

УДК 378

DOI 10.37386/2413-4481-2020-1-43-48

М.И. Ефанова, Ю.В. Трофимова

**ДИНАМИКА САМОРЕАЛИЗАЦИИ СТУДЕНТОВ В ПРОЦЕССЕ ОБУЧЕНИЯ**

В статье обсуждаются проблемы самореализации. Анализируются результаты исследования самореализации студентов и собственно динамика самореализации в процессе обучения в вузе. Представлены данные исследования об изменениях в направленности самореализации студентов.

*Ключевые слова:* самореализация, ригидность, локус контроля, смысложизненные ориентации, ценностные ориентации.

M.I. Efanova, Yu.V. Trofimova

**DYNAMICS OF STUDENTS' SELF-REALISATION OF IN THE COURSE OF EDUCATION**

The article discusses the problems of self-realisation. The results of the study of students' self-realisation and the actual dynamics of self-realisation during the educational process in the university are analyzed. The authors present the data on the changes in the direction of self-realisation of the students.

*Key words:* self-realisation, constriction, locus of control, meaning orientations, value system

Новые тенденции образования объективируются запросами современного мира. Трансформация образовательной системы вуза идет не столько в русле изменения учебных планов (хотя они тоже меняются относительно новых требований к профессионалу), сколько в русле создания условия для индивидуальных форм развития, порождения психологических новообразований, обеспечивающих устойчивость и направленность человека как открытой психологической системы (В.Е. Ключко, О.М. Краснорядцева). Современное вузовское образование обращено к исследованию внутреннего потенциала студента: инновационного, личностного, коммуникативного, самореализационного и др. Таким образом, современное высшее образование призвано обеспечить становление профессионала, его саморазвитие, самоактуализацию, самореализацию. В нашем исследовании проводится анализ динамики самореализации как одной из характеристик, определяющих личностно-профессиональное становление студента.

Аналитический обзор научных работ, посвященных проблематике самореализации личности, показал, что понятие «самореализация» используется в научной литературе достаточно часто и несет на себе отпечаток исходных методологических позиций авторов. Так, А. Адлер рассматривает самореализацию через стремление человека к превосходству, и это стремление врожденно,

К. Роджерс – как проявление глубинной тенденции к актуализации, что и заставляет человека развиваться на самых различных уровнях. [1]. По мнению К. Роджерса, в человеке с рождения заложено стремление реализовать себя, он наделен силами, необходимыми для развития своих возможностей.

В отечественной психологии проблема самореализации разрабатывается А.А. Реаном, К.А. Абульхановой-Славской, Д.А. Леонтьевым, Л.А. Коростылевой, Э.В. Галажинским и др. Согласно точке зрения А.А. Реана, стремление к самореализации не есть стремление к достижению абсолютного идеала. Актуальная потребность в самореализации является показателями личностной зрелости и одновременно условием ее достижения. Кроме того, самореализация – это источник активного физического, социального и личностного долголетия. По мнению автора, идея саморазвития и самореализации, взятые вне контекста с феноменом самотрансценденции, ограничивают построение психологии личностной зрелости. Необходимы представления о самореализации и самотрансценденции как о едином процессе, основанном на «эффекте дополнительности – так называемой суперпозиции» [2].

Самореализация, по мнению К.А. Абульхановой-Славской, является высшей стадией развития зрелой человеческой личности, результатом

ее роста и развития. Самореализация возможна лишь тогда, когда самопознание своих способностей уже окончено, полностью сформирован «образ Я», имеется личностная готовность обеспечить всю совокупность внешних условий самореализации. При этом у личности возникает необходимость строить совокупность своих внешних воздействий с миром, которая и называется «самореализацией» [3].

Анализ проблемы самореализации Д.А. Леонтьев проводит на трех уровнях, т. е. рассматривает процесс самореализации через сущностные силы человека как родового существа (философский уровень), через поиск путей и способов самореализации в конкретных социокультурных условиях (социологический уровень), через анализ личностных качеств и внешних условий, которые позволяют каждой конкретной личности самореализоваться (психологический уровень) [4, 5]. Психологический аспект изучения самореализации Д.А. Леонтьев связывает с изучением потребностей. Автор опирается на разработанную им «трехуровневую типологию потребностей» [4, 5]. Первый уровень составляют потребности в обладании предметом, его физическом потреблении, второй уровень – потребности в распределении «мира человека», освоении форм деятельности, кристаллизованных в предметах материальной и духовной культуры, третий уровень – потребности в опредмечивании, в воплощении его сущностных сил, своей деятельности в предметных вкладах. Самореализация отождествляется с третьим уровнем представленной типологии потребностей, т. е. самореализация осуществляется через потребности третьего уровня (потребность в творчестве, в личном общении, в социально-преобразовательной деятельности, в материнстве и т. п.) [4, 5].

