

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

2024, Том 12, № 4 / 2024, Vol. 12, Iss. 4 <https://mir-nauki.com/issue-4-2024.html>

URL статьи: <https://mir-nauki.com/PDF/93PSMN424.pdf>

DOI: 10.15862/93PSMN424 (<https://doi.org/10.15862/93PSMN424>)

5.3.1. Общая психология, психология личности, история психологии (психологические науки)

**Ссылка для цитирования этой статьи:**

Шачинова, М. А. Представление о личностной самореализации в психологической науке / М. А. Шачинова // Мир науки. Педагогика и психология. — 2024. — Т. 12. — № 4. — URL: <https://mir-nauki.com/PDF/93PSMN424.pdf>  
DOI: 10.15862/93PSMN424

**For citation:**

Shachinova M.A. The idea of personal self-realization in psychology. *World of Science. Pedagogy and psychology*. 2024;12(4): 93PSMN424. Available at: <https://mir-nauki.com/PDF/93PSMN424.pdf>. (In Russ., abstract in Eng.)  
DOI: 10.15862/93PSMN424

УДК 159.9

**Шачинова Мария Анатольевна**

ФГБУН «Институт психологии Российской академии наук», Москва, Россия  
Аспирант Лаборатории психологии способностей и ментальных ресурсов имени В.Н. Дружинина  
E-mail: shachinovama@ipran.ru

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5867-9830>

РИНЦ: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=1229625](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1229625)

## Представление о личностной самореализации в психологической науке

**Аннотация.** Статья посвящена теоретическому анализу представлений отечественных и зарубежных психологов, связанных с личностной самореализацией. Актуальность работы обусловлена теоретической и практической значимостью проблемы самореализации, связанной с поиском путей и средств, приближающих человека к решению вопроса о возможностях развития его личности. Особо подчеркивается значение субъектного и гуманистического подходов для изучения личностной самореализации. В контексте рассматриваемого вопроса в статье затрагивается вопрос о взаимоотношении данного понятия с другими понятиями, которыми в науке обозначаются схожие психологические явления: «самоактуализация», «самоопределение», «саморазвитие» и другими. Автором представлено обобщение взглядов современных исследователей, касающихся различных аспектов личностной самореализации. При анализе современной зарубежной литературы обнаружено недостаточное количество научных данных о личностной самореализации. На основе имеющихся зарубежных работ автором выделяются основные характеристики личностной самореализации. В результате анализа автором статьи приводятся различные и сходные точки зрения на содержательное наполнение понятия «личностная самореализация». Отмечается, что в современной психологии ряд отечественных ученых включают в содержание понятия личностной самореализации духовный аспект. В статье обозначается авторская позиция относительно данного конструкта, а также результатов теоретического анализа психологических представлений, связанных с личностной самореализацией. Кроме того, к рассмотрению предлагается направление, в котором научные исследования в данной области могут развиваться в будущем.

**Ключевые слова:** самореализация; личностная самореализация; личностный потенциал; духовный аспект личностной самореализации; субъектный подход; гуманистический подход; развитие личности

## Введение

Современная реальность с ее стремительными изменениями порождает все больше вопросов, связанных с пониманием себя, осознанием ценностей и смыслов бытия и стремлением воплотить их в своих жизненных достижениях. Поэтому сегодня в психологической науке особую актуальность приобретает проблема изучения отдельных аспектов самореализации, связанных с приближением человека к решению вопроса о возможностях его личностного развития.

Обзор публикаций по теме самореализации демонстрирует разнообразие понимания ее содержания. На данный момент внимание психологов сосредоточено преимущественно на профессиональном, возрастном, творческом и гендерном аспектах самореализации, в то время как вопрос изучения личностной самореализации слабо представлен в исследованиях, что побуждает обратиться к его рассмотрению.

*Целью данной статьи* является теоретический анализ психологических представлений, имеющих отношение к понятию «личностная самореализация».

В психологической науке понятие «личностная самореализация» не конкретизировано. Теоретическую основу для раскрытия содержания понятия личностной самореализации мы находим в трудах представителей субъектного подхода (С.Л. Рубинштейн, К.А. Абульханова, А.В. Брушлинский, В.В. Знаков и др.), а также в работах ученых, чьи идеи связаны с гуманистическим направлением в психологии (А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Э. Шостром, Э. Динер, Р. Райан, Э. Деси и др.).

