



УДК 159.922-057.87

ПСИХОЛОГІЧНІ КОМПОНЕНТИ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ СТУДЕНТІВ-ПСИХОЛОГІВ

Дейниченко Л.М., к. пед. н.,
доцент кафедри психології

Донбаський державний педагогічний університет

У статті розкрито проблему самоактуалізації особистості майбутніх психологів. Подано результати експериментального дослідження психологічних компонентів самоактуалізації (рівень домагань, самооцінки та рівень соціально-психологічної адаптованості) студентів-психологів. Зроблено порівняльний аналіз показників самоактуалізації студентів другого курсу на етапі їхнього професійного становлення й випускників.

Ключові слова: самоактуалізація особистості, професійна підготовка, стратегія самоствердження, рівень домагань, самооцінка.

В статье раскрыта проблема самоактуализации личности будущих психологов. Представлены результаты экспериментального исследования психологических компонентов самоактуализации (уровень притязаний, самооценки и уровень социально-психологической адаптированности) студентов-психологов. Проведен сравнительный анализ показателей самоактуализации студентов второго курса на этапе их профессионального становления и выпускников.

Ключевые слова: самоактуализация личности, профессиональная подготовка, стратегия самоутверждения, уровень притязаний, самооценка.

Deynichenko L.M. PSYCHOLOGICAL COMPONENTS OF SELF-ACTUALIZATION OF THE STUDENTS-PSYCHOLOGISTS

The article presents the problem of self-actualization of a personality of the future psychologists. The article represents the results of the experimental research of the components of the process of self-actualization (the level of claims, self-esteem and the level of social and psychological adaptation) of the students-psychologists. It is given the comparative analysis of the indicators of self-actualization of the second year students during their professional development and alumni.

Key words: self-actualization of a personality, professional training, strategy of self-assertiveness, level of claims, self-esteem.

Постановка проблеми. Умови сьогодення й особливості суспільного життя зумовлюють потребу в постійній роботі молодого покоління над собою, життєвому та професійному самовизначенні, посиленні відповідальності за своє майбутнє. Тому особливо актуальною постає проблема особистісного успіху, яку останнім часом усе частіше розглядають як успішну самореалізацію, самоактуалізацію особистості.

На думку автора концепції А. Маслоу, саме в студентські роки процес самоактуалізації стає особливо інтенсивним. Важливою характеристикою юнацького віку є становлення самосвідомості й відносно стійкого образу «Я», тобто цілісного уявлення про самого себе. Водночас саме юнацький вік стимулює усвідомлення особистістю власних можливостей і перспектив. Цю потребу задовольняють завдяки вибору цінностей, формуванню власного світогляду та життєвих планів у процесі професійної підготовки майбутніх фахівців. Установлено, що майбутні психологи мають володіти гармонійною, цілісною, позитивною Я-концепцією, сукупністю індивіду-

альних, особистісних, власне суб'єктивних якостей, які спрямовані на пізнання себе, а також на процес професійної діяльності.

Ступінь розробленості проблеми. Дослідженню проблем саморозвитку, самоактуалізації й самореалізації особистості присвячені роботи зарубіжних психологів: А. Маслоу, Р. Мея, Г. Олпорта, К. Роджерса, В. Франкла та ін. Зокрема, як основні в гуманістичній психології розглядалися ідеї самореалізації як однієї з найвищих потреб людини (К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл та ін.) [2, 6].

У вітчизняній психології розуміння самоактуалізації пов'язане з ідеями розвитку особистості й представлені різними концепціями К. Абульханової-Славської, Б. Ананьєва, Л. Анциферової, Л. Божович, Б. Братуся, І. Булах, Д. Леонтьєва, С. Максименко, В. Роменця, С. Рубінштейна, В. Татенка й ін.

Водночас проблема самоактуалізації особистості на такому важливому віковому етапі, як студентство, є однією з тих, що залишається недостатньо дослідженою в психологічній науці, особливо щодо експериментального вивчення.

Саме тому **метою статті** є аналіз психологічних компонентів самоактуалізації студентів-психологів на етапі їхнього професійного становлення.