Типология потребностей, выделенная Д.А. Леонтьевым, легла в основу исследований самореализации Л.А. Коротылевой [6]. Методологическим основанием данной теории явилась концепция о регулирующей роли сознания в деятельности человека. Деятельность выступает в качестве главного условия самореализации. Автором данного направления одним из первых дано определение самореализации как осуществления возможностей развития «Я» посредством собственных усилий, содеятельности, сотворчества с другими людьми (ближним и дальним окружением), социумом и миром в целом [7]. К основным механизмам самореализации личности Л.А. Коростылева относит интериоризацию, идентификацию, рефлекссию и экстериоризацию [7]. В целом в процессе самореализации задействованы мотивационно-смысло-

вые и личностно-ситуативные механизмы, детерминирующие процесс самореализации.

Проблема самореализации как психологическая проблема рассматривается в работах Э.В. Галажинского. Автор выделяет в общей проблеме самореализации некоторые ее аспекты [8]: продуктивный аспект (что получается в результате самореализации, зачем человеку это нужно); личностный аспект, который позволяет ставить проблему потенциала самореализации и уровня креативности личности, направленной на мир и на себя; процессуальный аспект, в котором обнаруживают себя проблемы процесса самореализации в пространственно-временном аспекте; деятельностный аспект, который позволяет поставить проблемы направленности, избирательности, мотивации, детерминации, регуляции деятельности, посредством которых личность реализует себя. Данные аспекты автор рассматривает не просто как интегративные показатели одного процесса, а как различные проявления единого, «имея в виду человека как самоорганизующуюся психологическую систему, обладающую собственными ресурсами организации самодвижения, системной детерминацией и способностью производить факторы, в опоре на которые она может выстраивать директиву саморазвития и самореализации т. е. быть причиной самой себя» [8, 9]. Именно в контексте системно-антропологической психологии, где предметом выступает человек как самоорганизующаяся система, самореализация рассматривается как свойство самоорганизующихся систем и определяется как постепенно осознаваемый людьми процесс реализации собственных возможностей, который все более становится понятным людям как то, что обеспечивает смысл и ценность их собственного человеческого существования [8, 10]. Самореализация обеспечивается процессом жизнедеятельности, самодетерминации субъекта и расширением возникающих противоречий на жизненном пути [8, 10].

Опираясь на объяснительный потенциал системно-антропологической психологии, решается проблема детерминации самореализации личности. Выделяются «причинные» (инициирующие процесс самореализации) и «непричинные» (динамизирующие процесс самореализации) детерминанты [9]. Причинная детерминация определена самим фактом открытости психологических систем, которая выступает и условием ее существования. Поскольку формой существования системы является ее развитие, усложнение системной организации, то через самореализацию осуществляется саморазвитие системы.

Непричинная детерминация выступает как внеситуативная, определяемая степенью «открытости – закрытости» человека как системы, и обуславливает устойчивость системы и ее подвижность, степень легкости ее выхода «за пределы», особенности перестройки поведенческих стереотипов. В качестве основных факторов, влияющих на устойчивость системы, выступает личностная ригидность и локализация контроля личности. Характеризуя особенности перестройки поведенческих стереотипов и выработки новых норм, личностная ригидность и локус контроля выступают в качестве динамического фактора самореализации.

Непричинная детерминация, обуславливающая направленность самореализации и ее избирательный характер, обеспечивается такими психологическими новообразованиями, как смысловые образования. Выделяется два вида смысловых образований: первый вид смысловых образований детерминирован актуальным мотивом, здесь «устанавливается значимость предмета по отношению к уже актуальным потребностям и мотивам, вызывающим деятельность» [8, 9]. Второй вид смысловых образований, которые были определены как ценности, возникают на основе открываемой в предмете возможности организовать новую деятельность, отвечающую более высоким по рангу потребностям и иерархии всей системы потребностей личности» [8, 9]. Смыслы порождаются актуальными потребностями и актуальными мотивами, а ценности актуализируют потребность, выступая и как мотив ее реализации в деятельности, детерминируя тем самым дальнейшее развитие человека как открытой психологической системы. Проявляя себя в деятельности, человек реализует свои ценности, и наоборот, реализуя свои ценности, он проявляет свои возможности и расширяет свой многомерный мир. От соотношения направляющих и динамизирующих факторов зависит выбор жизненных сред, в которых человек наиболее полно может реализоваться, что находит отражение и в исследовании, проведенном нами ранее [11]. Ценности и смыслы указывают на те элементы, которые могут выступать в функции мотивационных оснований самореализации.

