное противоречие в блоке «Самовосприятия»: компоненты «Самоуважение» и «Самопринятие» имеют большой разрыв в пользу первого. Студенты-спортсмены, напротив, по данному блоку показывают более благоприятную картину: они больше принимают себя, чем уважают.

Самые низкие показатели имеют «Познавательные потребности», «Представление о природе человека» и «Сензитивность» в обеих выборках.

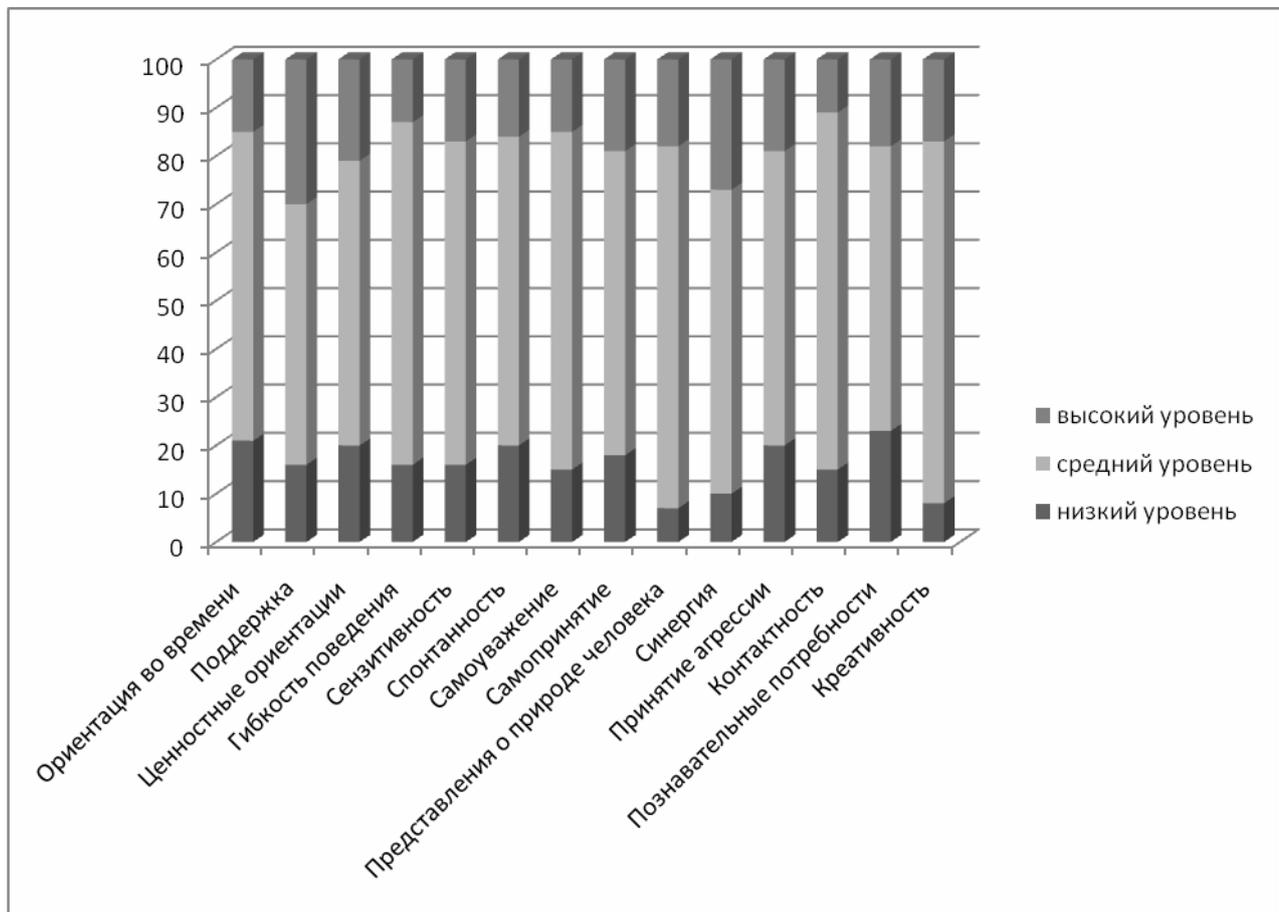


Рис. 1. Процентное распределение уровней выраженности компонентов самоактуализации у студентов (n=95)



