

Интернет-журнал «Мир науки» / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2018, №2, Том 6 / 2018, No 2, Vol 6 <https://mir-nauki.com/issue-2-2018.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/47PSMN218.pdf>

Статья поступила в редакцию 27.03.2018; опубликована 22.05.2018

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Лимонова О.О., Колесникова Т.В. Психологическая поддержка самоактуализации личности студентов высшей школы // Интернет-журнал «Мир науки», 2018 №2, <https://mir-nauki.com/PDF/47PSMN218.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

**For citation:**

Limonova O.O., Kolesnikova T.V. (2018). Psychological support of self-actualization of the person of students of high school. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 2(6). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/47PSMN218.pdf> (in Russian)

УДК 159.923:378

ГРНТИ 15.21.51

**Лимонова Ольга Олеговна**

ФГБОУ ВО «Ставропольский государственный аграрный университет», Ставрополь, Россия  
Доцент кафедры «Педагогики, психологии и социологии»  
Кандидат педагогических наук  
E-mail: ol.limonova100@yandex.ru

**Колесникова Татьяна Викторовна**

ФГБОУ ВО «Ставропольский государственный аграрный университет», Ставрополь, Россия  
Старший преподаватель кафедры «Педагогики, психологии и социологии»  
Кандидат педагогических наук  
E-mail: pedagogiki.kafedra@yandex.ru

## **Психологическая поддержка самоактуализации личности студентов высшей школы**

**Аннотация.** На современном этапе развития общества проблема самоактуализации личности в период юношеского возраста недостаточно разработана. В статье раскрывается проблема исследования психологической поддержки самоактуализации личности студентов высшей школы. Описываются характеристики самоактуализации личности студента, исследования развития самоактуализации личности в период обучения в высшей школе. В статье рассмотрены внешние и внутренние барьеры, являющиеся препятствием для развития способности к самоактуализации у молодых людей. Авторы отмечают, что самоактуализация личности в студенческом возрасте будет протекать более эффективно при условии оказания психологической поддержки в период их обучений в высшей школе. В статье представлены пути решения психологической поддержки самоактуализации личности в учебном и воспитательном процессе. В ходе исследования самоактуализации личности студентов высшей школы авторами были использованы следующие методы исследования: беседа, наблюдение, самоактуализационный тест «САМОАЛ», тест-опросник «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера (УСК), методика исследования самоотношения (МИС) (С.Р. Пантелеев, В.В. Столин). В статье приводятся результаты проведенного исследования, которые показывают положительную динамику самоактуализации личности студентов высшей школы в ходе реализации разработанной программы «Личностный рост». Отмечается, что самоактуализация личности студентов является многомерным явлением, сложной, изменяющейся категорией, которая мобилизует собственные ресурсы для выявления и преодоления внутренних противоречий саморазвития, расширяет самопознание, дает возможность реализовать

жизненные планы. Разработанная авторами программа «Личностный рост» для молодых людей, обучающихся в вузе, дала положительные результаты самоактуализации личности студентов высшей школы.

**Ключевые слова:** самоактуализация; самореализация; психологическая поддержка; личность; студент; профессиональная деятельность

### Введение

Самоактуализация представляет собой конкретную теоретическую трактовку развития и самореализации личности, сложившуюся в определенной научной парадигме – личностно-ориентированном варианте гуманистической психологии, предполагающем наличие врожденного потенциала специфически человеческих свойств и характеристик, который должен при благоприятных условиях развития разворачиваться, переходя из потенциальной в актуальную форму [4].

Становление личности зависит от того, в какой социальной среде оно происходит, поскольку человек усваивает личностные атрибуты именно этой среды [10].

Молодое поколение, объединяющееся социальным институтом высшей школы, – студенчество. Слово «студент» имеет латинское происхождение и в переводе на русский язык означает «усердно работающий, занимающийся». Человек студенческого возраста (18-25 лет) переживает так называемую позднюю юность, характеризуется как личность с трех сторон:

1. с психологической стороны (направленность, характер, темперамент, способности), от них напрямую зависит протекание всех психических процессов;
2. с биологической стороны (непосредственно имеет тип высшей нервной деятельности, строение анализаторов, инстинкты, рост, цвет глаз и т. д.);
3. с социальной стороны (дает представления принадлежности студента к определенным социальным группам, его национальности и т. д.).

Проблемами исследования самоактуализации личности занимались как зарубежные, так и отечественные психологи, среди них К. Гольдштейн, Э. Деси, А. Маслоу, Р. Мэй, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл, К.А. Абульханова-Славская, Л.И. Анцыферова, А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев, В.А. Петровский и др.