Данный методологический базис (системно-антропологическая психология), с учетом понимания личности студента как сложной самоорганизующейся системы, позволяет, во-первых, развить представление об особенностях самореализации студентов и, во-вторых, проследить динамику самореализации студентов в системе вузовского образования.

Исследование динамики самореализации студентов в процессе освоения профессиональной деятельности как одной из сфер жизнедеятельности осуществлялось в два этапа. На первом этапе изучение самореализации проводилось со студентами первого курса. В нем приняло участие 90 испытуемых. Второй этап диагностики осуществлялся на четвертом курсе с этими же студентами. В силу естественного хода обучения в конечном этапе исследования приняли участие только 73 студента. Исследование проводилось в одном из вузов города Барнаула со студентами очного отделения.

Методики исследования: самоактуализационный тест (Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, М. В. Латинская) [12], тест-опросник субъективного контроля (УСК) (Дж. Роттер, адаптирован Е.Ф. Бажиным, С.А. Голькиной, А.М. Эткиндоном) [13], томский опросник ригидности (Г.В. Залевский) [14], методика «Уровень соотношения ценности и доступности в различных жизненных сферах (УСЦД)» (Е.Б. Фанталова) [15], тест смысловых ориентаций (Д.А. Леонтьев) [16].

Анализ результатов первого этапа исследования позволил нам выделить особенности самореализации студентов-первокурсников. Данные самоактуализационного теста позволяют охарактеризовать отдельные аспекты самоактуализации, рассматриваемой нами как актуальные потенции самореализации. Для студентов, начинающих освоение профессиональной деятельности, свойственно в той или иной мере воспринимать свою жизнь как целостную, т. е. переживать настоящий момент своей жизни в ее связанности с прошлым и будущим. В большинстве своем студенты ориентируются на собственные цели, установки, убеждения и относительно этого выстраивают отношения с окружающим миром и самим собой (75,3 %). Студентам-первокурсникам доступно понимание ценностей самоактуализирующейся личности, но не их реализация в собственной жизнедеятельности. Кроме того, они спонтанно выражают свои чувства, принимают себя такими, как есть, вне зависимости от оценки своих достоинств и недостатков, и отдают себе отчет в том, как они поступают. Однако анализ дополнительных аспектов самоактуализации показал, что у студентов-первокурсников низкий уровень межличностной чувствительности и познавательных потребностей. Эти два аспекта самоактуализации свидетельствуют о том, что у студентов могут появиться сложности в решении их основных жизненных задач: познание профессии в квазипрофессиональной деятельности и поиск спутника жизни.

Более чем трети студентов свойственна ригидность. Так, у 34,2 % испытуемых выражена склонность к фиксированным формам поведения, т. е. неспособность изменить мнение, отношение, модус переживания даже при объективных обстоятельствах. У 46,6 % испытуемых реакция на новизну отрицательная, т. е. у них появляется выраженное отрицательное эмоциональное состояние, требующее каких-либо новых изменений. 31,6 % испытуемых уже в подростковом возрасте испытывали трудности изменения поведения, установок, эмоциональных проявлений. Более половины исследуемой выборки (64,4 %) склонны к ригидному поведению в ситуации страха, стресса, утомления. Мы полагаем, что высокий уровень личностной ригидности будет являться блокирующим фактором в динамике самореализации, т. к. фиксированные формы поведения препятствуют объективации и реализации наличных возможностей.

У студентов-первокурсников преобладает внешний локус контроля, т. е. они считают, что успехи, достижения, радости, неудачи, поражения зависят от внешних обстоятельств, от других людей, от судьбы и т. д. Однако в таких сферах жизнедеятельности, как межличностные и производственные отношения и область здоровья, студенты сами несут ответственность за происходящие события, т. е. они считают свои действия важным фактором организации производственной (квазипрофессиональной) деятельности, формальных и неформальных отношений, а также контроль за своим здоровьем и успешностью выздоровления возлагают только на себя.

Анализ смысложизненных ориентаций как одного из факторов, направляющих самореализацию, показал, что у студентов-первокурсников смысложизненные ориентации в основном сформированы, т. е. для большинства студентов характерна целеустремленность, планирование будущего (хотя не всегда планы имеют под собой реальную основу или подкреплены личной ответственностью за их реализацию). В основном студенты удовлетворены своей жизнью, воспринимают ее как интересную и эмоционально наполненную. Однако в исследуемой группе часть студентов (до 15 %) не удовлетворены своей жизнью, ориентируются на какой-то один отрезок жизни (либо прошлое, либо настоящее), не верят в собственные силы и убеждены, что жизнь человека неподвластна сознательному контролю.