## Основная часть

Обращаясь к вопросам развития человека, которые имеют отношение к личностной самореализации, представители субъектного подхода подчеркивают необходимость активного проявления и воплощения человеком его моральных ценностей, высших внутренних возможностей и стремлений к совершенству в реальных взаимоотношениях с миром, другими людьми и самим собой, что поднимает личность на духовный уровень.

С.Л. Рубинштейн выделяет параметры человеческого бытия, по которым измеряются масштабы человеческой личности. Он пишет о том, что «строительство высших уровней человеческой жизни» состоит в реализации и учете всех возможностей человека, которые создаются жизнью и его деятельностью [1]. Под «высшим уровнем» жизни автором подразумевается оценка поступков человека с точки зрения их достоинства, ценности морального уровня жизни для других людей, «возвышают или унижают они человека» [1].

В данном контексте важным является определение субъекта, представленное А.В. Брушлинским, подчеркивающим гуманистический аспект в вопросах самореализации человека. Автор пишет о том, субъект всегда неразрывно связан с другими людьми и вместе с тем, автономен, независим, относительно обособлен. Им признается абсолютная ценность человека как личности и субъекта с безусловными правами на свободу, саморазвитие и т. д. [2].

К.А. Абульханова называет стремление к совершенству «человеческой спецификой и постоянной возобновляющейся жизненной задачей» [3]. В своих работах она подчеркивает непрерывность движения личности к идеалу путем разрешения противоречий, переживания испытаний на жизненном пути и радостных моментов.

В.В. Знаков пишет о том, что глубокое осмысление проблем, указывающее человеку возможные варианты его личностного развития, может открыть пути к самосовершенствованию [4]. Автор пишет, что «понимая мир, человек изменяет, творчески преобразует себя, из глубин обыденной жизни поднимается до духовных вершин бытия» [4, с. 141].

Большой вклад в понимание личностной самореализации внесли ученые, чьи идеи связаны с гуманистическим подходом в психологии. Наиболее широкое рассмотрение данная проблема получила в трудах А. Маслоу, который представил разностороннее описание самоактуализации и дал ее четкое определение, которое является по своему содержанию близким по отношению к понятию личностной самореализации. Он объединяет в своем поле исследований личностный потенциал, духовность, нравственность, внутренние возможности человека и процессы самоактуализации [5].

Именно такое понимание способствует формированию определенному представлению о личностной самореализации благодаря выделению в этом понятии различных содержательных аспектов (например, духовно-нравственную составляющую). Важно и то, что, рассматривая вопросы самоактуализации, А. Маслоу отмечает — для личностного развития недостаточно индивидуалистской позиции, необходимо делать добро другим людям.

К числу основополагающих зарубежных научных подходов, соответствующих изучению личностной самореализации, С. Максименко и Л. Сердюк относят теорию самоактуализации (Maslow, 2008); теорию самоэффективности (Bandura, 1997), теорию временной перспективы (Nuttin, 1984); теорию самодетерминации (Deci, Ryan, 2000) и теорию «потока» (Seligman, Csikszentmihalyi, 2000) [6].

Итак, научные труды вышеперечисленных классиков психологической мысли, чьи идеи связаны с гуманистическим направлением в психологии, послужили теоретической основой для трактовки понятия личностной самореализации, существующей в современной науке.

В настоящее время единого представления о личностной самореализации в психологии не существует. Понятие «самореализация» само по себе тесно связано с другими понятиями, которыми в науке обозначаются схожие психологические явления: «самоактуализация», «самоопределение», «саморазвитие» и т. д. Вопрос о взаимоотношении данных понятий рассматривается в психологии с разных позиций: отдельные авторы понимают самореализацию как самостоятельный психологический процесс (С.И. Кудинов, Е.И. Исаев, П.А. Галушкин, Т.В. Луговская, Л.В. Овчаренко, Т.А. Бурова, Е.Е. Вахромов); другие считают их синонимичными (И.В. Костакова, С.Д. Максименко, И.С. Морозова, Н.А. Никашина); есть авторы, которые приводят как сходства данных понятий, так и различия (Е.С. Плотникова, Т.М. Маслова и др.).