Студенческий возраст характеризуется достижением наивысших, «пиковых» результатов, базирующихся на всех предшествующих процессах биологического, психологического, социального развития [8].

Полноценная реализация человека в профессиональной деятельности является неотъемлемой частью личностной самоактуализации.

Самоактуализация – этимологически происходит от слова «актуализация», что обозначает переход из состояния возможности в состояние действительности.

Все поведение регулируется объединяющим мотивом – тенденцией к актуализации, тенденцией развивать свои способности, чтобы сохранять и развивать личность [8].

В ходе самоактуализации возникает стремление личности к широкому раскрытию и развитию своих индивидуальных возможностей и потенциала.

На современном этапе развития общества проблема самоактуализации личности в период юношеского возраста недостаточно раскрыта. Характеристики, которые составляют структуру потребности самоактуализации личности студента, не достаточно изучены. Молодым людям сложно преодолевать трудности, возникающие в начинающейся

профессиональной деятельности. Сегодня не хватает комплексных исследований развития самоактуализации личности в период обучения в высшей школе.

Целью нашего исследования являлась разработка и внедрение программы психологической поддержки самоактуализации личности студентов в высшей школе. В данном исследовании методологической базой являются аксиологический подход, личностно-ориентированный подход, принципы детерминизма и развития личности.

Теоретическую основу исследования составляют современные теории личности (А.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, А.В. Петровский, А.Н. Леонтьев, К. Роджерс, А. Маслоу, В. Франкл и др.), принципы построения психологических практик (И.В. Дубровина, И.Б. Котова, Л.А. Петровская, К. Рудестам, В. Сатир и др.), концептуальные положения личностно-развивающего образования (Е.В. Бондаревская, И.Б. Котова, И.Я. Лернер, А.В. Петровский, М.Н. Скаткин и др.).

Выдвинутая нами гипотеза исследования основана на предположении о том, что одним из средств реализации **самоактуализации личности студентов высшей школы** является разработка программы **психологической поддержки «Личностный рост»**, направленной на повышение уровня самоактуализации личности студентов.

### **Анализ информационных источников по проблеме самоактуализации личности**

Чем более зрелой становится личность, чем более разветвленной становится система ее связей, реализуемых потоком деятельности в обществе, чем чаще сталкивается она с проблемой выбора между различными и порой весьма противоречивыми мотивами [1].

Самоактуализация – стремление человека в своем развитии наиболее полно выявлять и развивать свои личностные возможности, таланты, способности [9].

Являясь интегративной характеристикой, самоактуализация личности предполагает выявление особенностей воспитания личности. Необходимо отметить, что в современной научной и учебной литературе акцент делается на образование и воспитание всесторонне развитой личности.

Анализ информационных источников показывает, что самоактуализация личности студента выдвигается на роль важнейшего мотивационного фактора. Самоактуализация предусматривает наличие благоприятных социально-исторических условий.

Описание теории самоактуализации исследовалось в рамках гуманистического направления психологии личности. Значительный вклад в изучение данной проблемы внес А. Маслоу. Одной из сторон данной проблемы был анализ самоактуализации как процесса развития личности, который длится в течение всего периода жизни человека и определен специфической «мотивацией развития», вероятность проявления которой не находится в прямой связанности от степени удовлетворения основных потребностей. Анализируя самоактуализацию, рассматриваемую как процесс, с мотивацией развития, А. Маслоу полагал, что человек является тем, чем он есть, и вместе с тем, чем он старается быть. Согласно А. Маслоу, люди, достигшие полной самоактуализации, становятся эффективными профессионалами, самоотверженными в своей профессиональной деятельности [5].

Ученый К. Гольдштейн описал понятие «самоактуализация» как научную категорию, предполагающую определение биологического процесса, существующего в любом живом организме. К. Гольдштейн анализировал самоактуализацию в качестве основного процесса в каждом организме, который может иметь не только позитивные, но и негативные результаты для человека.

К. Роджерс отмечал, что самоактуализация представляет собой силу, которая побуждает человека развиваться на разных уровнях – от овладения моторными навыками до высших творческих взлетов [6].

Отечественный психолог А.Г. Асмолов проводил исследования феномена самоактуализации личности с позиций самостоятельного выбора индивидуального пути продвижения и развития человека, при этом выбор предполагает, с точки зрения ученого, нацеленность на мотивы и личностные смыслы человека [2].

Изучая проблему самоактуализации, ученые Л.С. Выготский, А.Н. Леонтьев и С.Л. Рубинштейн описывали, что личность как субъект деятельности, индивидуально формируется в деятельности и общении, раскрывает особенности этой деятельности и общения [6].

