



ВЗАИМОСВЯЗЬ ОТВЕТСТВЕННОСТИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИИ У СОВРЕМЕННОЙ МОЛОДЕЖИ

БУЗГАН Е.И.

*Смоленский государственный университет (ФГБОУ ВО «СмоЛГУ»),
г. Смоленск, Российская Федерация*

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2354-2729>, e-mail: bukasoul@gmail.com

В настоящее время все более возрастают количество и уровень сложности проблемных ситуаций, в которых человек должен принимать решения, а также нести ответственность за процесс их реализации и последствия. Сложившаяся ситуация требует ответа на вопрос о сущности ответственности, о ее принятии и взаимосвязи с самоактуализацией личности. Особенно важны эти показатели у молодого поколения, так как молодежь является одним из главных ресурсов общества. Благодаря возможностям сети Интернет, доступности информации в наше время молодые люди активно участвуют в политике, экономике, науке, а также успешно реализуют себя в других сферах. Данная работа направлена на раскрытие понятия «самоактуализация» с точки зрения гуманистической психологии и теории деятельности. Представлены материалы эмпирического исследования, полученные на выборке молодежи города Смоленска. В исследовании (N = 50) приняли участие респонденты в возрасте от 20 до 35 лет, из которых 46% мужского пола, а 54% женского пола. Использовались методика «Краткая шкала измерения самоактуализации» (Джоунс и Крэндалл), и тест В.П. Прядина «Экспресс-диагностика ответственности (ЭДО)». Полученные результаты дают возможность говорить о том, что существует взаимосвязь между самоактуализацией и уровнем ответственности у современной молодежи. Предполагается, что именно творческое мышление и принятие ответственности помогают человеку актуализировать свои способности, раскрыть и наиболее полно реализовать свой потенциал в интересах личностного и общественного роста.

Ключевые слова: ответственность, самоактуализация, творческий потенциал, творческое мышление, креативность, деятельность, молодежь.

Благодарности. Автор благодарит за помощь в анализе данных исследования научного руководителя проекта В.В.Селиванова.

Для цитаты: Бузан Е.И. Взаимосвязь ответственности и самоактуализации у современной молодежи // Экспериментальная психология. 2023. Том 16. № 4. С. 75—87. DOI: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2023160405>



THE RELATIONSHIP OF RESPONSIBILITY AND SELF-ACTUALIZATION AMONG TODAY'S YOUTH

EKATERINA I. BUZGAN

Smolensk State University, Smolensk, Russia

ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2354-2729>, e-mail: bukasoul@gmail.com

Currently, the number and level of complexity of problem situations in which a person must make decisions and be responsible for the process of their implementation and consequences is increasing. The current situation requires an answer to the question about the essence of responsibility, about its acceptance and its relationship with the self-actualization of the individual. These indicators are especially important for the younger generation, since youth is one of the main resources of society. Thanks to the possibilities of the Internet, the availability of information in our time, young people are actively involved in politics, economics, science, and also successfully realize themselves in other areas. This work is aimed at revealing the concept of "self-actualization" from the point of view of humanistic psychology and activity theory. The materials of an empirical study obtained on a sample of young people in the city of Smolensk are presented. The study (N=50) involved respondents aged 20 to 35, of which 46% were male and 54% were female. The technique "Short scale of measurement of self-actualization" (Jones and Crandall) was used, and the test of V.P. Pryadein "Express-diagnostics of responsibility (ED)". The results obtained make it possible to say that there is a relationship between self-actualization and the level of responsibility among today's youth. It is assumed that it is creative thinking and acceptance of responsibility that help a person to actualize his abilities, reveal and most fully realize his potential in the interests of personal and social growth.

Keywords: responsibility, self-actualization, creativity, creative thinking, creativity, activity, youth.

Acknowledgements. The author grateful V.V. Selivanov, supervisor of the project, for help in analyzing the study data.