Ведущими ценностными ориентациями студентов-первокурсников являются счастливая семейная жизнь, любовь и здоровье. Анализ

данных методики (соотношение ценностей и доступности) позволил выявить рассогласования между осознанием ведущих жизненных ценностей, личностных замыслов, жизненных целей и плоскостью всего, что является непосредственно доступным, связанным с осуществлением конкретных, легкодостижимых целей, находящихся в легкой досягаемости. Результаты проведенного исследования показали, что существует разрыв между потребностью в достижении внутренне значимых ценностных объектов и возможностью такого достижения в реальности, в сферах здоровья (15,1 %), интересной работы (13,7 %), материально-обеспеченной жизни (41,1 %), уверенности в себе (10,9 %), счастливой семейной жизни (27,4 %). Помимо этого был выявлен внутренний вакуум в таких сферах, как активная, деятельная жизнь (19,1 %), красота природы и искусство (26,1 %), любовь (17,8 %), познание (27,4 %), творчество (19,2 %), т. е. эти сферы доступны, избыточны, но не достаточно ценны. Таким образом, результаты по данной методике свидетельствуют о неудовлетворенности текущей жизненной ситуацией, внутренней конфликтности, блокаде актуальных потребностей и мотивов, ответственных за направление и избирательность самореализации.

Таким образом, студентов-первокурсников можно охарактеризовать как самоактуализирующихся личностей с умеренным уровнем личностной ригидности, с экстернальным локусом контроля, ориентированных на ценности счастливой семейной жизни, любви и здоровья. Однако проблемными зонами самореализации остаются низкий уровень межличностной чувствительности, познавательных потребностей, низкая ответственность за свои успехи и неудачи в различных сферах жизнедеятельности, рассогласование между осознанием ведущих жизненных ценностей, личностных замыслов, жизненных целей и тем, что является доступным, связанным с осуществлением конкретных, легкодостижимых целей.

Анализ результатов второго этапа исследования свидетельствует о том, что устойчивость самореализации осталась практически неизменной. Так, произошли небольшие изменения в континуумах «ригидность – гибкость» и «интернальность – экстернальность». Незначительно, но уменьшилось число студентов с высоким уровнем ригидности по всем шкалам, кроме ригидности в состоянии стресса, страха и т. д. Здесь на 2 % произошло увеличение числа испытуемых. Это можно объяснить ситуаций кризиса обуче-

ния, связанного с предстоящим выходом в самостоятельную профессиональную деятельность. К четвертому курсу уменьшилось число студентов с интернальным и экстернальным локусом контроля и увеличилось число испытуемых с неопределенным локусом контроля (от 2 % до 20 %) по разным областям (кроме области здоровья).

Динамика самореализации личности студентов наблюдается только в области личностных качеств, ответственных за направление и избирательность самореализации. Это подтверждают и данные, полученные с помощью t-критерия Стьюдента для связанных (зависимых) выборок (см. табл.).

Показатели самореализации студентов (1 курс и 4 курс)

Методика	Шкала	Средние значения (1 этап)	Средние значения (2 этап)	t =	p =
САТ	Поддержки	44,356	47,095	-2,029	,046
	Ценностные ориентации	10,890	11,821	-2,23	,027
	Принятие агрессии	8,137	8,849	-2,599	,011
	Познавательные потребности	4,562	5,082	-2,122	,037
	Креативность	6,068	6,767	-2,318	,023
УСК	Интернальность в области здоровья	4,958	3,328	6,363	,000
УСЦД	Активная деятельная жизнь (Ц)	3,643	4,425	-3,591	,001
	Красота природы и искусство (Ц)	2,260	2,918	-2,954	,004
	Уверенность в себе (Ц)	6,164	5,562	2,836	,006
	Счастливая семейная жизнь (Ц)	8,479	5,904	3,140	,002
	Интересная работа (Д)	4,054	4,767	-2,395	,019
	Материально-обеспеченная жизнь (Д)	3,548	4,656	-2,648	,010
	Наличие хороших друзей (Д)	7,425	6,658	2,601	,011
	Познание (Д)	5,945	5,178	2,911	,005

Примечание: Ц – ценность, Д – доступность; САТ – самоактуализационный тест; УСК – уровень субъективного контроля; УСЦД – уровень соотношения ценности и доступности.