Согласно исследованиям С.Л. Рубинштейна, становление личности и развитие самосознания является процессом, продолжающимся длительное время, предполагающим изучение индивидуальных сторон личности, свойств, особенностей, мотивов и желаний [7].

Как описывает А.Н. Леонтьев, личность может стать счастливой и удовлетворенной лишь в том случае, если планируются, а затем реализуются жизненные цели человека [3].

В научной литературе дается характеристика особенностей самоактуализации, самоактуализация рассматривается как процесс раскрытия в личности задатков, потенциала и ресурсов, описываются общее и различия процессов самоактуализации, самореализации, самоутверждения, самовыражения и саморазвития. Различия выражены изменяющейся мотивационной сферой личности.

В студенческом возрасте возникают барьеры, представляющие собой особые трудности для развития способности к самоактуализации. Таковыми являются: несформированность мотивационной сферы личности молодого человека, несформированность способов саморазвития, неадекватные самооценки, отсутствие потребности в самовоспитании и самосовершенствовании и т. д.

### **Психологическая поддержка самоактуализации личности студентов**

По нашему мнению, самоактуализация личности в студенческом возрасте будет протекать более эффективно при условии оказания психологической поддержки в период их обучений в высшей школе. Реализация психологической поддержки самоактуализации личности в учебном и воспитательном процессе предполагает создание благоприятного психологического климата, вследствие чего каждый студент может работать над собой, развивать индивидуальное самопознание, а также способность саморазвиваться и самосовершенствоваться.

Барьеры, представляющие собой особые трудности для развития способности к самоактуализации у молодых людей, могут быть внешними и внутренними, которые в свою очередь обусловлены объективными и субъективными факторами.

Внешними барьерами являются:

- в образовательном учреждении не создаются условия для успешного саморазвития и самоактуализации личности;
- наличие конфликтов препятствуют стремлению личности к самоактуализации;
- отсутствие поддержки самоактуализации личности со стороны педагогического коллектива.

Внутренними барьерами являются:

- отсутствие желания и побуждения к самоактуализации;
- отсутствие способностей к самоактуализации;
- недостаточные умения и навыки саморазвития и самовоспитания;
- инфантильность, неспособность заставить себя измениться, самосовершенствоваться;
- заниженная самооценка, препятствующая жизненному удовлетворению;
- завышенная самооценка, препятствующая стремлению к развитию и улучшениям;
- пассивное отношение к различным инновациям, предполагающим работу над собой [7, 8].

Психологическое осмысление данной проблемы приводит к необходимости разработки и реализации новых эффективных путей.

Наиболее последовательной и отвечающей целям нашего исследования является психологическая поддержка студентов на пути их самоактуализации. Нами были выделены различные уровни системы ценностных ориентации студентов, выполняющие функции регуляции поведения.

На начальном этапе в проведенном исследовании приняли участие студенты Ставропольского государственного аграрного университета в количестве 79 человек в возрасте 18-19 лет. В ходе исследования самоактуализации личности студентов высшей школы нами были использованы следующие методы исследования: беседа, наблюдение, самоактуализационный тест «САМОАЛ», тест-опросник «Уровень субъективного контроля» Дж. Роттера (УСК), методика исследования самоотношения (МИС) (С.Р. Пантелеев, В.В. Столин). Исследования показали низкий и средний уровень самоактуализации студентов. После чего были сформированы 3 группы студентов: 1 группа 28 человек, 2 группа 26 человек и 3 группа 25 человек.

Решение проблемы психологической поддержки самоактуализации личности студентов высшей школы мы видим в реализации разработанной нами программы «Личностный рост». Программа направлена на преодоление барьеров и повышение самоактуализации студентов и включает в себя следующие разделы:

1. Психологические тренинги.
2. Социально-психологические игры.
3. Тематические дискуссии.
4. Круглые столы.
5. Интерактивные занятия.

В течение одного учебного года предоставлялась помощь педагогов-психологов, направляющих студентов на развитие самоактуализации. Занятия проводились два раза в неделю. Создание благоприятного психологического климата внутри коллектива студенческой группы, является необходимым условием для становления самоактуализации личности студентов.

Психологическая служба направляла обучающихся на формирование высших ценностей: ценности роста и развития. У студентов раскрывались такие качества, как доброта, справедливость, самодостаточность и т. д. Все это непосредственно сказалось и на положительной динамике успеваемости студентов.

