

УДК 159.9+37.01

DOI: 10.34670/AR.2026.37.53.001

Профессиональная самоактуализация как индикатор личностного роста

Леонова Елена Николаевна

Кандидат педагогических наук,
доцент Высшей школы лингвистики и межкультурной коммуникации,
Тихоокеанский государственный университет,
680035, Российская Федерация, Хабаровск, ул. Тихоокеанская, 136;
e-mail: leonova.elena@mail.ru

Аннотация

В статье исследуется проблема профессиональной самоактуализации студентов вуза. Выбор профессии не всегда носит личностный характер, зачастую он навязывается извне, руководствуясь внешними ценностями, не связанными с личностью молодого человека. Как результат отсутствие мотивации и неспособность молодых людей адекватно противостоять вызовам измененной образовательной среды приводит к критической ситуации. В работе анализируются теоретические подходы к пониманию самоактуализации (А. Маслоу, К. Роджерс, К. Хорни), рассматриваются экзистенциальные вызовы, с которыми сталкиваются студенты в образовательной среде вуза, и обосновывается необходимость формирования положительной Я-концепции как основы профессионального самоопределения. Представлены результаты эмпирического исследования, проведенного среди студентов 1-х и 3-х курсов, показывающие динамику развития самоактуализации и мотивации к профессиональной деятельности.

Для цитирования в научных исследованиях

Леонова Е.Н. Профессиональная самоактуализация как индикатор личностного роста
// Педагогический журнал. 2026. Т. 16. № 5А. С. 9-14. DOI: 10.34670/AR.2026.37.53.001

Ключевые слова

Самоактуализация, личностный рост, измененная образовательная среда, аутентичная личность, Я-концепция.

Введение

Сегодняшняя действительность меняется настолько стремительно, что бывает непросто сориентироваться в жизненном пространстве. Для вчерашних школьников, у которых нет достаточно жизненного опыта, выбор профессии, в которой он бы полностью самореализовался, является довольно сложной задачей. Профессиональное самоопределение — это не просто выбор карьерного пути, а главный индикатор личностного роста. Осознанное отношение к труду отражает то, насколько человек понимает свои ценности, берет ответственность за свою жизнь и стремится к самореализации. В настоящее время очень редко молодые люди выбирают профессию по зову сердца, зачастую же на окончательный выбор влияют множество факторов, и не всегда положительных.

Прежде всего, это выбор родителей, которые руководствуются чаще всего собственным видением рынка труда, на котором та или иная профессия является престижной и высокооплачиваемой. При этом совершенно не учитываются природные задатки и склонности молодого человека, его желания и творческий потенциал, а также те вызовы, с которыми ему придется столкнуться не только в измененной образовательной среде, коей является вуз, но и в дальнейшей жизни. Внешняя сторона (деньги, власть, комфорт) становится решающим фактором в выборе жизненного пути молодым человеком, при этом совершенно не учитывается его внутренний мир и реализация своего потенциала.

Основная часть

Первой ступенью самореализации личности в реальной социальной среде (К.А.Абульханова-Славская, Г.А.Балл, А.А.Реан, А.А.Началджян, В.А.Петровский, С.Л.Рубинштейн) является самоактуализация. В психологии самоактуализация понимается как движение от себя актуального к себе потенциальному. По мнению В.И.Слободчикова, Е.И.Исаева, самоактуализация запускает механизм трансцендирующей рефлексии, которая становится «новым смыслом человеческой реальности» [Слободчиков, Исаев, 1995].

В.С.Мерлин, А.А.Реан определяет понятие самоактуализация как «деятельную активность по реализации внутриличностного потенциала», [Реан и др., 2006, с. 79].

