

Мир науки. Педагогика и психология / World of Science. Pedagogy and psychology <https://mir-nauki.com>

2019, №4, Том 7 / 2019, No 4, Vol 7 <https://mir-nauki.com/issue-4-2019.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/70PSMN419.pdf>

Ссылка для цитирования этой статьи:

Динов Е.Н. Исследование психологических факторов самореализации в системе общественных взаимоотношений // Мир науки. Педагогика и психология, 2019 №4, <https://mir-nauki.com/PDF/70PSMN419.pdf> (доступ свободный). Загл. с экрана. Яз. рус., англ.

For citation:

Dinov E.N. (2019). The study of the psychological factors of self-realization in the system of public relations. *World of Science. Pedagogy and psychology*, [online] 4(7). Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/70PSMN419.pdf> (in Russian)

УДК 159.9

Динов Евгений Николаевич

ФГАОУ ВО «Российский университет дружбы народов», Москва, Россия
Заведующий кафедрой «Прикладной психологии и психотерапии»

Кандидат медицинских наук

E-mail: posantr@yandex.ru

Исследование психологических факторов самореализации в системе общественных взаимоотношений

Аннотация. В исследованиях, изучающих самореализацию, существенным является определение психологического содержания самого понятия и разграничение его с другими родственными понятиями. Под самореализацией чаще всего понимают умение человека раскрывать собственные возможности, подчиняя своим целям психические и физические функции организма. Самореализация определяется также и как обеспечение личностной активности, что обуславливает проявление настойчивости, целеустремленности, инициативности в поступках, деятельности, труде; как процесс, направленный на коррекцию или смену действий в соответствии с задачами субъекта и условиями, в которых он действует.

В статье осуществлен анализ проблемы формирования и развития личности как саморегулирующейся системы и как субъекта личностной активности. Определено, что проявлениями самореализации являются умение критического самооценивания, произвольного руководства и перестройки собственных поступков, стремление к соблюдению социально-ценных и личностно-значимых норм.

Цель исследования – осуществить сравнительный анализ выраженности самореализационных характеристик с показателями самодетерминации и с показателями психологического благополучия личности.

Экспериментально подтверждено, что осуществление личностной самореализации возможно при условии, когда личность помимо адекватного отражения и моделирования существующей ситуации способна к преобразованию собственной внутренней и внешней активности согласно модели предполагаемой ситуации.

Полученные в нашем исследовании данные позволяют подтвердить предположение о возможности рассмотрения самореализации личности как сложного интегративного процесса взаимодействия личностного потенциала и социума. Самореализация личности зависит от ее

индивидуальных особенностей, от ее отношения к своему внутреннему миру, от глубины интенсивности процесса познания себя и прочее.

Ключевые слова: личность; самореализация; саморегуляция; самосознание; поведение

Введение

Процесс самореализации личности предполагает ее собственную активность, направленную на самосозидание и самоутверждение ценности Я. В процессе самореализации осуществляется потребность индивида реализовывать себя в своем личном, индивидуальном творческом порыве, в реальном значимом для него достижении и потребности принятия его достижений другими, обществом как реально социально значимого, потребность принимать участие в воспроизводстве социального через презентацию ему своего Я, состояться как реальный носитель социальной действительности [1].

При этом самореализация в реальной жизни как объективно обязательный (хотя и осуществляемый в разной степени) компонент процесса развития во всех случаях предусматривает целеустремленность презентации человеком себя социуму в той или иной форме презентации последнего – микросоциума, макросоциума – от семьи до мирового сообщества. Самореализация определяется в своих границах степенью способностей, возможностей человека как действенного субъекта, фиксирует различные уровни и формы осуществления на различных этапах онтогенеза [2].

В акмеологии исследуются закономерности, тенденции, условия и факторы, влияющие на самоосуществление человеком своего потенциала. Как отмечает В.В. Байдук [3], самореализация – это объективно мотивированная потребность состояться, что становится целью, осуществляется в реальных действиях, в конкретных видах деятельности, является необходимым моментом не только саморазвития индивида, роста его самости в развивающей деятельности, но и его деятельности из-за накопления творческих решений, формирующих новые дистанции и структуры поиска, усложнения ее структуры, повышения степени действенности. И в этом плане самореализация объективно выступает как необходимый момент онтогенеза, как особая внутренняя структурообразующая его сторона, что предусматривает не только развитие-саморазвитие индивида, но и его объективно заданную и объективно необходимую реализацию в социальном мире и социального мира в нем [4].