For citation: Buzgan E.I. The Relationship of Responsibility and Self-Actualization among Today's Youth. *Экспериментальная психология = Experimental Psychology (Russia)*, 2023. Vol. 16, no. 4, pp. 75–87. DOI: <https://doi.org/10.17759/exppsy.2023160405> (In Russ.).

Введение

Главным направлением преобразования общества и социальных институтов представители гуманистической психологии считают наличие возможности у каждого человека в течение своей жизни максимально развить свои таланты и реализовать их для своей пользы и пользы всего общества. В качестве метода решения этой проблемы гуманистами предлагается теория самоактуализации, которая основывается на том, что необходимым фактором полноценного развития человека является его стремление к постижению подлинных ценностей бытия и их осуществлению. В современной практической психологии под самоактуализацией понимается стремление человека к выявлению и развитию своих личностных способностей.

Самоактуализация личности, и в частности самоактуализация молодежи, остается в центре внимания современных исследований. На сегодняшний день практически у каждого человека имеется возможность выбора во всех сферах жизни: профессии, сферы деятельно-



сти, хобби, друзей, места жительства и т. п. Личность несет ответственность за эти выборы. Независимо от возраста, пола, национальности, вероисповедания, социального положения, состояния соматического и психического здоровья каждый человек наделен способностью к самоактуализации, осуществлению своего уникального духовного и творческого потенциала [14]. Реализация творческого потенциала требует, чтобы творчество стало для человека личностным актом [9].

Творческий потенциал личности выражен в факторах креативности личности и значительно влияет на копинг-стратегии. Творческий потенциал личности тесно связан со стратегией совладания, направленной на решение задачи. Творчество и креативность личности являются теми факторами, которые повышают адаптационные возможности человека и влияют на выбор эффективных копинг-стратегий [15]. Адекватное совладающее поведение повышает возможности субъекта к реализации своих потенциальных возможностей и самоактуализации [17]. Исследователями выявлены связи самоактуализации, креативности, самооценки и эмоционального интеллекта [11].

Различные люди стремятся к различным целям, а возможности индивида соответствуют его предпочтениям. Таким образом, человек актуализирует то, к чему у него есть способности и желание. Если организм вынужден отказаться от своих целей, ввиду слишком сложных препятствий, он либо разрушается, либо актуализируется на более низком уровне [18]. Самоактуализация является концептуальным понятием гуманистической психологии, представители которой считают, что любой человек имеет возможность к здоровому творческому росту, а неудачное осуществление этой возможности связано с влиянием родительского воспитания, обучения и другой социальной средой. Но это влияние может быть преодолено при желании человека принять ответственность за собственную жизнь [24].

Таким образом, самоактуализация предполагает принятие человеком ответственности за свои слова и действия. А. Маслоу говорил, что каждый раз, когда человек принимает на себя ответственность, он самоактуализируется [13].

Ответственность и свобода являются двумя сторонами человеческой активности. Человек свободен мыслить так, как он хочет, и выбирать варианты своих действий; при этом он возлагает на себя ответственность, руководствуясь своими мотивами и целями.

В самом общем виде самоактуализированный человек определяется как индивидуум, сумевший реализовать свои таланты, способности, потенции. Самоактуализация происходит постепенно, это непрерывный процесс. Сама жизнь — это процесс постоянного выбора. А самоактуализация предполагает выбор из множества возможностей — возможностей личностного роста [16]. Личностному росту, самореализации человека во многом помогает аутентичность личности, следование своим принципам, осознание своего потенциала, своих жизненных интересов, целей и задач, и их последующая реализация [3]. Также одним из условий самоактуализации и реализации творческих способностей является отсутствие у человека необходимости заботиться о естественных насущных потребностях — человек должен быть адаптирован в текущей ситуации [25]. Поскольку в стрессовой ситуации у человека недостаточно ресурсов, чтобы справиться с обстоятельствами окружающей среды, существенное влияние на снижение самокритики и эмоциональное состояние оказывает социальная поддержка [28]. Благоприятные отношения с другими людьми уменьшают внутреннее напряжение в стрессовой ситуации. Показатели жизнестойкости выше у людей с надежной привязанностью, поскольку при психологическом сближении наблюдается низкий уровень дискомфорта и человек погружается в деятельность [12].