Для анализа личностной самореализации наиболее подходящей представляется позиция авторов, которые выделяют самореализацию как общее понятие по отношению к самоактуализации [7; 8]. Оба данных понятия включают базовую идею А. Маслоу о врожденной мотивационной тенденции человека реализовать свой потенциал и способности и представляют один и тот же процесс. Однако самоактуализация существует в большей степени на внутреннем, субъективном уровне личности, а личностная самореализация осуществляется преимущественно на внешнем, объективном уровне — как проявление человека в различных сферах жизнедеятельности [6].

В современной науке ряд ученых включают в содержание личностной самореализации духовный аспект.

С.И. Кудинов отмечает, что личностная самореализация как вид проявления самореализации личности способствует духовному росту человека, обеспечивая на первых этапах развитие его личностного потенциала: ответственности, любознательности, эрудиции, креативности, нравственности и т. д. [9].

Однако на данный момент автор не дает пояснения в понимании того, почему личностная самореализация обеспечивает развитие потенциала человека только на первых этапах, что оставляет открытым вопрос изучения содержания данного аспекта личностной самореализации.

Рассматривая духовные способности, Г.В. Ожиганова пишет, что человек, являясь субъектом своего развития, непрестанно трудится над всесторонним самоулучшением; он становится автором своего жизненного пути, стремясь к воплощению высших ценностей и самоактуализации [10]. Данная трактовка позволяет рассматривать личностную самореализацию с точки зрения духовной составляющей самореализации.

По мнению В.В. Козлова, в науке существует необходимость понимания духовного измерения самореализации. Именно психологические дисциплины способствуют «многоаспектному, интегративному подходу к личному и трансперсональному, древнему и современному, к традициям Востока и Запада, знаниям и мудрости, искусству и философии, науке и религии, интроспекции и созерцанию» [11, с. 48].

Большой вклад в развитие представления о личностной самореализации в данном контексте внесли В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев [12; 13]. Авторы в своих работах подчеркивают роль духовного сознания в восприятии и преодолении человеком жизненных трудностей.

Таким образом, можно видеть, что в личностной самореализации учеными выделяется духовный аспект, который связывается с гуманистической проблематикой и общечеловеческими ценностями. Данный аспект самореализации также рассматривался в рамках философской мысли, экзистенциальной и гуманистической психологии, но эмпирические исследования в этой области остаются малочисленными и недостаточно раскрывают эту проблему. Следует подчеркнуть, что духовный аспект личностной самореализации трактуется учеными как понятие, наполненное секулярным содержанием, что соответствует современным научным представлениям.

Однако выделяется принципиально иная от обозначенных выше точка зрения на понимание характеристик личностной самореализации, не связанная с духовным аспектом. О.О. Богатырева, Т.Д. Марцинковская пишут о том, что объективными параметрами личностной самореализации может выступать, в том числе, эмоциональная стабильность человека, связанная с его переживаниями по отношению к нормам, эталонам и ценностям ближайшего окружения [14].

Анализ работ ряда авторов [8; 15–19] позволяет отметить, что взгляды современных исследователей, касающихся различных аспектов личностной самореализации, во многом согласуются в том, что: (1) личностная самореализация — это не статичный, а динамичный процесс, который сопровождает человека всю жизнь; (2) социальное окружение, как фундаментальный фактор эффективности и результатов самореализации, прямо влияет на мотивацию и возможности человека в процессе личностной самореализации; (3) выраженность самореализации в различных сферах (в том числе личностной) влияет на показатели субъективного благополучия, счастья и отношения к себе людей.

Обобщение вышеперечисленного можно свести к следующему: личностная самореализация — это процесс формирования, раскрытия качеств человека и становления как личности, который сопровождает его на протяжении всей жизни и ведет к духовному росту, укреплению идентичности и, как результат, к расширению потенциала и возможностей человека, в целом.

К основным характеристикам личностной самореализации, которые выделяются в работах зарубежных исследователей, можно отнести следующие: необходимость внутренней мотивации [20]; необходимость уверенности в собственных силах в достижении желаемого результата [21]; личностное рефлексивное сознание [22].

