

УДК 159.923

КУПРЄЄВА О. І.,
кандидат психологічних наук, доцент,
Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова,
м. Київ, Україна

ПСИХОЛОГІЧНІ АСПЕКТИ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ

Актуальність дослідження. Сутність освіти XXI століття – розвиток індивідуального, унікального суб'єкта творчої діяльності, реалізація його особистісного потенціалу, підвищення ролі самої особистості в розвитку її творчих здібностей, організації власного життя, на основі усвідомлених виборів, відповідальності, орієнтації на виклики інноваційного розвитку, створення умов для самореалізації особистості.

Самореалізація в студентський період життя - це самостійний індивідуальний процес і результат входження студентів в професійну діяльність на основі діалогічної взаємодії з освітнім та інформаційним середовищем закладу вищої освіти.

Тому, актуальним є дослідження власне психологічних аспектів які сприяють усвідомленню особистісного сенсу самореалізації, побудові ефективної індивідуальної самореалізації студентів, визначають інтенсивність самозмін, ступінь і задоволеність рівнем власної самореалізації.

Аналіз останніх публікацій. В психологічних дослідженнях гуманістичної та екзистенційної психології не існує єдиного визначення терміну самореалізації. Філософські та психологічні концепції, які торкаються феномену самореалізації людини, в своїй основі розглядають потреби росту, саморозвитку та самовдосконалення. Термін самореалізація (self-realization) найчастіше замінюється схожими поняттями: самоактуалізація [4;8;11], реалізація унікальної індивідуальності [5], здійснення самості [2;14], актуалізація реального власного Я [12], ідентичність [13], внутрішня тенденція розвитку себе [7], сенс життя [10], індивідуальність [5], суб'єктна активність [1] – і розглядається як потреба, прагнення, мотив, процес, результат або як інтеграція всіх цих проявів.

Самореалізація, розуміється нами, як процес актуалізації та реалізації індивідуальності особистості, її внутрішнього позитивного і творчого прагнення до розвитку, психологічної зрілості та компетентності. Це складний процес самопізнання своїх здібностей, образу «Я», власних можливостей і смислів, переведення їх із потенційного стану (можливостей) в актуальний (дійсність) і втілення в реальних умовах навколишньої дійсності, пошук та ствердження свого індивідуального життєвого шляху, своїх цінностей та сенсу свого існування в кожний момент часу. Регулююча роль суб'єкта полягає у виборі напрямків та способів самореалізації, в створенні для цього умов, яких не має в наявності, у вирішенні протиріч, що виникають.

Дослідники феномену самореалізації в гуманістичній психології виділяють складові та характеристики самоактуалізованої, психологічно здорової, зрілої особистості змістовно не розмежовуючи ці поняття [4; 8]. Серед інтегральних характеристик самоактуалізації особистості визначають: розширене почуття Я, позитивний образ Я, цілісний підхід до життя [5]; орієнтація на діяльність, реалізація творчих здібностей, повага до себе та інших, низька внутрішня конфліктність [4], почуття суб'єктивної свободи, цілісність особистості, екзистенціальність [8] тощо.

Характеристики самореалізації в сукупності, показують наскільки людина є суб'єктом, автором власного життя, наскільки сама детермінує власну

життєдіяльність. В даному контексті характеристики самоактуалізації можна розглядати як внутрішні необхідні умови процесу самореалізації. Рівень сформованості, вираженості цих внутрішніх умов у людини відображає рівень самореалізації його індивідуальності. Таким чином, крім того що самореалізація – універсальний процес, індивідуальність людини реалізується в різній мірі та якості, в залежності від того наскільки людина є суб'єктом, який детермінує власне життя. Високий рівень самореалізації (суб'єктний) заключається у провідній ролі цінностей, гармонійному поєднанні між собою потреб, здібностей, цінностей. Іншими словами, людина в процесі суб'єктної самореалізації через власні зусилля розвиває та реалізує ті здібності, які відповідають її потребам та не вступають в протиріччя з її цінностями та смыслом.

Особливостями передсуб'єктної самореалізації (середній та низький рівень самоактуалізації) – є виявлення людиною своїх можливостей, здібностей в проявах її цілісної індивідуальності, але при слабкій узгодженості або неузгодженості з потребами, цінностями, смислами особистості; стихійна, неусвідомлена реалізація своїх можливостей, потреб під впливом ситуаційних вимог.