В отечественной психологии понятие самоактуализации связано с деятельностным подходом (А.Н. Леонтьев, С.Л. Рубинштейн), а также системным (С.И. Кудинов, А.И. Крупнов и другие) и акмеологическим подходом (Б.Г. Ананьев). Эти подходы стали методологической основой для изучения потенциальных возможностей личности [23].

Согласно теории К. Роджерса, самоактуализация связана с психологическим здоровьем человека, его идеальным образом. Такой человек использует потенциал своих способностей и талантов и стремится к полному познанию себя и сферы своих переживаний [22]. Поскольку психосоциальный стресс и негативные изменения образа жизни могут усугубить неблагоприятное воздействие на психологическое здоровье человека, важно выявить черты личности, которые помогают выработать адаптивное поведение [10].

В теории личности А. Маслоу под самоактуализацией понимается «вершинный» уровень психологического и личностного развития, который может быть достигнут при следующих условиях: а) удовлетворение всех базовых, дефицитарных потребностей, после чего появляется возможность «актуализации» имеющегося у любого человека потенциала креативности, добра и безграничного роста его личности; б) сам человек не ограничивает себя в своем саморазвитии, если этому не препятствуют некие объективные внешние обстоятельства [1]. Креативность является универсальной характеристикой всех самоактуализированных людей. «Креативность — это особый способ мировосприятия, оригинальность», — считает А. Маслоу [27]. Творческая деятельность является одним из проявлений свободы мышления. Дж. Гилфорд выделяет следующие признаки творческого мышления: оригинальность, интеллектуальная новизна, умение обнаруживать новые способы применения обычных предметов, способность рассматривать проблему с различных точек зрения, способность продуцировать различные идеи в проблемной ситуации [5]. Конструктивный тип организации мышления направлен на поиск путей решения проблемы, а не на заикливание на проблемной ситуации [21]. Психологическое благополучие связано с самоэффективностью, позитивным мышлением, креативностью, творческой самореализацией, коммуникативной компетентностью и высокой степенью осознанности [8].

Таким образом, представители гуманистической психологии считают, что человек от природы способен к самосовершенствованию. Сама сущность человека постоянно движет его в направлении личностного роста, творчества и самодостаточности, если этому не мешают чрезвычайные обстоятельства [4].

А.Н. Леонтьев выделял три уровня анализа проблемы самореализации личности: философский уровень, на котором рассматриваются вопросы о сущности человека, о сути процесса самореализации; социологический уровень, на котором рассматриваются пути и способы самореализации личности в конкретных социокультурных условиях; психологический уровень, на котором исследуются личностные качества, мотивационная основа самореализации и обратное влияние самореализации на личность и деятельность субъекта. На данном уровне самореализацию можно рассматривать в трех аспектах: как потребность, как деятельность и как объективный и субъективный результат этой деятельности. Поэтому первый вопрос, без решения которого невозможно раскрыть психологическое содержание процесса самореализации, — это философский вопрос о природе и сущности человека. Человек формируется как человек только в обществе, в социальном окружении. Но человек своей творческой деятельностью постоянно изменяет окружающую социальную среду, меняя тем самым и свою человеческую природу. Сущность человека при этом подходе рассматривается как универсальная и связана с присущей только человеку способностью



создавать принципиально новые возможности для собственного развития, что напрямую связано с предметной деятельностью человека. Таким образом, сущность человека определяется как его универсально-деятельностные способности, содержательно определенные и наполненные конкретно-историческим содержанием. Одновременно утверждается и природный, и социальный характер сущностных сил человека. Природные задатки и влечения дают человеку только возможности, но когда в процессе деятельностного, практического освоения мира природные силы человека превращаются в сущностные, он становится «действительным человеком». В обретении человеком сущностных сил происходит обретение им цельности своего бытия. Происходит слияние двух сущностных характеристик человека — его универсальной деятельностной способности, заложенной изначально в природных силах человека, и конкретной исторической системы общественных отношений, существующей независимо от человека. А.Н. Леонтьев понимает самоактуализацию как единство процессов распредмечивания и опредмечивания человеческой деятельности [14].