Термин «самоактуализация» был введен в психологию А.Маслоу и понимается им как преодоление разрыва «между тем, кто человек есть и тем, кем он хочет стать» [Маслоу, 2002, с. 24]. Самоактуализация, по мнению психолога, это автономность здоровой личности, ее независимость от среды, что является залогом настоящей психологической свободы. [Маслоу, 2002, с. 119]

К.Роджерс считает стремление к актуализации основным мотивом деятельности человека. Американский психолог видит основной смысл самоактуализации в борьбе человека с самим собой и с препятствиями, мешающими быть. [Роджерс, 1994, с. 33].

Расширяя утверждение А.Маслоу, что самоактуализация есть непрерывный процесс самостановления аутентичной личности, К. Роджерс отмечает мотивацию к саморазвитию как непрерывный процесс, который дает импульс самоактуализации личности. [Роджерс, 1994, с. 56]

Американский психолог К.Хорни указывает на дуалистическую природу самоактуализации: в ее понимании этот феномен является одновременно и объектом, и субъектом. Аутентичная личность (А. Маслоу), являясь субъектом, меняет природу своей «самости»- объект. [Хорни, 1993]

Суммируя все вышесказанное, можно определить самоактуализацию как отражение резонанса внутренних устремлений человека и его деятельности в раскрытии его личностного и профессионального потенциала.

Став студентом, вчерашний школьник, привыкший, что за него все решают родители, попадает в замкнутый круг измененной образовательной среды, к которой он оказывается не готов. Он сталкивается с вызовами, предъявляемыми ему образовательным процессом вуза: отстраненная позиция преподавателя, готовность к осмыслению больших объемов материала, готовность к объективной оценке своих знаний, необходимость асертивности, готовность отстаивать свою точку зрения, готовность к конструктивному одиночеству, осознание необходимости работы над собой, готовность взять на себя ответственность за свой личностный рост при опоре на собственные силы.

Не все студенты могут противостоять этим вызовам, многие испытывают экзистенциальный страх, связанный с новой, неведомой ранее образовательной средой, попытка преодоления вызовов не всегда проходит успешно, что является причиной страданий молодых людей. Вчерашние школьники замыкаются в себе, не видя выхода из создавшейся ситуации, что приводит к деструктивному одиночеству, полному неприятию себя, повышенному уровню тревожности, переходящему в депрессию.

Одной из предпосылок преодоления сложившейся ситуации является наличие осознанной критической ситуации, выражающейся в процессе переживания молодыми людьми своих экзистенциалов (деструктивного одиночества, страхов, страданий), в этот период происходит этап осознания или рефлексия своего внутреннего мира, происходит поиск смыслов: анализ своих сильных сторон, скрытых талантов, развитых навыков, ограничений.

Конечным пунктом переживания экзистенциалов является обретение смысла жизни. По мнению А.Н. Леонтьева, осуществляя деятельность по переживанию своих экзистенциалов, человек проходит путь от невозможности, бессмысленности своего существования до осмысленности жизни, «оправданности существования» [Леонтьев, 1989]. Проходя этот путь, человек осуществляет «деятельность по производству смысла» [Леонтьев, 1989].

Осмысливая свой внутренний мир, молодой человек понимает правильность или ошибочность принятого решения поступления в тот или иной вуз, ибо происходит осмысление своей последующей жизнедеятельности не с точки зрения внешней мотивации (деньги, престиж), а с точки зрения внутреннего личностного выбора (творчество, самореализация, личностное саморазвитие). На этом этапе студент становится субъектом и заказчиком своего образования.

Как уже отмечалось, в начале процесса переживания и осмысления экзистенциалы являются деструктивными психологическими барьерами, препятствующими благополучному протеканию жизнедеятельности человека, создавая фрустрацию базальных потребностей в безопасности, уважении, любви (А.Маслоу).

Эти психологические барьеры преграждают путь индивида к цели. Для их преодоления и конвертирования деструктивных экзистенциалов в конструктивные, необходим такой психологический феномен как воля. Ф.Е. Василюк определяет этот феномен как «орудие «умноженных» друг на друга сил по преодолению трудностей и сложностей» [Василюк, 1984, с. 17]. Когда воля становится бессильна, возникает кризис. Для того, чтобы произошла активизация воли, необходимо, чтобы критическая ситуация была осознана индивидом.