Формулювання мети статті. Метою статті є дослідження психологічних аспектів самореалізації студентів та зв'язок самореалізації із самоставленням, смисло-життєвими орієнтаціями, часовою перспективою особистості.

Виклад основного матеріалу. В емпіричному дослідженні взяли участь 238 студентів. Всі досліджувані студенти навчаються на різних спеціальностях Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна» та Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова. Вік досліджуваних від 18 до 22 років.

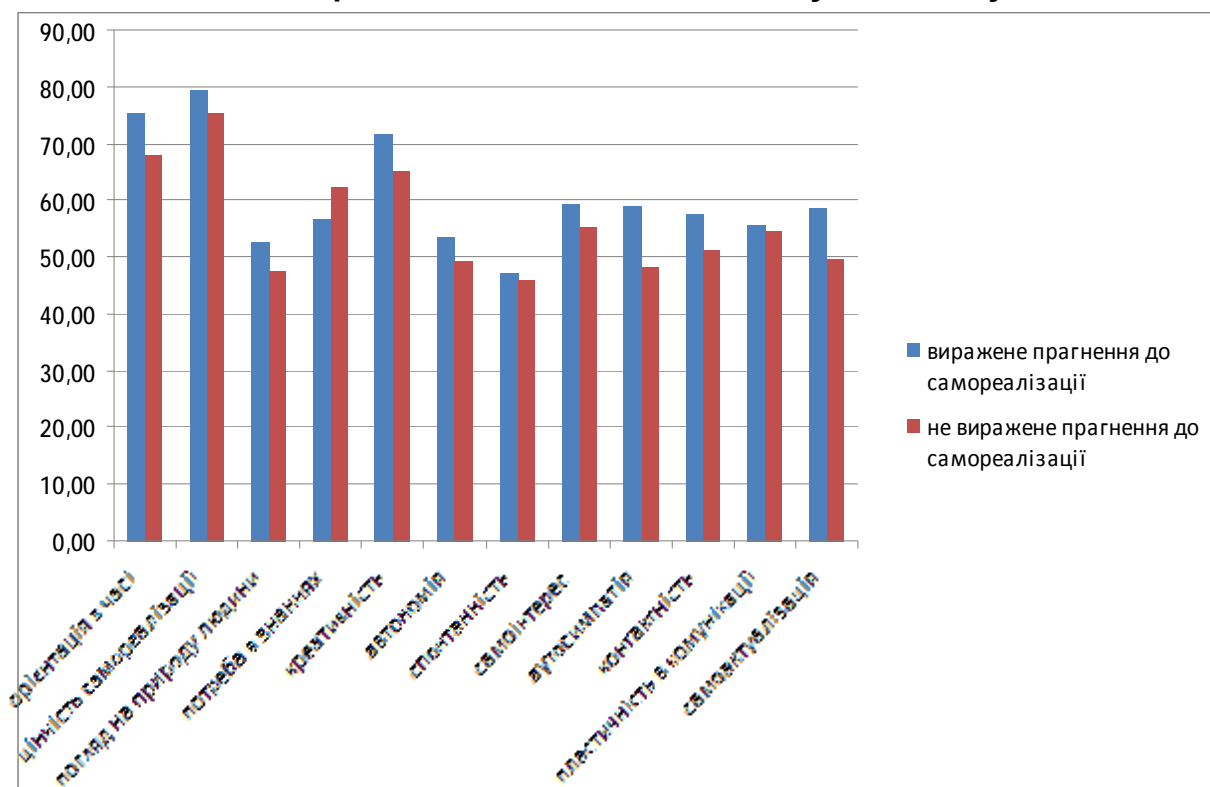
В емпіричному дослідженні було використано наступні психодіагностичні методики: самоактуалізаційний тест Е.Шострома в адаптації Н.Калина; методика дослідження смисложиттєвих орієнтацій Д. Крамбо та Л. Махолік в адаптації Д.О. Леонтєєва; тест-опитувальник самоставлення особистості С.Р. Пантєєва, В.В. Століна; методика дослідження часової перспективи особистості Ф. Зімбардо в адаптації Г. Сирцової.