Анализ результатов проведенного исследования показал, что на констатирующем этапе были выявлены низкие показатели самоактуализации личности студента в образовательном процессе вуза – у 39,2 % студентов, у 55,7 % студентов средний уровень самоактуализации, лишь у 5,1 % выявлен высокий уровень. В ходе проделанной нами работы по психологической поддержке самоактуализации личности студентов в контексте учебно-образовательной деятельности можно наблюдать положительную динамику изучаемых показателей. Так, на заключительном этапе исследования были выявлены следующие результаты: у 20,3 % студентов высокий уровень самоактуализации, у 79,7 % студентов средний уровень самоактуализации, студентов с низким уровнем самоактуализации не выявлено.

### Заключение

Таким образом, процесс самоактуализации студентов в вузе предполагает стремление к осуществлению будущей профессиональной деятельности по максимально полному развитию своей личности. Самоактуализация личности студентов высшей школы, будучи многомерным явлением, является особенно сложной, изменяющейся категорией, которая предусматривает выявление и преодоление внутренних противоречий саморазвития, мобилизацию собственных ресурсов, способность к развитию ценностных ориентаций, расширению путей для самопознания, к достижению жизненных планов.

Разработанная нами программа направлена на повышение уровня самоактуализации личности студентов, с элементами самоконтроля и самодиагностики дала положительные показатели, что, несомненно, сказывается на их личностном развитии.

### ЛИТЕРАТУРА

1. Асмолов А.Г. Психология личности: культурно-историческое понимание развития человека [Текст]: учебное пособие / А. Асмолов. – 3-е изд., испр. и доп. – М.: Смысл: Издательский центр «Академия», 2007. – 528 с.
2. Асмолов, А. По ту сторону сознания. Методологические проблемы неклассической психологии [Текст]: учебное пособие / А. Асмолов. – М.: Смысл, 2002. – 480 с.
3. Леонтьев, А.Н. Деятельность. Сознание. Личность [Текст]: учебное пособие / А.Н. Леонтьев. – М.: Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
4. Леонтьев, Д.А. Современная психология мотивации [Текст]: учебное пособие / Д.А. Леонтьев. – М.: Смысл, 2004. – 343 с.
5. Маслоу, А. Мотивация и личность [Текст]: учебное пособие / А. Маслоу. – СПб.: Питер, 2008. – 352 с.
6. Петровский, А.В., Ярошевский М.Г. Теоретическая психология [Текст]: учебное пособие / А.В. Петровский, М.Г. Ярошевский. – М., 2003. – 496 с.
7. Рубинштейн, С.Л. Основы общей психологии [Текст]: учебное пособие / С.Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002. – 720 с.
8. Столяренко, Л.Д. Основы психологии [Текст]: учебное пособие / Л.Д. Столяренко. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2003. – 672 с.
9. Ступницкий, В.П. Психология [Текст]: учебник для бакалавров / В.П. Ступницкий, О.И. Щербакова, В.Е. Степанов. – М.: Издательско-торговая корпорация «Дашков и К», 2013. – 520 с.
10. Утлик Э.П. Психология личности [Текст]: учебное пособие для студ. высш. учеб. заведений / Э.П. Утлик. – М.: Издательский центр «Академия», 2008. – 320 с.

**Limonova Olga Olegovna**

Stavropol state agrarian university, Stavropol, Russia  
E-mail: ol.limonova100@yandex.ru

**Kolesnikova Tatyana Viktorovna**

Stavropol state agrarian university, Stavropol, Russia  
E-mail: pedagogiki.kafedra@yandex.ru

### **Psychological support of self-actualization of the person of students of high school**

**Abstract.** At the present stage of development of society the problem of self-actualization of the person during youthful age is insufficiently developed. The article reveals the problem of studying psychological support of self-actualization of higher school students. The paper describes the characteristics of self-actualization of the student's personality, the study of the development of self-actualization of the individual in the period of study in high school. The article deals with external and internal barriers that are an obstacle to the development of self-actualization in young people. The authors note that the self-actualization of personality in student age will flow more efficiently under the condition of providing psychological support during their training in high school. The article presents the ways to solve psychological support of self-actualization of the individual in the educational process. During the study of self-actualization of the personality of students of higher school, the authors used the following methods: interview, observation, self-actualization test "SAMAEL", the test-questionnaire "the Level of subjective control" John. The rotter (UIC), research technique of self (IIAs) (S.R. Panteleev, V.V. Stolin). The article presents the results of the study, which show the positive dynamics of self-actualization of higher school students during the implementation of the program "Personal growth". It is noted that the self-actualization of students' personality is a multidimensional phenomenon, a complex, changing category, which mobilizes its own resources to identify and overcome internal contradictions of self-development, expands self-knowledge, makes it possible to realize life plans. The program "Personal growth" developed by the authors for young people studying at the University gave positive results of self-actualization of the personality of higher school students.

**Keywords:** self-actualization; self-realization; psychological support; personality; student; professional activity