Мотивация к учебе в вузе есть индикатор правильно выбранного профессионального пути, который резонирует с глубиной внутреннего мира молодого человека, предоставляет ему свободу личностного развития, открывает дорогу к творчеству. Каждая человеческая личность

является творцом в определенной сфере деятельности, свобода – главный гарант творчества. Человек познает свободу только в том случае, если его деятельность отвечает его внутренним устремлениям, полной реализации его личностного и профессионального потенциала.

Для достижения этой цели необходим Значимый другой, педагог, тьютор, преподаватель, который бы помог молодым людям заглянуть в свой внутренний мир, понять и осознать свой внутренний потенциал, а затем определить свое место в жизни и выбрать профессиональный путь, который поможет им полностью раскрыться.

Первое с чего надо начинать, это запуск процесса самопознания молодым человеком своего внутреннего мира, что приводит к формированию положительной «Я-концепции». В русле данного исследования молодым людям бы предложен тест, состоящий из 10 незаконченных предложений «Я - это...». Тест имеет целью выявить уровень самовосприятия студента. Тестирование проходило среди студентов 1-х и 3-х курсов Института европейской лингвистики и межкультурной коммуникации ТОГУ. Преобладающие ответы студентов 1-х курсов были ничего не значащие метафоры: «я-это ромашка на тонком стебельке», «я-это ветер в горах», эпитеты: «я красивая», «я-очарование» и т.д. В то время как большая часть студентов 3-х курсов давали себе более личностно ориентированную характеристику: «я-человек, ищущий свое место в обществе», «я-человек сомневающийся», «я-человек, добивающийся своих целей».

Из ответов видно, что студенты 3-го курса более глубинно проникают в свой внутренний мир и демонстрируют уже сформированную «Я- концепцию», они начали осознавать свое место в мире и свое предназначение.

Студентам 1-х и 3-х курсов был предложен список моральных и духовных ценностей, который они должны были выстроить в иерархическом порядке. 52,8% студентов 1-х курсов поставили на первое место получение престижной высокооплачиваемой работы, этот же показатель наблюдается у 53, 6% третьекурсников, но вместе с этим студенты 3-го курса ставят во главу угла полную реализацию своего профессионального и творческого потенциала. Создание крепкой и счастливой семьи поставили на первое место 28% первокурсников и 36% студентов 3 курса. Полная реализация творческого потенциала заинтересовала 12%, на данном этапе преобладают внешние аксиологические принципы.

Как показало анкетирование, 87% студентов 3-го курса уверены в правильности выбора своей профессии и имеют высокую степень мотивации. В то время как студенты 1-го курса переживают кризис двух сессий и только 64% подтверждают правильность своего выбора. Сомневающиеся в правильности своего выбора молодые люди в большинстве своем принадлежат к группе, на выбор профессии которой оказали влияние семья, окружение, социальные сети. Эти люди руководствовались внешними факторами при выборе жизненного пути.

Можно с уверенностью сказать, что подавляющее большинство студентов 3 курса показывают высокие результаты в учебе, благодаря осознанию своего внутреннего мира, высокой профессиональной мотивации, которая привела в действие самоактуализацию личности и раскрыла творческий потенциал.

Заключение

Проведенные исследования доказали, что самоактуализация личности – это не просто личностное саморазвитие, приходящее с опытом, но и огромная работа, начиная с познания своего внутреннего мира и кончая обретением свободоспособности, без которой невозможна реализация творческого потенциала.