Рис. 2. Профиль самоактуализации студентов-психологов и студентов-спортсменов

### ОБСУЖДЕНИЕ РЕЗУЛЬТАТОВ

Полученные результаты свидетельствуют о том, что для большинства испытуемых присущи: умение понимать человеческую природу, спонтанность и креативность. Ценностные ориентации приобретают особую важность как основа построения будущих планов, что отражает основные возрастные особенности развития личности испытуемых.

Дискретное восприятие своего жизненного пути, характерное для четверти испытуемых, говорит о незрелом самовосприятии себя и собственного жизненного пространства. Изучение динамики профессионального самосознания педагогов-психологов в процессе обучения в вузе, проведенное в 2013 г., позволило определить похожую тенденцию, где «наряду с расширением и пополнением представлений о профессиональной деятельности у студентов в процессе обучения, обнаруживаются и негативные тенденции в формировании профессионального самосознания. Основной из них является отвержение своего профессионального Я как в настоящем, так и в будущем» [17, с. 80].

Изучение самоактуализационных профилей студентов позволяет заключить, что «диапазон самоактуализации» испытуемых близок к нормам РОИ (55–70 Т-баллов), что свидетельствует о реальной самоактуализации личности.

Низкие показатели по компонентам «Познавательные потребности» студентов-спортсменов и студентов-психологов свидетельствуют о слабом стремлении к приобретению знаний об окружающем мире, что свидетельствует об ориентации испытуемых на презентацию своей личности, практическую реализацию своего потенциала, нежели на познание чего-то нового.

Сравнение самоактуализационных профилей студентов-спортсменов и студентов-психологов позволяет выделить особенности, характерные для обеих групп испытуемых.

Более высокие показатели креативности и гибкости поведения, характерные для студентов-спортсменов, могут свидетельствовать о том, что спортивная деятельность позволяет вырабатывать умения перестраиваться и включать собственные способности в различных ситуациях, за счет которых происходит выход из стрессовой ситуации.

Студенты-психологи обнаруживают достаточно ярко выраженное противоречие в блоке «Самовосприятия»: компоненты «Самоуважение» и «Самопринятие» имеют большой разрыв в пользу первого. Высокая несбалансированность показателей может свидетельствовать о наличии проблемной области в самоактуализации студентов-психологов. Студенты-спортсмены, напротив, по данному блоку показывают более благоприятную картину: они больше принимают себя, чем уважают, что дает дополнительный потенциал для достижения самоактуализации. Большая осознанность спортсменов в данном случае может объясняться их ранней включенностью в деятельность, в сравнении с психологами.

Ресурсами самоактуализации личности спортсменов можно считать их креативность, самопринятие и независимость в своих поступках, выборе ценностей и их устойчивости. Психологи такой ресурс могут находить в спонтанности и развитии способности принимать себя во всех проявлениях.

Проводимые ранее исследования самоактуализации студентов-психологов в условиях высшего профессионального образования подтверждают основные результаты, полученные нами в данной работе [18].

Процесс самоактуализации имеет следующую закономерность: чем более значима цель, тем больше и трудностей на ее пути. Следовательно, встает вопрос о выборе адаптивных поведенческих стратегий по преодолению трудностей на пути реализации своих сил и способностей.

Если сравнить полученные нами результаты с результатами [19, с. 120–124] исследования самоактуализации как фактора сохранения психического здоровья студентов вуза, можно проследить значительную разницу в особенностях взаимосвязи между компонентами самоактуализации и копинг-стратегиями. Так, если у спортсменов уровень ценностных ориентаций отрицательно коррелирует со стратегией «бегство-избегание», то у студентов-педагогов напрямую связан с положительной переоценкой. Таким образом, спортсмены осознают и ориентируются на собственные ценности в большей степени, если решают собственные проблемы, не стремятся уйти от них, чему научило их спортивное противостояние, психологи же больше при этом ориентированы на выделение положительных моментов в ситуации, чему учит их профессия: нужно уметь видеть во всем что-то положительное.