Представители данного подхода считают, что объективная потребность в самореализации субъекта как условия развития общества совпадает с объективной потребностью самоосознания, способности для субъектного действия, выбора индивида, который реализует данную потребность в реальной деятельности [5]. Развертывание в процессе онтогенеза двух его взаимосвязанных сторон – саморазвития и самореализации, взаимообуславливающих друг друга, и обеспечивает развитие человека как феномена социального, где деятельность не просто средство обеспечить себе жизнь, а особый циклодинамический процесс, который изменяет и развивает его носителя и обеспечивает осуществление индивида как реального субъекта деятельности, воспроизводит в нем свой социальный мир [6].

Исходя из проведенного анализа литературных источников [7–10], можно констатировать, что самореализация личности – это осознанное, целенаправленное планирование, построение и преобразование субъектом собственных действий и поступков в соответствии с личностно значимыми целями и актуальными потребностями.

Методы исследования

В исследовании были использованы: самоактуализационный тест (САТ) Е. Шострома [11] и опросник «Шкала психологического благополучия» К. Рифф [12]. В исследовании приняли участие 56 студентов высших учебных заведений.

Результаты исследования

В табл. 1 представлены результаты определения способности исследуемых к самодетерминации, которая рассматривается нами как один из важнейших опосредующих факторов самореализации личности.

Таблица 1

Корреляционные связи показателей самореализации с показателями самодетерминации личности

	Ориентация во времени	Поддержка	Ценностная ориентация	Гибкость поведения	Сензитивность	Спонтанность	Самоуважение	Самовосприятие	Природа человека	Синергия	Принятие агрессии	Контактность	Познавательные потребности	Креативность
Автономия	0,081	0,291**	0,132*	0,218**	0,130*	0,298**	0,439**	0,136*	0,328**	0,090	0,197**	0,202**	0,217**	0,397**
Самовыражение	0,130*	0,064	0,044	0,037	0,19**	0,083	0,111*	0,212**	-0,088	-0,016	-0,028	-0,115*	0,127*	0,20**

** $p < 0.01$ (2-сторон.); * $p < 0.05$ (2-сторон.)

Проведенный анализ свидетельствует, что значимые различия ($p < 0,001$) были выявлены по шкале «Автономия» по следующим параметрам: самоуважение, креативность, природа человека, спонтанность, поддержка.

В табл. 2 представлены корреляционные связи процесса самореализации с показателями психологического благополучия.

Таблица 2

Корреляционные связи показателей самореализации с показателями психологического благополучия личности

	Психологическое благополучие	Позитивное отношение	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самовосприятие	Баланс аффекта	Смысл жизни	Открытая система
Ориентация во времени	0,243**	0,180**	0,098	0,298**	0,136*	0,086	0,367**	-0,382**	0,155**	0,039
Поддержка	0,130*	0,046	0,168**	0,072	0,159**	-0,024	0,190**	-0,220**	0,119*	0,088

	Психологическое благополучие	Позитивное отношение	Автономия	Управление средой	Личностный рост	Цели в жизни	Самовосприятие	Баланс аффекта	Смысл жизни	Открытая система
Ценностная ориентация	0,329**	0,235**	0,132*	0,286**	0,221**	0,320**	0,384**	-0,276**	-0,002	0,066
Гибкость поведения	0,166**	0,086	0,198**	0,132*	0,150**	0,030	0,186**	-0,257**	-0,023	-0,108*
Сензитивность	-0,010	-0,207**	0,055	-0,074	0,169**	-0,025	0,055	0,060	-0,059	-0,058
Спонтанность	0,289**	0,102	0,228**	0,220**	0,293**	0,176**	0,368**	-0,350**	0,232**	0,077
Самоуважение	0,241**	0,205**	0,156**	0,257**	0,154**	0,095	0,280**	-0,360**	0,144**	0,145**
Самовосприятие	0,144**	0,031	0,229**	0,188**	0,029	-0,043	0,247**	-0,269**	-0,018	-0,181**
Природа человека	0,043	0,118*	-0,017	0,026	0,222**	-0,055	-0,088	-0,018	0,063	0,207**
Синергия	0,021	0,068	-0,003	0,032	0,189**	-0,097	-0,082	-0,009	-0,030	0,175**
Принятие агрессии	0,108*	-0,011	0,230**	0,028	0,223**	-0,031	0,068	0,044	0,055	0,207**
Контактность	-0,078	-0,329**	0,197**	0,012	-0,004	-0,155**	-0,068	0,073	-0,054	-0,193**
Познавательные потребности	-0,011	-0,076	0,022	-0,088	0,162**	-0,089	0,021	-0,024	-0,071	-0,047
Креативность	0,055	-0,137**	0,212**	0,028	0,189**	-0,106*	0,087	-0,044	-0,038	0,001