Виклад основного матеріалу. Сучасні науковці (І. Бех, М. Боришевський, Б. Братусь, І. Булах, Л. Долинська, Ю. Приходько, О. Скрипченко, Т. Титаренко й ін.) розглядають самоактуалізуючу особистість як індивіда з розвиненою суб'єктністю, здатністю до самовияву, активного суб'єкта власної життєдіяльності, творця свого неповторного життєвого світу.

У дослідженнях О. Байтінгера, О. Лазурського, А. Сейтешева самоактуалізацію в юнацькому віці пов'язують із професійним самовизначенням, від якого залежить подальша реалізація потенціалу особистості. Деякі вчені – Л. Долинська, Н. Чепелева, В. Панок – пов'язують ефективне вирішення різноманітних професійних завдань із наявністю й рівнем сформованості професійно важливих особистісних рис і якостей майбутніх психологів.

На думку В. Карнаухової, студенти, які прагнуть самоактуалізації власного потенціалу, повинні виявляти такі свої якості, як виражена орієнтація в часі, здатність до самопроекування, цілепокладання, мотивованість на досягнення успіху у своїй діяльності [2].

Аналіз літературних джерел засвідчує неоднозначність трактування поняття «самоактуалізація», виділення основних компонентів її структури й особливостей виявлення в різних сферах життєдіяльності. Більшість науковців уважають поняття «самоактуалізація» й «самореалізація» дуже близькими за змістом. Самоактуалізація є показником повноти самореалізації особистості. Вона свідчить про ступінь розвитку самосвідомості, рівень орієнтування в життєвих і соціальних ситуаціях, наявність потенційних та реальних можливостей особистості для її самоздійснення, рівень організаційно-вольової зрілості в управлінні життєвими обставинами й подоланні життєвих труднощів.

О. Яценко узагальнено визначає самоактуалізацію як психічне явище (яке можна інтерпретувати як процес, стан, метапотребу, результат і властивість особистості), що перебуває в реципрокних стосунках із самопізнанням та самовдосконаленням і сприяє керуванню не тільки потенціальними здібностями, а й усіма рівнями психіки й формами свідомості особистості, а також забезпечує соціальну результативність [5].

У дослідженні ми вважаємо самоактуалізацію інтегральним показником суб'єктності майбутніх психологів, що характеризує

їхню здатність до усвідомлення та вільну реалізацію можливостей творчого потенціалу в навчально-професійній діяльності, прогнозування зміни власної позиції в реальному житті. Самоактуалізацію особистості майбутнього фахівця зумовлює вплив внутрішніх і зовнішніх чинників, залежно від рівня соціальної активності суб'єкта.

Особливості самоактуалізації особистості студентів-психологів досліджували за допомогою самоактуалізаційного тесту (САТ) Л. Гозмана та М. Кроза, який дає змогу вивчити прагнення особистості до самоактуалізації. Водночас для вивчення психологічних компонентів самоактуалізації особистості студентів були застосовані такі методики: методика самооцінки Дембо-Рубінштейн в адаптації Г. Прихожан; методика соціально-психологічної адаптації К. Роджерса і Р. Даймонда (адаптація Т. Снегірьової).

В експериментальному дослідженні, здійснюваному в 2013–2014 рр., брали участь 98 досліджуваних – студентів спеціальності «Психологія» Донбаського державного педагогічного університету, із них 56 студентів другого курсу та 42 студенти четвертого курсу.

Основне призначення самоактуалізаційного тесту – визначення індивідуальних виявів самоактуалізації особистості. Тест складається із 126 пунктів, кожен із яких включає два альтернативних судження ціннісного чи поведінкового характеру й описує різні установки та особливості ставлення людини до світу, інших людей і до самого себе. Завдання досліджуваних полягає в тому, щоб обрати із двох суджень те, яке «найбільшою мірою відповідає його уявленням чи звичному способу поведінки» [2, с. 358].

Аналіз показників за шкалами тесту виявив, що студенти-психологи четвертого курсу отримали дещо вищий рівень самоактуалізації особистості, ніж студенти другого курсу. Найбільш значущими складовими самоактуалізації для студентів четвертого курсу є «автономність» (59%), «самоповага» й «ціннісні орієнтації» (55%), що свідчить про самостійність і незалежність особистості, яка знає чого прагнути в житті і як цього досягти. Крім того, значна кількість досліджуваних виявляє розуміння властивостей власного характеру, надає перевагу цінностям самоактуалізованої особистості. Середні показники з тенденцією до високих були виявлені в таких шкалах, як «гнучкість поведінки» (62%), «пізнавальні потреби» (59%).