Таким образом, оценив различные характеристики ситуации и восприняв ее как значимую, субъект реализует в ней свои активность и ответственность [7]. По сути, ответственность выполняет познавательную, оценочную и регулятивную функции [19]. В процессе накопления жизненного опыта при встрече с трудностями у ответственного человека складывается личностная концепция себя, как способного к преодолению ситуации, управлению ею и своим поведением. Ответственность является формой контроля и, таким образом, является центральным личностным образованием, которое детерминирует конструктивное отношение к трудным ситуациям и их разрешение, при этом выступая в качестве актуального либо потенциального ресурса личности. Как ресурс личности, ответственность снижает напряжение и обеспечивает психический комфорт, удовлетворенность жизнью [6]. В ситуации стресса, эмоционального напряжения, уровень саморегуляции поведения снижается, происходит перекалывание ответственности и человек выбирает неконструктивные стратегии совладания [2]. Л.И. Дементий определяет ответственность как одну из высших форм активности личности, субъекта жизненного пути. Ответственность есть жизненное новообразование и способность личности в условиях выбора обеспечивать внутреннюю самостоятельность, относительную независимость от внешних требований и оптимальную организацию деятельности, общения и т. п. [7].

Спецификой ответственности как формы активности является способность личности с точки зрения своих индивидуальных особенностей соотносить необходимое для себя и социально желательное оптимальным способом.

Методы

Организация исследования включала следующие этапы: на первом этапе исследования была изучена теория вопроса, это позволило сформулировать цель, задачи и гипотезу исследования и отобрать надежные и валидные методики, на втором, диагностическом, этапе была проведена диагностика испытуемых, на третьем, констатирующем, этапе были выявлены наличие и характер связи изучаемых признаков.

В исследовании приняли участие 55 испытуемых среди молодежи города Смоленск в возрасте от 25 до 30 лет, но анкеты 5 человек были выбракованы из-за неполного заполнения. Таким образом, базу исследования составили 50 человек, из них 23 мужчины и 27 женщин.

В качестве методов исследования мы использовали анкетирование, метод тестов, методы математической статистики.



Нами было проведено эмпирическое исследование, включающее экспресс-диагностику уровня ответственности и определение краткого индекса самоактуализации у современной молодежи. Для определения уровня самоактуализации нами была выбрана методика «Краткая шкала измерения самоактуализации», которую разработали Джоунс и Крэндалл [26], а для определения уровня ответственности мы использовали тест В.П. Прядеина «Экспресс-диагностика ответственности (ЭДО)». Обе методики являются валидными и надежными. В.П. Прядеин выделил следующие компоненты ответственности: динамический, эмоциональный, регуляторный, мотивационный, когнитивный и результативный. Компоненты ответственности раскрываются с помощью противоположных параметров: эргичность—аэргичность, стеничность—астеничность, интернальность—экстернальность, социоцентричность—эгоцентричность, осмысленность—осведомленность, предметность—субъектность соответственно. Наличие параметров у респондентов зависит от возраста, пола и нравственной позиции [20].

Затем нами была осуществлена статистическая обработка полученной информации, включающая проверку соответствия исследуемых признаков закону нормального распределения; проведен корреляционный анализ; определены направления корреляции и формы связи между варьирующими признаками; измерен уровень тесноты; проверен уровень значимости полученных коэффициентов корреляции. Далее мы провели анализ полученных результатов эмпирического исследования.

Целью настоящего исследования было изучить взаимосвязь самоактуализации и ответственности у современной молодежи.