## Заключение

В данной статье приведены психологические представления, имеющие отношение к понятию «личностная самореализация».

Труды представителей субъектного подхода позволяют рассмотреть личностную самореализацию как активный, творческий процесс проявления и воплощения человеком своих моральных ценностей и стремлений к самосовершенствованию в отношениях с другими людьми и самим собой. Указанные идеи, на наш взгляд, расширяют знания о личностной самореализации, а также предоставляют исследователям возможность обращения к изучению данной тематики с опорой на субъектный подход в качестве теоретико-методологической основы своих исследований.

В свою очередь, идеи ученых, близких к гуманистическому подходу в психологии, обогащают содержание понятия «личностная самореализация» представлениями о самоактуализации, внутренних возможностях человека, личностном потенциале, духовно-нравственных проявлениях, самопознании, саморазвитии и самодетерминации. Данное положение является крайне важным, поскольку, на наш взгляд, порождает дополнительные возможности для плодотворных эмпирических исследований, позволяя исследователям включать в диагностический инструментарий личностной самореализации методики измерения самоактуализации.

В современной отечественной психологии выделяются работы, авторы которых включают в личностную самореализацию духовный аспект, в то же время другие ученые его не рассматривают. Представленный вывод, по нашему мнению, может быть осмыслен как открытие новых граней понятия «личностная самореализация». Следует подчеркнуть, что данный результат теоретического анализа требует дальнейшего конкретизирования и дополнения посредством проведения эмпирических исследований.

При анализе современной зарубежной литературы выявлено недостаточное количество научных данных о личностной самореализации. Объяснением этого может являться терминологическое несовпадение и многовариантность понятий, обозначающих схожие по своей сути с личностной самореализацией феномены.

Таким образом, проведенный теоретический анализ психологических представлений, имеющих отношение к понятию личностной самореализации в отечественной и зарубежной психологии, позволяет заключить, что субъектный и гуманистический подходы служат прочной теоретической основой для изучения содержания понятия «личностная самореализация» в современных научных исследованиях.

Наконец, сформированные положения, отраженные в данной статье, на наш взгляд, отражают проблему необходимости дополнения и конкретизации научных знаний о личностной самореализации, поскольку количество исследований, содержащих прямые эмпирические данные по данной тематике, является недостаточным.

## ЛИТЕРАТУРА

1. Рубинштейн С.Л. Бытие и сознание. СПб.: Питер, 2017. 288 с.
2. Брушлинский А.В. Избранные психологические труды. М.: Институт психологии РАН, 2006, 623 с.
3. Абульханова К.А. Мировоззренческий смысл и значение категории субъекта // Вестник КГПУ имени В.П. Астафьева. 2016. № 4. С. 162–168.