Библиография

1. Василюк Ф.Е. Психология переживаний (анализ преодоления критических ситуаций). – М.: Изд-во Московского университета, 1984. – 200 с.
2. Леонтьев Д.А. Личность: человек в мире и мир в человеке // Вопросы психологии. – 1989. – № 3. – С. 11–21.
3. Маслоу А. Мотивация и личность. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
4. Маслоу А. По направлению к психологии бытия. – М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. – 272 с.
5. Реан А.А., Кудашев А.Р., Баранов А.А. Психология адаптации личности. Анализ. Теория. Практика. – СПб.: прайм-ЕВРОЗНАК, 2006. – 479 с.
6. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / Пер. с англ. М.: Прогресс; Универс, 1994. – 480 с.
7. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Основы психологической антропологии. Психология человека: Введение в психологию субъективности. – М.: Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
8. Хорни К. Невротическая личность нашего времени. Самоанализ / Пер. с англ.; общ. ред. Г.В. Бурменской. – М.: Прогресс; Универс, 1993. – 480 с.

Professional Self-Actualization as an Indicator of Personal Growth

Elena N. Leonova

PhD in Pedagogy,
Associate Professor of the Higher School of Linguistics and Intercultural Communication,
Pacific State University,
680035, 136, Tikhookeanskaya str., Khabarovsk, Russian Federation;
e-mail: leonova.elena@mail.ru

Abstract

The article examines the problem of professional self-actualization of university students. The choice of a profession is not always of a personal nature; it is often imposed from the outside, guided by external values not related to the young person's personality. As a result, the lack of motivation and the inability of young people to adequately withstand the challenges of the altered educational environment lead to a critical situation. The paper analyzes theoretical approaches to understanding self-actualization (A. Maslow, C. Rogers, K. Horney), examines the existential challenges faced by students in the educational environment of the university, and substantiates the need to form a positive self-concept as the basis for professional self-determination. The results of an empirical study conducted among 1st and 3rd year students are presented, showing the dynamics of the development of self-actualization and motivation for professional activity.

For citation

Leonova E.N. (2026) Professional'naya samoaktualizatsiya kak indikator lichnostnogo rosta [Professional Self-Actualization as an Indicator of Personal Growth]. *Pedagogicheskii zhurnal* [Pedagogical Journal], 16 (5A), pp. 9-14. DOI: 10.34670/AR.2026.37.53.001

Keywords

Self-actualization, personal growth, altered educational environment, authentic personality, self-concept.

References

1. Horney, K. (1993). *Neuroticheskaya lichnost nashego vremeni. Samoanaliz* [The neurotic personality of our time. Self-analysis] (G.V. Burmenskaya, Ed.). Progress; Univers.
2. Leontiev, D.A. (1989). *Lichnost: chelovek v mire i mir v cheloveke* [Personality: Man in the world and the world in man]. *Voprosy psikhologii*, (3), 11–21.
3. Maslow, A. (1999). *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. Evraziya.
4. Maslow, A. (2002). *Po napravleniyu k psikhologii bytiya* [Toward a psychology of being]. EKSMO-Press.
5. Rean, A.A., Kudashev, A.R., & Baranov, A.A. (2006). *Psikhologiya adaptatsii lichnosti. Analiz. Teoriya. Praktika* [Psychology of personal adaptation. Analysis. Theory. Practice]. praysm-EVROZNAK.
6. Rogers, C. (1994). *Vzglyad na psikhoterapiyu. Stanovleniye cheloveka* [A look at psychotherapy. The becoming of man]. Progress; Univers.
7. Slobodchikov, V.I., & Isaev, E.I. (1995). *Osnovy psikhologicheskoy antropologii. Psikhologiya cheloveka: Vvedeniye v psikhologiyu subyektivnosti* [Foundations of psychological anthropology. Psychology of man: Introduction to the psychology of subjectivity]. Shkola-Press.
8. Vasilyuk, F.E. (1984). *Psikhologiya perezhivaniy (analiz preodoleniya kriticheskikh situatsiy)* [Psychology of experience (Analysis of overcoming critical situations)]. Moscow University Press.