Гипотеза исследования — существует взаимосвязь самоактуализации и ответственности у современной молодежи, высокому уровню ответственности соответствует высокий уровень самоактуализации.

Результаты

Результаты, полученные по двум диагностическим методикам представлены в табл. 1.

Таблица 1

Результаты исследования уровня самоактуализации у людей с разными уровнями ответственности

Уровни ответственности	Уровни самоактуализации			
	Низкий	Средний	Высокий	Итого
Безответственность	0	0	0	0
Ответственность ситуативная	0	16	6	22
Высокая ответственность	0	14	14	28
<i>Итого</i>	0	30	20	50

В исследуемой выборке 40% человек имеют высокий уровень самоактуализации и 60% — средний, испытуемых с низким уровнем не обнаружено. Ответственными являются 56% человек и 44% — проявляют ответственность ситуативно. Безответственных людей среди данных испытуемых не выявлено (рис. 1).

Среди испытуемых ответственным присущ как средний, так и высокий уровень самоактуализации в равной мере, а людям, проявляющим ответственность ситуативно, — в 32% случаев средний уровень самоактуализации и лишь в 12% — высокий (рис. 2).

Описательные статистики по исследуемым переменным представлены в табл. 2.

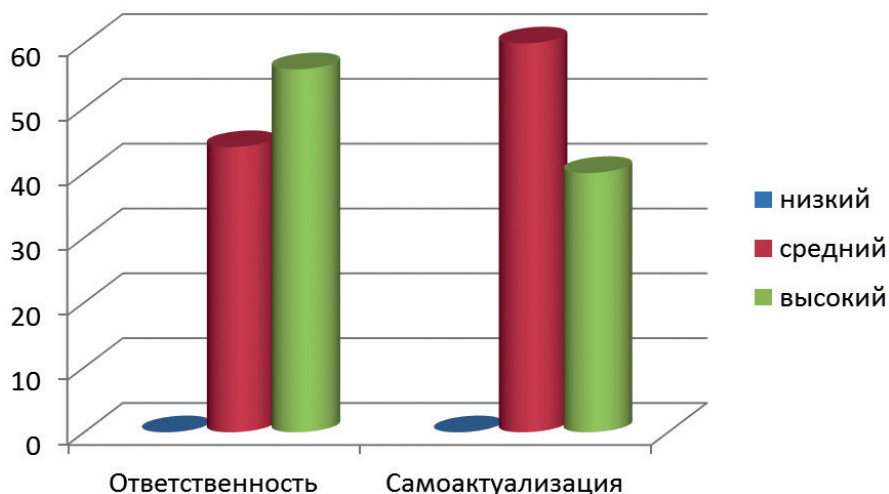


Рис. 1. Уровни ответственности и самоактуализации у современной молодежи

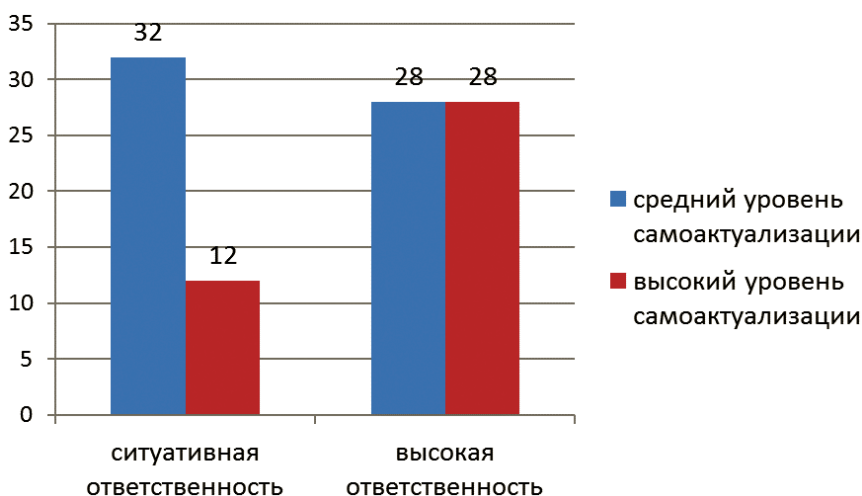


Рис. 2. Процентное соотношение уровней самоактуализации с уровнями ответственности