** $p < 0.01$ (2-сторон.); * $p < 0.05$ (2-сторон.)

Обсуждение результатов исследования

Анализируя связи показателей самореализации с показателями самодетерминации личности (табл. 1), следует отметить, что критерий «Самоуважение» указывает, прежде всего, на способность самоактуализирующейся личности ценить свои положительные качества характера, уважать себя за них. Показатель «креативность» характеризует выраженность спонтанной креативности, которая имеет место в повседневной жизни. Качество «природа человека» означает безусловное, адекватное восприятие себя и других людей такими, какими они есть. В то же время самореализующаяся личность ориентирована на самосовершенствование. Согласно критерию «спонтанность», личность не пытается произвести впечатление на кого-то, ведет себя естественно и непринужденно. Когда человек самодостаточен и уверен в себе, он не нуждается в самоутверждении, а потому не стремится играть социальные роли, которые не свойственны его природе. Критерий «Поддержка» свидетельствует, что самоактуализирующаяся личность независима в своих поступках, в то же время не предполагает конфронтации с социальными нормами.

Выявленные взаимосвязи показывают, за счет каких внутренних ресурсов личности обеспечивается поддержка высокого уровня самодетерминации и какие параметры личности опосредствуют ее самореализацию. Наши исследуемые обнаружили способность чувствовать себя эмоционально независимыми от окружения, не поддаваться эмоциональному внушению или давлению других людей, не поддаваться непосредственному внешнему воздействию. Личностная автономия связана с внутренней свободой, самоэффективностью, психологическим благополучием и т. п.

Как показали результаты исследования связи показателей самореализации с показателями психологического благополучия личности (табл. 2), уровень самореализации личности обусловлен, прежде всего, степенью развития интегральных психических образований, сформированностью личностно-смысловых механизмов, актуализирующих данные образования.

При исследовании параметров психологического благополучия выявлено, что существенную роль в самореализации студентов играют такие факторы, как управление средой и самопринятие. Они положительно связаны с таким показателем, как ориентация во времени, который характеризует способность личности переживать настоящий момент своей жизни целостно, позитивно относиться к себе и т. п. В целом эти результаты свидетельствуют, что самореализующаяся личность в студенческом возрасте еще не имеет детализированных планов на весь период жизни. Объективная связь данных характеристик психологического благополучия и обусловила такие показатели.

Важными психологическими условиями ценностной самореализации исследуемых являются следующие качества: психологическое благополучие, цель жизни, самопринятие. Стоит заметить, что все три показателя взаимосвязаны. Студенты ориентируются на ценности, присущие самореализующей личности, которая имеет цель в жизни. Они осуществляют выбор в соответствии с их социальной активностью, направленной на приведение внутренних резервов в соответствие с условиями окружающей среды для успешной самореализации.

В результате корреляционного анализа были установлены положительные связи между спонтанностью и психологическим благополучием, личностным ростом, самопринятием и осмысленностью жизни.

Выводы

Процесс самореализации связан с потребностью в самосовершенствовании, одной из высших потребностей личности, направленной не только на реализацию человеком своих сил и способностей, а на постоянный рост своих возможностей, на улучшение качества собственной деятельности. Это процесс, в результате которого происходит системная трансформация личности. Самосовершенствование действует как объективный фактор, влияя на взаимоотношения между людьми, на притязания личности, ее жизненную направленность.