На основі виділених критеріїв самореалізуючої особистості та їх високих показників, вибірку досліджуваних було розділено на групу студентів на тих, які прагнуть самореалізації (суб'єктна самореалізація) та тих, у яких прагнення до самореалізації недостатньо виражене (передсуб'єктна самореалізація). На рисунку 1 відображено вираженість самоактуалізації студентів.

Отримані дані свідчать про те, що всі показники самоактуалізації у групі студентів, які прагнуть до самореалізації, достовірно вищі, ніж в групі студентів з невираженим прагненням до самореалізації (відмінності виражені на рівні $p \leq 0,001$).

Рисунок 1.

Вираженість показників самоактуалізації студентів



У студентів, яких переважає тенденція до самоактуалізації, вираженими є: загальний показник «самоактуалізації» особистості, «контактність», «аутосимпатія», «прагнення до творчості і креативності», «цінність самоактуалізації» та «компетентність в часі» (зазначені особливості є достовірними на рівні $p \leq 0,001$). Для них є характерними переважання цінностей самоактуалізації, позитивне ставлення до власного Я, здатність встановлювати стійкі та доброзичливі стосунки зі світом і оточуючими їх людьми, творча спрямованість особистості, як один із концептуально важливих елементів самореалізації. Вираженість зазначених показників свідчить про суб'єкту самореалізацію досліджуваних студентів, перш за все, через усвідомлення потреби в самореалізації, через покладання власних зусиль для реалізації здібностей які відповідають їхнім потребам, забезпечують власний саморозвиток, який є підставою їхньої стійкості як складної, самоорганізованої системи.

У групі студентів із невираженою потребою в самореалізації, достовірно вищі показники ($p \leq 0,001$) за шкалою «потреба в пізнанні», яка характеризує здатність особистості завжди бути відкритим до нового досвіду, знань, самопізнання, буттєвого пізнання, до автономності, водночас, без відчуження та самотності. Можна говорити, що потреба в пізнанні є особистісним ресурсом, використання якого, при достатній сформованості інших показників самоактуалізації, буде сприяти не стихійній, а усвідомленій реалізації своїх можливостей студентами з інвалідністю.

Аналіз кореляційних зв'язків критеріїв самореалізованої особистості із базовими шкалами самоактуалізаційного тесту у студентів з інвалідністю подано у таблиці 2.

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки показників самореалізуючої особистості студентів із шкалами самоактуалізаційного тесту

Шкали самоактуалізаційного тесту	Інтегральне самоставлен	Самоповага	Самоприйняття	Цілі життя	Процес життя	Результат життя	Локус контролю Я	Локус контролю	Гедоністичне теперішнє	Майбутнє	Минуле	Фаталістичне теперішнє
Компетентність в часі	,26**	,34**	,32**	,32**	,16	,15	,16	,23*	-,00	,19**	,04	-,18**
Цінності	,64**	,58**	,47**	,47**	,61**	,60**	,65**	,46**	,05	,38**	,10	-,39**
Погляд на природу людини	,15*	-,01	,02	,02	,24*	,43**	,23	,21*	,18**	,20**	,32**	-,12
Потреба в пізнанні	,29**	,37**	,34**	,34**	,19	,22	,23	,02	,02	,04	-,14	-,32**
Прагнення до творчості	,21**	,10	,38**	,38**	,23	,33**	,24	,08	,22**	,02	-,08	-,17*
Автономність	,22	,21	,25**	,25**	,24	,06	,34**	,15	-,04	,03	,10	-,17
Спонтанність	,16	,14	,20	,20	,23	,11	,28**	,10	,03	,01	,18	-,20
Саморозуміння	,38**	,23	,39**	,39**	,36**	,27**	,43**	,25	-,01	,20	,20	-,24
Аутосимпатія	,32**	,21	,29**	,29**	,26**	,29**	,42**	,24	,07	,20	,31**	-,20
Контактність	,13	,14	,15	,15	,34**	,25	,37**	,18	,07	,13	,10	-,15
Пластичність в спілкуванні	,13	,07	,20	,20	,09	-,03	,14	,01	-,02	,05	-,16	-,06
Самоактуалізація	,42**	,36**	,44**	,44**	,43**	,38**	,52**	,25**	,05	,19	,16	-,34**

Примітка: ** – кореляція достовірна на рівні $p \leq 0,001$; * – $p \leq 0,05$.