Найнижчі результати, як у студентів другого курсу, так і випускників, отримані за



показником «компетентність у часі». Це означає орієнтацію досліджуваних лише на один проміжок часової шкали (минуле, теперішнє, майбутнє) або дискретне сприймання свого життєвого шляху. Однак дещо вищі за показником «спонтанність» у цих студентів (55,2% та 53,4%, відповідно), це вказує на недостатній рівень розвитку у студентів спонтанно й безпосередньо виражати свої почуття.

Треба відзначити, що для студентів другого курсу більш значущими складовими самоактуалізації є «ціннісні орієнтації» (86%), «креативність» (76%) і «потреба в пізнанні» (69%), що свідчить про прагнення пізнавати навколишній світ, творчий потенціал і самодостатність особистості. На рівні середніх значень знаходяться показники за шкалою «автономність» (70,2%), що свідчить про здатність студентів виявляти незалежність і свободу.

Поряд із цим показники за шкалою «контактність» (48,7%) свідчать про недостатнє вміння майбутніх психологів швидко встановлювати глибокі та міцні емоційно насичені контакти з іншими людьми. Достатньо низькі показники за шкалами «саморозуміння» (21%), «аутосимпатія» (14%) свідчать про невміння позитивно сприймати природу людини й себе.

Порівняльний аналіз складових самоактуалізації в студентів-психологів другого та четвертого курсів виявив, що оптимального рівня досягнуто студентами за шкалою «ціннісна орієнтація». А отже, можна стверджувати, що більшість другокурсників і випускників приймають цінності, притаманні самоактуалізованій особистості. Водночас показники за шкалою «гнучкість поведінки» доводять, що студенти четвертого курсу реалізують зазначені цінності у власній поведінці, а студенти другого курсу лише приймають їх.

Достатньо високими є показники за шкалою «самоповага» в досліджуваних другого (46%) та четвертого курсів (55%). Це свідчить про здатність студентів цінувати власні досягнення, позитивні якості, поважати себе. Значне зниження показників за шкалою «самоприйняття» в студентів другого курсу (52,3%) свідчить про невміння приймати свої недоліки. А для студентів четвертого курсу (56,4%) це означає те, що входження в ситуацію самостійної професійної діяльності супроводжується відкриттям нових можливостей професійної самореалізації, необхідністю побудови нових професійних планів, завдань і прагнення до активної реалізації.

У студентів другого курсу найменші показники за шкалою «уявлення про природу

людини» (40,3%), тобто їм притаманна тенденція до негативного сприйняття природи людини. І більшість досліджуваних характеризували людей як егоїстичних, нечесних, яким не треба довіряти тощо. Але можна припустити, що негативне сприйняття людської сутності взагалі є проекцією сприйняття себе, що й заважає відчувати повну впевненість у собі та призводить до високих показників рівня домагань. Однак у студентів-психологів четвертого курсу спостерігається зростання показника самоактуалізації «уявлення про природу людини» (52,6%), що свідчить про схильність загалом позитивно сприймати природу людини.

Одним із показників самоактуалізації особистості є самооцінка й рівень домагань, вони пов'язані з однією з центральних потреб у самоствердженні, з прагненням людини знайти своє місце в житті. Тому в дослідженні були виявлені саме ці показники самоактуалізації студентів-психологів. Аналіз результатів експерименту виявив, що в студентів другого курсу більш виражений неадекватно високий рівень самооцінки (34%) й домагань (48%). Вочевидь, молодь у процесі навчально-професійної діяльності прагне вийти за межі своїх можливостей, але вона переоцінює свої здібності, ставить перед собою непосильні завдання, тому часто зазнає невдач. Однак студенти не сприймають власних помилок, невдач, зауважень і оцінок оточуючих. Студентам ще властиве підліткове почуття «дорослості», що виявляється в прагненні до незалежності, самостійності. Треба зазначити, що вони ще пізнають свій внутрішній світ, який виявляється під час соціальної взаємодії.