Полученные в эмпирическом исследовании результаты раскрывают проблему становления и развития личности как саморегулирующейся системы и как субъекта самоактивности. Умение критически оценивать себя, произвольно направлять и перестраивать собственные уступки, стремление к соблюдению социально ценных и личностно значимых норм – это проявления самореализации. Они убедительно свидетельствуют, что без развития данного качества невозможен процесс становления творческой, социально ответственной личности с критическим отношением к окружающему, осознанием своего места и роли.

ЛИТЕРАТУРА

1. Егорова Ю.В., Бондаренко Н.А. Молодежь как объект социализации и проблемы ее самореализации // Ученые заметки ТОГУ, 2017, Том 8, № 2, С. 454–457.
2. Галажинский Э.В. Проблема уровней самореализации человека: ценностно-смысловой контекст // Ценностные основания психологической науки и психология ценностей. – М.: Институт психологии РАН, 2008. – С. 123–147.
3. Байлук В.В. Человеческое. Самореализация личности: общие законы успеха: монография. – Екатеринбург, 2011. – 383 с.
4. Козлова Т.З. Самореализация личности по возрастным интервалам (на примере современных россиян) // Социология и жизнь. 2017. №3. С. 63–69.
5. Rafatpanah M., Seif D., Alborzi S., Khosravan M. Prediction of Self-actualization Based on Personality Traits and Self-Awareness among Gifted Students Journal of Health Sciences and Surveillance System, 2016, Vol. 4, No 4, pp. 174–180.
6. Brown K.W., Ryan R.M. The Benefits of Being Present: Mindfulness and Its Role in Psychological Well-Being // Journal of Personality and Social Psychology 2003, Vol. 84 (4), pp. 822–848.
7. Otway L.J., Carnelley K.B. Exploring the Associations between Adult Attachment Security and Self-actualization and Self-transcendence // Self and Identity, 2013, Vol. 12(2), pp. 217–230
8. Ordun G., Akün F.A. Self Actualization, Self Efficacy and Emotional Intelligence of Undergraduate Students // Journal of Advanced Management Science, 2017, Vol. 5(3), pp. 170–175.
9. Bulut S.S. Obstacles to Self-actualization of College Students-The Case of Gazi Faculty of Education // Universal Journal of Educational Research, 2018, Vol. 6(10), pp. 2271–2279.
10. Akçay C., Akyol B. Self-actualization levels of participants in lifelong education centers // Procedia-Social and Behavioral Sciences, 2014, Vol. 116, pp. 1577–1580.
11. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. Самоактуализационный тест. М.: Роспед агентство, 1995. – 44 с.
12. Шевеленкова Т.Д., Фесенко П.П. Методика исследования психологического благополучия личности // Психологическая диагностика. 2005. №3. С. 95–129.

Dinov Evgeny Nikolaevich

Peoples' friendship university of Russia, Moscow, Russia
Institute for advanced studies and retraining of personnel
E-mail: posantr@yandex.ru

The study of the psychological factors of self-realization in the system of public relations

Abstract. In studies studying self-realization, it is essential to determine the psychological content of the concept itself and distinguish it from other related concepts. Self-realization is most often understood as the person's ability to reveal his own abilities, subordinating the mental and physical functions of the body to his goals. Self-realization is also defined as ensuring personal activity, which determines the manifestation of perseverance, determination, initiative in actions, activities, work; as a process aimed at correcting or changing actions in accordance with the tasks of the subject and the conditions in which he operates.

The article analyzes the problems of the formation and development of personality as a self-regulating system and as a subject of personal activity. It is determined that the manifestations of self-realization are the ability to critical self-esteem, arbitrary leadership and restructuring of one's own actions, the desire to comply with socially valuable and personally significant norms.

The purpose of the study is to carry out a comparative analysis of the severity of self-fulfilling characteristics with indicators of self-determination and with indicators of the psychological well-being of the individual.

It has been experimentally confirmed that the realization of personal self-realization is possible provided that the person, in addition to adequately reflecting and modeling the existing situation, is capable of transforming his own internal and external activity according to the model of the alleged situation.

The data obtained in our study allow us to confirm the assumption that it is possible to consider the self-realization of the personality as a complex integrative process of interaction between the personal potential and society. Self-realization of a person depends on its individual characteristics, on its relationship to its inner world, on the depth of the intensity of the process of knowing oneself and so on.

Keywords: personality; self-realization; self-regulation; self-awareness; behavior