Інтегральне самоставлення корелює з базовими шкалами самоактуалізаційного тесту: «компетентність в часі», «цінності», «автономність» та «самоактуалізація». Самоповага позитивно корелює із «компетентність в часі», «цінності», «автономність», «самоактуалізація» та «самоприйняття» має значимий кореляційний зв'язок з усіма базовими шкалами самоактуалізаційного тесту. Це свідчить про істотне зумовлення процесу самореалізації, у групі досліджуваних студентів, сформованістю позитивного самоставлення, як смислового утворення особистості, яке детермінує їхню внутрішню активність, рефлексію, осмислення власного Я; високим рівнем самоповаги, яка проявляється у внутрішній послідовності, системності, здатності до саморозуміння та впевненості у власних силах.

Смисложиттєві орієнтації, у групі досліджуваних студентів корелюють з усіма базовими шкалами самоактуалізаційного тесту. Зокрема, показники «цілі життя» у досліджуваних студентів, пов'язані із внутрішньою підтримкою, яка проявляється в «саморозумінні», «компетентністю в часі», «цінностями самоактуалізації», «автономністю»; наповнення процесу життя досліджуваних студентів пов'язані із «цінностями самоактуалізації», «аутосимпатією». результативність життя або задоволеність продуктивністю прожитої частини життя, пов'язані із значущістю та доступністю цінностей активної творчої діяльності, впевненістю в собі, здатністю бути відкритим до пізнання себе, світу та інших.

Аналіз кореляційних зв'язків шкал часової перспективи досліджуваних студентів із базовими шкалами самоактуалізаційного тесту показав: шкала часової перспективи «гедоністичне теперішнє» не має значимих кореляційних зв'язків із жодною базовою шкалою самоактуалізаційного тесту. В групі досліджуваних студентів ведуча роль гедоністичного теперішнього, яке характерне саме для періоду юності, змінюється високим рівнем представленості в свідомості думок та планів про майбутнє, навістю цілей реалізувати власні здібності та потенційні можливості. Що свідчить про розвиток навичок організації свого часу, вибору цілей, значущість досягнень поставлених задач в теперішньому та усвідомлення їх зв'язків із

майбутнім. Самопізнання, розуміння себе, довіра до себе, яка проявляється в позитивному самоставленні досліджуваних студентів, є умовою компетентного використання часу, автономності та пластичності поведінки. Про це свідчать значимі позитивні кореляційні зв'язки шкал «майбутнє» та «минуле» із шкалами самоактуалізаційного тесту «компетентність в часі», «цінності», «саморозуміння», «аутосимпатія» та «самоактуалізація».

Висновки. На основі отриманих результатів встановлено, що всі характеристики самоактуалізації у групі студентів достовірно вищі, ніж в групі студентів, з не вираженою орієнтацією на самореалізацію. Достовірне переважання показників по шкалам: «самоактуалізація», «контактність», «аутосимпатія», «прагнення до творчості і креативності», «цінність самоактуалізації» та «компетентність в часі» свідчить про суб'єкту самореалізацію досліджуваних студентів. Для них є характерним: вираженість цінностей самоактуалізації, гармонійне позитивне ставлення до власного Я, здатність встановлювати стійкі та доброзичливі стосунки зі світом і людьми, творча спрямованість особистості.

Встановлено, що успішність самореалізації у досліджуваних самоактуалізованих студентів визначається:

- наявністю прагнення до саморозвитку і розкриття свого потенціалу, оцінкою власних особистісних ресурсів як достатніх для досягнення успіху, сформованістю позитивного інтегрального самоставлення, як смислового утворення особистості, яке детермінує їхню внутрішню активність, рефлексію, осмислення власного Я;

- сформованістю самоповаги, яка проявляється у внутрішній послідовності, системності, здатності до саморозуміння та впевненості у власних силах, що забезпечує можливості розвитку Я за допомогою власних зусиль та спільної діяльності з іншими;