Поряд із цим у студентів четвертого курсу більш вираженим є високий (35%) і середній (30,6%) рівні самооцінки, що характеризується наявністю адекватної самооцінки. Це означає те, що досліджувані правильно співвідносять свої можливості й здібності, достатньо критично ставляться до себе, прагнуть реально оцінювати свої невдачі та успіхи, прагнуть ставити перед собою цілі, яких можна досягнути.

Достатньо високий рівень домагань (56%) студентів четвертого курсу свідчить, що вони прагнуть до постійного вдосконалення своїх досягнень, розв'язання складних завдань і досягнення цілей, до самовдосконалення. На зазначеному етапі навчання студенти достатньо добре оперують теоретичними знаннями, можуть застосовувати їх на практиці. Вони вважають своє «Я» внутрішнім стрижнем, який орієнтує їх на активність, діяльність, більш упевнені в собі, у своїх здібностях, на відміну

від студентів-психологів, які навчаються на другому курсі.

Важливим компонентом, що впливає на розвиток самоактуалізації студентів, є процес адаптації до умов навчання, набуття звички вчитися за власними спонуканнями. Адаптаційний період досить складний, адже студенти змушені не тільки звикати до нових умов діяльності, а й водночас саморозвиватися. Із кожним роком студенти все більше усвідомлюють результати навчання, що їхні успіхи й досягнення в навчально-професійній діяльності залежать від їхніх зусиль. Це сприяє формуванню самостійності, самопізнанню та самооцінці переваг і недоліків своєї особистості, самоаналізу результативності діяльності.

Порівняльний аналіз показників соціально-психологічної адаптації засвідчив, що у студентів четвертого і другого курсів більш виражені такі шкали, як самоприйняття й прагнення до домінування. Тобто, досліджувані поєднують схвалення себе загалом, довіряють собі, їм притаманна позитивна самооцінка, виявляють схильність домінувати над іншими людьми, почувати перевагу. Але значній кількості студентів обох курсів притаманні середні показники за такими шкалами, як інтернальність і емоційний комфорт, тобто ті події, які з ними відбуваються, є результатом як їхньої діяльності, так і вчинків оточення. Емоції студенти виявляють як позитивні, так і негативні, залежно від ситуації.

У процесі здійснення кореляційного аналізу між показниками самоактуалізації студентів і самооцінкою, домагання, соціально-психологічної адаптації нами були отримані такі кореляційні зв'язки.

Існує значущий прямий зв'язок між самооцінкою та показником самоактуалізації «автономність» ($r \leq 0,32$), це свідчить про те, що чим вищий рівень самооцінки студента, тим більше він виявляє незалежність і свободу; виявлено зворотні зв'язки між самооцінкою й показником «спонтанність» ($r \leq 0,39$), що вказує на те, що чим вищий рівень самооцінки, тим більше студенти виявляють здатність спонтанно та безпосередньо виражати свої почуття, поведуться природно, розкуто. У студентів-психологів другого курсу, порівняно із випускниками четвертого, кореляційні зв'язки менш виражені.

Установлений зворотній кореляційний зв'язок між самооцінкою й показником «гнучкість поведінки» ($r \leq -0,51$), це дає змогу зробити висновок про те, що самооцінка представлена на адекватному рівні, тому студенти четвертого курсу відчувають достатню впевненість, у співбесіді виявляють

цікавість, процес спілкування їх задовольняє і надає можливість самореалізуватися. Виявлено значущий зворотній зв'язок між самооцінкою та показниками «креативність» ($r \leq -0,42$), «аутосимпатія» ($r \leq -0,43$). Це можна пояснити тим, що адекватний рівень самооцінки характеризується осмисленням позитивної Я-концепції, що є джерелом стійкої адекватної самооцінки;

Менш виражений прямий кореляційний зв'язок між рівнем домагань і показниками «орієнтація в часі» ($r \leq 0,37$), «аутосимпатія» ($r \leq 0,37$). Чим вищий рівень домагань, тим вищий рівень аутосимпатії, що свідчить про позитивне усвідомлення свого «Я». Також існує прямий кореляційний зв'язок між рівнем домагань і показником «потреба в пізнанні» ($r \leq 0,36$). Це вказує на те, що чим вищий рівень домагань, тим більше прагнуть студенти до засвоєння нових знань і умінь, виявляють пізнавальний інтерес.