Исходя из данных, представленных в таблице, можно сказать, что у студентов, заканчивающих обучение в вузе, более выражено (чем у них же на первом курсе) стремление руководствоваться в жизни собственными целями, установками и принципами, ориентация на ценности самоактуализирующейся личности, способность принимать раздражение, гнев как естественное проявление человеческой природы, а также творческая и познавательная потребности. Направленность самореализации на четвертом курсе чаще, чем на первом, обусловлена ориентацией на такие ценности, как активная деятельная жизнь, красота природы и искусство. Более того, студентам стали доступны такие сферы, как интересная работа и материально-обеспеченная жизнь. Это можно объяснить наличием у студентов четвертого кур-

са опыта работы в профессии (в рамках педагогической практики и индивидуального труда).

Помимо этого, к четвертому курсу значительно снизился процент студентов, имеющих внутренний конфликт или внутренний вакуум в различных жизненных сферах. Это связано с тем, что студентам в процессе обучения в вузе открылись возможности (в рамках учебно-профессиональной деятельности: олимпиады, научные конкурсы, программы дополнительного образования, личностные, коммуникативные и др. тренинги и т. д.) актуализации личностных ресурсов, что привело к подъему доступности той или иной жизненной сферы, а значит, сокращается разрыв между ценностью и доступностью, тем самым решается внутренний конфликт. Снижение процента испытуемых, имеющих внутренний конфликт или

внутренний вакуум, связан с мобилизацией других смыслообразующих мотивов, что подтверждено результатами второго этапа исследования.

Таким образом, результаты проведенного исследования свидетельствуют, что, не смотря на имеющиеся реальные возможности, предоставляемые современным образованием (олимпиады, научные конкурсы, квазипрофессиональные

конкурсы, программы дополнительного образования, личностные, коммуникативные тренинги и др.), не все студенты пока могут раскрыть в полной мере свой самореализационный потенциал. Установлено, что динамика самореализации студентов связана с изменением ценностно-смысловой сферы, определяющей направленность и избирательность самореализации.

### Библиографический список

1. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Прогресс: УНИВЕРС, 1994. 480 с.
2. Реан А. А. Самоактуализация и самотрансценденция личности // Психология личности в трудах отечественных психологов. СПб., 2000. С. 305–307.
3. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 301 с.
4. Леонтьев Д. А. Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом (гуманистическая перспектива в постсоветской психологии). М.: Смысл, 1997. 336 с.
5. Леонтьев Д. А. Новые ориентиры понимания личности в психологии: от необходимого к возможному // Вопросы психологии. 2011. № 1. С. 3–27.
6. Коростылева Л. А. Проблема самореализации личности в системе наук о человеке // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. А. А. Крылова, Л. А. Коростылевой. СПб.: Изд-во Санкт-Петербургского гос. ун-та, 1997. С. 3–19.
7. Коростылева Л. А. Психологические детерминанты самореализации личности // Психологические проблемы самореализации личности. 1998. Вып. 2. С. 5–15.
8. Клочко В. Е., Галажинский Э. В. Самореализация личности: системный взгляд / под ред. Г. В. Залевского. Томск: Изд-во Томского ун-та, 1999. 154 с.
9. Клочко В. Е., Краснорядцева О. М. Развитие многомерного профессионального мышления преподавателей исследовательского университета. Томск: Издательский Дом Томского гос. ун-та, 2015. 178 с.
10. Ефанова М. И. Смысловая теория мышления как методологическая основа изучения потенциала самореализации личности // Вестник Алтайского государственного педагогического университета. 2017. № 2 (31). С. 64–67.
11. Трофимова Ю. В. Сравнительный анализ проявлений инициативности и ответственности студентов с разной степенью вовлеченности в образовательную среду // Мир науки, культуры, образования. 2011. № 4-1 (29). С. 188–191.
12. Гозман Л. Я., Кроз М. В., Латинская М. В. Самоактуализационный тест. М.: Российское педагогическое агентство, 1995. 43 с.
13. Реан А. А. Практическая психодиагностика личности: учеб. пособие. СПб: Изд-во Санкт-Петербургского ун-та, 2001. 223 с.
14. Залевский Г. В. Психическая ригидность в норме и патологии. Томск: Изд-во Томского ун-та, 1993. 272 с.
15. Фанталова Е. Б. Диагностика и психотерапия внутреннего конфликта. Самара: БАХРАХ, 2001. 128 с.
16. Леонтьев Д. А. Тест смысложизненных ориентаций. М.: Смысл, 2006. 18 с.