Кроме того, наблюдается разница в связи такого компонента, как «Креативность», и избираемых копинг-стратегий. Исследователями замечено, что самоактуализация, принятие собственной истинной сущности ведет прямо к открытости опыту и олицетворяет творчество и психологическое здоровье [20]. Если у студентов-спортсменов он отрицательно коррелирует с положительной переоценкой, то у студентов-педагогов напрямую связан с планированием решения проблемы. Такие данные подчеркивают стремление спортсменов в любой ситуации проявить свою индивидуальность, рассчитывать на свои силы, а не ориентироваться на внешние условия, студенты психологи же предпочитают применять свои творческие способности в разработке плана действия в сложной ситуации.

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать выводы.

1. Освоение профессионального знания студентов-спортсменов и студентов-психологов должно опираться на способности к спонтанности и креативности; необходимо развивать временную компетентность и познавательную направленность, позволяющие формировать образ профессии как лично значимой ценности, а представление о себе как актуальное.

2. У студентов-психологов профессиональное становление может происходить за счет развития необходимого доверия к себе и миру, большей гибкости в поведении и совершаемых выборах, что позволит им приобретать необходимую свободу самовыражения.

3. В обучении студентов-спортсменов необходимо увеличивать границы самоуважения за счет снижения излишней требовательности к себе.

4. Повысить самоактуализацию студентов можно, опираясь на формирование и закрепление у них эффективных копинг-стратегий. Так, значительное снижение использования копинга «бегство-избегание» будет способствовать обретению студентами четких ценностных установок и развитию самоуважения, а приобщение их к планированию различных жизненных ситуаций и оказание поддержки в затруднительных вопросах будет способствовать развитию познавательной потребности, что может улучшать успеваемость и общую профессиональную подготовку студентов.

5. Личностный потенциал студентов может развиваться за счет компонентов самоактуализации. Необходимо, учитывая особенности профессиональных требований, развивать способности по принципу дополнения, чтобы будущий специалист смог перестроиться, если это необходимо, быть более мобильным и эффективным.

### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ

1. SoonAh Lee, Schallert D.L. Becoming a teacher: coordinating past, present, and future selves with perspectival understandings about teaching // *Original research article teaching and teacher education*. 2016. Vol. 56. P. 72–83.
2. Федина Л.В., Соловьева Е.А., Кухтерина Г.В. Взаимосвязь самоактуализации и профессиональной направленности будущего педагога // *Вестник Адыгейского государственного университета. Серия 3: Педагогика и психология*. 2014. № 4. С. 70–75.
3. Асмолов А.Г. Психология современности: вызовы неопределенности, сложности и разнообразия // *Психологические исследования*. 2015. Т. 8. № 40. С. 1.
4. Loonstra B., Brouwers A., Tomic W. Feelings of existential fulfilment and burnout among secondary school teachers // *Teaching and Teacher Education*. 2009. Vol. 25. № 5. P. 752–757.
5. Burlinson W. Developing creativity, motivation, and self-actualization with learning systems // *International journal of human computer studies*. 2005. Vol. 63. № 4-5. P. 436–451.
6. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека. М.: Смысл, 2007. 523 с.
7. Андриенко Е.В. Педагогический профессионализм. Новосибирск: НГПУ, 2011. 188 с.
8. Абульханова К.А. Психология и сознание личности: проблемы методологии, теории и исследования реальной личности: избранные психологические труды. М.: МОДЭК, 1999. 224 с.
9. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: введение в психологию субъективности. М.: Школа-Пресс, 1995. 384 с.
10. Вахромов Е.Е. Развитие теории самоактуализации в отечественной педагогике и психологии // *Экзистенциальная и гуманистическая психология*. URL: [hpsy.ru/public/x044.htm](http://hpsy.ru/public/x044.htm).
11. Цукерман Г.А., Мастеров Б.М. Психология саморазвития. М: Интерпарк, 1995. 288 с.
12. Шостром Э. Человек-манипулятор. М.: Апрель-Пресс, 2008. 128 с.
13. Maslow A. Self-actualization and beyond // *Proceedings of the Conference on the Training of Counselors of Adults*. Winchester: The New England board of higher education, 1965. P. 108–131.
14. Франкл В. Воля к смыслу. М.: Апрель Пресс, 2000. 97 с.
15. Фазлиахметова Э.И. Сравнительный анализ гендерных особенностей самоактуализации личности в профессиях гуманитарного и технического профиля // *Вестник Тамбовского университета. Серия: Гуманитарные науки*. 2009. № 8. С. 272–277.

16. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Ласинская М.В. Самоактуализационный тест. М.: Рос. пед. агентство, 1995. 43 с.
17. Кухтерина Г.В. Профессиональное самосознание педагогов-психологов на этапе профессиональной подготовки в вузе // Вестник ТОГИРРО. 2013. № 3. С. 78–80.
18. Кусраева И.М. Самоактуализация студентов в условиях высшего профессионального образования // Ученые записки университета имени П.Ф. Лесгафта. 2009. № 8. С. 72–75.
19. Кузнецов Л.Б., Медведев А.В. Самоактуализация как фактор сохранения психического здоровья студентов вуза // Вестник Поморского университета. Серия: Гуманитарные и социальные науки. 2010. № 1. С. 117–124.
20. Runco M.A. Self-actualization empirical research on creativity and self-actualization // Encyclopedia of creativity. 2011. Vol. 2. P. 335–336.
8. Abulkhanova K.A. *Psikhologiya i soznanie lichnosti: problemy metodologii, teorii i issledovaniya realnoy lichnosti: izbrannye psikhologicheskie trudy* [Psychology and consciousness of the person: problems of methodology, theory and investigation into real personality: selected psychological works]. Moscow, MODEK Publ., 1999. 224 p.
9. Slobodchikov V.I., Isaev E.I. *Osnovy psikhologicheskoy antropologii. Psikhologiya cheloveka: vvedenie v psikhologiyu subektivnosti* [Fundamentals of psychological anthropology. Psychology of Human: introduction to the psychology of subjectivity]. Moscow, Shkola-Press Publ., 1995. 384 p.
10. Vakhromov E.E. Развитие теории самоактуализации в отечественной педагогике и психологии. *Ekzistentsialnaya i gumanisticheskaya psikhologiya*. URL: [hpsy.ru/public/x044.htm](http://hpsy.ru/public/x044.htm).
11. Tsukerman G.A., Masterov B.M. *Psikhologiya samorazvitiya* [The psychology of self-development]. Moscow, Interparks Publ., 1995. 288 p.
12. Shostrom E. *Chelovek-manipulyator* [Man, the manipulator]. Moscow, Aprel-Press Publ., 2008. 128 p.
13. Maslow A. Self-actualization and beyond. *Proceedings of the Conference on the Training of Counselors of Adults*. Winchester, The New England board of higher education Publ., 1965, pp. 108–131.
14. Frankl V. *Volya k smyslu* [The will to meaning]. Moscow, Aprel Press Publ., 2000. 97 p.
15. Fazliakhmetova E.I. Comparative analysis of gender peculiarities of individual self-actualization in the occupations of humanitarian and technical fields. *Vestnik Tambovskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye nauki*, 2009, no. 8, pp. 272–277.
16. Gozman L.Ya., Kroz M.V., Lasinskaya M.V. *Samoaktualizatsionnyy test* [Self-fulfilment test]. Moscow, Ros. ped. agentstvo Publ., 1995. 43 p.
17. Kukhterina G.V. Professional identity of teachers-psychologists at the stage of training at a higher school. *Vestnik TOGIRRO*, 2013, no. 3, pp. 78–80.
18. Kusraeva I.M. Self-actualization of students in conditions of higher professional education. *Uchenye zapiski universiteta imeni P.F. Lesgafta*, 2009, no. 8, pp. 72–75.
19. Kuznetsov L.B., Medvedev A.V. Self-actualization as a factor of preserving undergraduates mental health. *Vestnik Pomorskogo universiteta. Seriya: Gumanitarnye i sotsialnye nauki*, 2010, no. 1, pp. 117–124.
20. Runco M.A. Self-actualization empirical research on creativity and self-actualization. *Encyclopedia of Creativity*, 2011, vol. 2, pp. 335–336.