Результати кореляційного аналізу виявили, що, крім значимої кореляції між показниками самоактуалізації й самооцінкою та рівнем домагань студентів, існує значимий прямий кореляційний зв'язок між показниками самоактуалізації й загальним показником соціально-психологічної адаптованості ($r \leq 0,46$). Це свідчить про те, що чим вищий рівень самоактуалізації студентів, тим більше вони адаптовані до умов навчання.

Висновки. Отже, установлені зв'язки характеризують студентів як достатньо сміливих, активних, упевнених у собі. Їм притаманні стійкі позиції й ідеї, вони сприймають тільки випробуване часом, із сумнівом ставляться до нових ідей. Достатньо незалежні, уважають за краще вирішувати все самостійно: приймають рішення, добиваються їх виконання, несуть відповідальність.

Установлено, що студентам-психологам четвертого курсу більше притаманні якості самоактуалізованої особистості, ніж студентам другого курсу. Найбільш значущими компонентами самоактуалізації для психологів четвертого курсу є автономність, самоприйняття, ціннісна орієнтація, самоповага, а для студентів-психологів другого курсу – креативність і потреба в пізнанні. Більш вираженим є рівень домагань і самооцінки в студентів другого курсу, ніж у випускників. Порівняльний аналіз результатів рівнів соціально-психологічної адаптації студентів свідчить, що як у студентів другого курсу, так і випускників четвертого курсу більш виражені показники самоприйняття й прагнення до домінування. Усі студенти виявляють високий рівень готовності до саморозвитку, їм притаманна позитивна



самооцінка. Рівень самоактуалізації особистості майбутніх психологів дещо збільшується в процесі навчання, тобто можна сказати, що набуття спеціалізації деякою мірою позитивно впливає на процес особистісного й професійного розвитку студентської молоді.

Отже, результати дослідження свідчать про недостатньо позитивну динаміку показників самоактуалізації студентів. Тому на особливу увагу заслуговує проблема розробки психокорекційної програми стимулювання самоактуалізації майбутніх психологів у навчально-виховному процесі. До змісту програми повинні входити інформаційний і тренінговий блоки. Інформаційний блок спрямований на активізацію студентів до самопізнання шляхом ознайомлення їх із теоретичними основами процесу самоактуалізації, що забезпечило усвідомлення студентами своїх індивідуальних особливостей, поглибило їхні уявлення про себе, дало змогу побачити й відчути себе більш справжніми, неповторними, відкритими, сильними і творчими.

Другою складовою психокорекційної програми має бути застосування групових методів, таких як групова дискусія, рольова гра, різні психотехніки, вербальні та невербальні вправи. В основі психокорекційних занять мусять бути соціально-психологічні й асертивні тренінги, які спрямовані на розви-

ток комунікативних здібностей, рефлексивних навичок, підвищення впевненості в собі, збільшення активності, самоповаги тощо. Метою роботи груп має бути усвідомлення й повна реалізація особистісного потенціалу, який закладено в кожній людині.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М. : Мысль, 1991. – 299 с.
2. Вахромов Е.Е. Психологические концепции развития человека: теория самоактуализации / Е.Е. Вахромов. – М. : Международная педагогическая академия, 2001.
3. Гуляева Г.Б. Психологические особенности самореализации личности студентов, її зв'язок з життєвою метою / Г.Б. Гуляева // Психология, социология и педагогика. – 2012. – № 9. – С. 15–21.
4. Кобильник Л.М. До проблеми самоактуалізації особистості / Л.М. Кобильник // Наука і освіта. – 2004. – № 3. – С. 81–83.
5. Маслоу А.Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу ; пер. с англ. А.М. Татлыбаева. – СПб. : Евразия, 1999. – 478 с.
6. Ященко Е.Ф. Особенности самоактуализации студентов с разной профессиональной направленностью / Е.Ф. Ященко // Психологический журнал. – 2006. – Т. 26. – № 3. – С. 31–41.
7. Титаренко В.А. Життєві домагання особистості: феноменологічний та структурно-функціональний підходи / В.А. Титаренко // Психологія і суспільство. – 2004. – № 4. – С. 128–145.