4. Знаков В.В. Психология понимания: Проблемы и перспективы. — М.: Институт психологии РАН, 2005. 448 с.
5. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.
6. Maksimenko S., Serdiuk L. Psychological potential of personal self-realization // Social welfare: interdisciplinary approach. 2016. Vol. 1. P. 92–100. DOI 10.21277/SW.V1I6.244.
7. Григорьева А.А., Поваренков Ю.П. Проблема соотношения и взаимодействия профессиональной самоактуализации и профессиональной самореализации личности // Ярославский педагогический вестник. 2015. № 3. С. 166–174.
8. Исаев Е.И., Галушкин П.А. Психологические типы самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья // Акмеология. 2015. Т. 54, № 2. С. 84–89.
9. Кудинов С.И. Полисистемный подход исследования самореализации личности // Сибирский педагогический журнал. 2007. № 11. С. 335–344.
10. Ожиганова Г.В. Саморазвитие, способность к саморазвитию и высшая способность к саморазвитию // Научно-педагогическое обозрение. Pedagogical Review. 2021. Т. 40, № 6. С. 190–198.
11. Козлов В.В. Духовное измерение самореализации в психологии // Известия Иркутского государственного университета. Серия Психология. 2019. Т. 28. С. 43–50.
12. Слободчиков В.И. Индивидуальность как способ духовного бытия человека // Социальная педагогика. 2014. № 6. С. 77–86.
13. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека. М.: Пресс, 1995. 384 с.
14. Богатырева О.О., Марцинковская Т.Д. Профессиональная самореализация в пространстве личностного развития // Психологические исследования. 2009. Т. 3, № 1. С. 3–12. DOI 10.54359/ps.v2i3.1002.
15. Дементий Л.И., Маленов А.А. Субъектность как фактор личностного развития на этапе самореализации // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2020. Т. 26, № 2. С. 68–78. DOI 10.34216/2073-1426-2020-26-2-68-78.
16. Кудинова И.Б., Белоусова С.С. Взаимосвязь духовно-нравственного самосознания и самореализации личности в период взрослости // Вестник РУДН. Серия: Психология и педагогика. 2017. № 1. С. 38–51.
17. Катькало К.Д., Печеркина А.А. Теоретическая модель личностно-профессиональной самореализации // Вестник Московского государственного областного университета. Серия: Психологические науки. 2022. № 2. С. 6–19.
18. Шаповал И.А., Илдефонс Н. Концептуализация феномена Само- как психологической детерминанты развития человека // Мир науки. Педагогика и психология. 2022. Т. 10, № 4. С. 20.
19. Шумаева Е.А. Проблема самореализации личности подростка в контексте психологическо-педагогического знания // Наука и школа. 2023. № 3. С. 227–236.
20. Deci E.L., Ryan R.M. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior. N.Y.: Springer Science & Business Media, 2013. 372 p. URL: [https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=M3CpBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Edward+deci+intrinsic+motivation+applications&ots=unqFIM5124&sig=iMpFaIeXaoWd7HVgPD\\_NvHSV-Tw](https://books.google.com/books?hl=en&lr=&id=M3CpBgAAQBAJ&oi=fnd&pg=PA1&dq=Edward+deci+intrinsic+motivation+applications&ots=unqFIM5124&sig=iMpFaIeXaoWd7HVgPD_NvHSV-Tw) (дата обращения 27.06.2024).

21. Bandura A., Freeman W.H., Lightsey R. Self-efficacy: The exercise of control // Journal of Cognitive Psychotherapy. 1999. Vol. 13, № 2, P. 158–166. DOI 10.1891/0889-8391.13.2.158.
22. Boniwell I., Osin E.N., Renton A. Internet access at home and its relationship to well-being in deprived areas of London // The Open Psychology Journal. Bentham Science Publishers. 2015. Vol. 8. № 1, P. 44–53. DOI 10.2174/1874350101508010044.

**Shachinova Maria Anatol'evna**

Institute of Psychology of the Russian Academy of Sciences, Moscow, Russia

E-mail: [shachinovama@ipran.ru](mailto:shachinovama@ipran.ru)

ORCID: <https://orcid.org/0009-0009-5867-9830>

RSCI: [https://elibrary.ru/author\\_profile.asp?id=1229625](https://elibrary.ru/author_profile.asp?id=1229625)

## The idea of personal self-realization in psychology

**Abstract.** The article is devoted to the theoretical analysis of the ideas of Russian and foreign psychologists related to personal self-realization. The relevance of this article is due to the theoretical and practical significance of the problem of self-realization associated with the search for ways and meanings that bring a person closer to solving the question of the possibilities of his self-development. In this context, the article addresses the issues related to comparison of the concept of «personal self-realization» with other concepts that designate similar psychological phenomena in science as «self-actualization», «self-determination», «self-development» and etc. The importance of subjective and humanistic approaches for the study of personal self-realization is emphasized. In this article generalization of the views of modern researchers regarding various aspects of personal self-realization is presented. The author found an insufficient amount of scientific data on personal self-realization in the works of foreign researchers. Based on the available data, the article identifies the main characteristics of personal self-realization. Various and similar points of view are given on the content of the concept of «personal self-realization. It is found that in modern psychology a number of scientists include a spiritual aspect in the content of personal self-realization. The article indicates the author's position regarding this construct and the results of a theoretical analysis of the ideas related to personal self-realization. In addition, the author of the article proposes a direction in which scientific research in this area may develop in the future.

**Keywords:** self-realization; personal self-realization; personal potential; spiritual aspect of personal self-realization; subjective approach; humanistic approach; personal development