#### REFERENCES

1. SoonAh Lee, Schallert D.L. Becoming a teacher: coordinating past, present, and future selves with perspectival understandings about teaching. *Original research article teaching and teacher education*, 2016, vol. 56, pp. 72–83.
2. Fedina L.V., Soloveva E.A., Kukhterina G.V. Relationship between self-actualization and professional orientation of the future teacher. *Vestnik Adygeyskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriya 3: Pedagogika i psikhologiya*, 2014, no. 4, pp. 70–75.
3. Asmolov A.G. Psychology of modernity: the challenges of uncertainty, complexity and diversity. *Psikhologicheskie issledovaniya*, 2015, vol. 8, no. 40, p. 1.
4. Loonstra B., Brouwers A., Tomic W. Feelings of existential fulfilment and burnout among secondary school teachers. *Teaching and Teacher Education*, 2009, vol. 25, no. 5, pp. 752–757.
5. Burleson W. Developing creativity, motivation, and self-actualization with learning systems. *International Journal of Human Computer Studies*, 2005, vol. 63, no. 4-5, pp. 436–451.
6. Asmolov A.G. *Psikhologiya lichnosti: kulturno-istoricheskoe ponimanie razvitiya cheloveka* [Personality Psychology: Cultural and historical understanding of human development]. Moscow, Smysl Publ., 2007. 523 p.
7. Andrienko E.V. *Pedagogicheskiy professionalism* [Teaching professionalism]. Novosibirsk, NGPU Publ., 2011. 188 p.

**SPECIAL ASPECTS OF INTENSITY OF SELF-ACTUALIZATION COMPONENTS  
OF THE STUDENTS OF VARIOUS SPECIALTIES**

© 2016

*L.V. Fedina*, PhD (Pedagogy), Associate Professor,  
assistant professor of Chair of psychology and pedagogy of childhood  
*Tyumen State University, Tyumen (Russia)*

*Keywords:* self-actualization; professional growth; development of student's personality; coping-strategy; self-actualization profile; personality opportunities.

*Abstract:* Professional training should create the conditions for the disclosure of the student's individuality opportunities. Self-actualization is regarded as one of the most important resources that should intensify in the training of students. Specific features of vocational training can take into account different components of self-actualization. An empirical study of self-actualization profiles of students in various educational programs has involved 50 student-athletes and 45 psychology students. It has been found that for the total sample of subjects the most developed parts are the following components: "knowledge about the human nature", "capacity for spontaneity", "creativity", a high level of "self-esteem" and the fact that self-actualization does not depend on gender characteristics. Self-actualization profiles of psychology students and student-athletes have the similar pattern, and significant difference between the profile factors has not been identified. At the same time, it has been found that student-athletes have a higher factor of creativity, self-acceptance and independence in their actions. Psychology students, on the contrary, have more developed such factors as spontaneity, sensitivity, and self-esteem. The research has revealed a problematic area of psychology students' self-actualization: high self-esteem and lack of self-acceptance can provoke emotional burnout and dissatisfaction with themselves and their profession. Based on these results, the author can conclude that the development of self-actualization as an integral characteristic requires the development of spontaneity, creativity, and temporal competence; it is important for psychology students to increase confidence factors to themselves and the world, greater flexibility in behavior; students-athletes should expand the boundaries of self-esteem. The instrument of the components of students' self-actualization can become coping behavior. Reducing in the use of "escape-avoidance" coping and increase in "planning of the problem solution" and "creativity" will contribute to the development of self-esteem and reliance on their own values.