- наявністю та усвідомленням цінностей самоактуалізації, цілей, життєвих орієнтирів у досліджуваних студентів, емоційною насиченістю та змістовним наповнення процесу життя, задоволеністю продуктивністю прожитої частини життя;

- уявленнями про себе як про сильну особистість, що володіє здатністю приймати та долати виклики життя, впевненістю у можливостях власного Я будувати своє життя у відповідності зі своїми цілями і смислами; переконання в тому, що їм підвладний контроль свого життя, що вони можуть вільно приймати рішення і втілювати їх у життя;

- ціннісню власного Я та цінністю Іншого, які відображають направленість особистості в процесі самореалізації, одночасно на себе та оточуючий світ в цілому;

- сбалансованістю часової перспективи, як цілісного образу себе в часі та компетентністю особистості в часі.

ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова К. А. Время личности и время жизни / К. А. Абульханова, Т. Н. Березина. – СПб. : Алетейя, 2001. – 299 с.
2. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии / Альфред Адлер. – М. : Фонд “За экономич. грамотность”, 1995. – 296 с.
3. Купреєва О.І. Психологічні особливості особистісного розвитку студентів з інвалідністю / О.І. Купреєва // III Всеукраїнський психологічний конгрес з міжнародною участю «Особистість у сучасному світі». – К. : ДП «Інформаційно-аналітичне агенство», 2014. – С. 414 - 418.
4. Маслоу А. Психология бытия / А. Маслоу. – М. : Рефл-бук; К. : Ваклер, 2002. – 206 с.
5. Мерлин В. С. Психология индивидуальности : избр. психол. труды / В. С. Мерлин. – Пермь : ПГПИ, 1990. – 110 с.

6. Олпорт Г. Становление личности : избранные труды / Г. Олпорт; под ред. Д.А. Леонтьева. – М. : Смысл, 2002. – 462 с.
7. Перлз Ф. Внутри и вне помойного ведра / Ф. Перлз. – Спб., 1995. – 456 с.
8. Роджерс К. Свобода учиться / К. Роджерс, Дж. Фрейберг. – М. : Смысл, 2002. – 527 с.
9. Сердюк Л.З. Особистісний ресурс життєстійкості студентів із соматичними захворюваннями / Л.З.Сердюк, О.І.Купрєєва // Актуальні проблеми психології : Зб. наук. праць Інституту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України. – Київ; Ніжин: ПП Лисенко, 2015. – Том IX. – Вип. 7. – С. 311 - 317.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл; [пер. с англ. и нем.] – М. : Прогресс, 1990. – 368 с.
11. Фромм Э. Бегство от свободы / Э. Фромм. – М. : Прогресс, 1995. – 253 с.
12. Хорни К. Наши внутренние конфликты: конструктивная теория невроза / К. Хорни. – СПб. : Лань, 1997. – 238 с.
13. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис / Э. Эриксон. – 2-е изд. – М. : Флинта: Изд-во МПСИ, 2006. – 352 с.
14. Юнг К.Г. Структура личности и процесс индивидуации / К.Г.Юнг. - СПб. : АСТ, 1994 – 134 с.

Купрєєва Ольга Іллівна. Психологічні аспекти самореалізації студентів.

У статті викладено результати дослідження психологічних аспектів самореалізації студентів. Виявлено зв'язок самореалізації особистості із її самоставленням, смисло-життєвими орієнтаціями та часовою перспективою. Встановлено, що успішність самореалізації студентів визначається сформованістю позитивного інтегрального самоставлення, наявністю та усвідомленням цінностей самоактуалізації, сбалансованістю часової перспективи.

Ключові слова: студент, самореалізація, часова перспектива, самоставлення, смисложиттєві орієнтації.

Kuprieieva Olga. Psychological aspects of self-realization of students.

In the article is results of research of psychological aspects of self-realization of students. The comparative analysis of psychological characteristics of students with disabilities and healthy students. Discovered correlation of self-realization with self-attitude, sense-life orientation, time perspective. It is established that the success of self-realization of students with disabilities is determined by the integral formation of positive self-attitude, the existence and awareness of the value of self-actualization, life orientations, balanced time perspective.

Key words: students, self-realization, time perspective, self-attitud, life orientations.