Таблица 2

Описательные статистики ответственности и самоактуализации

Переменная	Количество наблюдений	Среднее арифметическое	Медиана	Минимум	Максимум	Стандартное отклонение
Ответственность	50	59,80	60,50	44,00	80,00	7,37
Самоактуализация	50	43,86	44,00	34,00	57,00	5,74

Можно заметить, что среднее значение ответственности в наблюдаемой выборке попадает в границы ответственного поведения (60–84), а среднее значение самоактуализации в группе испытуемых соответствует среднему уровню (31–45) проявления данного параметра.

W-тест Шапиро-Уилка и d-тест Колмогорова–Смирнова в модификации Лиллиефорса показали, что изучаемые переменные подчиняются закону нормального рас-



пределения и имеют измерения в интервальной шкале, поэтому для определения связи между ответственностью и самоактуализацией мы использовали коэффициент линейной корреляции Пирсона. При уровне статистической значимости $p < 0,05$ и $N = 50$ коэффициент корреляции Пирсона равен 0,34. Следовательно, между ответственностью и самоактуализацией существует умеренная линейная положительная связь, т. е. при увеличении одного признака увеличивается и другой.

Далее выборка была разделена на 2 группы по уровню ответственности. Для сравнения самоактуализации у людей с высоким уровнем ответственности ($N = 28$) и с ситуативным проявлением ответственности ($N = 22$) мы использовали t -критерий Стьюдента для независимых выборок, при $p = 0,05$ (табл. 3).

Таблица 3

Определение t -критерия Стьюдента в группах с разным уровнем ответственности

Среднее значение в группе с ситуационным проявлением ответственности	42,04545
Среднее значение в группе с высокой ответственностью	45,28571
t -значение критерия Стьюдента	-2,04361
Степени свободы	48
p справедливости гипотезы о том, что сравниваемые средние значения не различаются	0,046501
N наблюдений в группе с ситуационным проявлением ответственности	22
N наблюдений в группе с высокой ответственностью	28
Стандартное отклонение для выборки респондентов с ситуационным проявлением ответственности	5,744374
Стандартное отклонение для выборки респондентов с высокой ответственностью	5,421884
Левена $F(1, cc)$	0,070733
Степени свободы Левена	48
p Левена (вероятность ошибки)	0,791411

Критические точки t -распределения Стьюдента для двусторонней критической области при уровне значимости $p = 0,05$ и числе степеней свободы 48 имеют значение $t_{kp} = 2,01$. Область допустимых значений двустороннего t -критерия является симметричным интервалом $(-2,01; 2,01)$. Значение $t_e = -2,04$ не входит в область допустимых значений $(-2,01; 2,01)$, поэтому есть все основания отвергнуть нулевую гипотезу о равенстве средних значений самоактуализации в двух группах. Таким образом, мы сделали вывод о различии средних значений самоактуализации в группе с высокой ответственностью и в группе с ситуационной ответственностью. Выборка из 22 человек со средним уровнем ответственности имеет средний индекс самоактуализации 42, а выборка из 28 человек с высоким уровнем ответственности имеет средний индекс самоактуализации немного более 45. Значение самоактуализации 45 является границей среднего уровня самоактуализации. Различия статистически достоверны на уровне значимости $p = 0,046501$.

С выводами t -критерия Стьюдента согласуются также результаты диаграммы размаха (рис. 3), которые позволяют визуально оценить степень зависимости между группирующей и зависимой переменными.

Таким образом, средние значения самоактуализации при высоком уровне ответственности выше, чем при ситуационном проявлении ответственности.

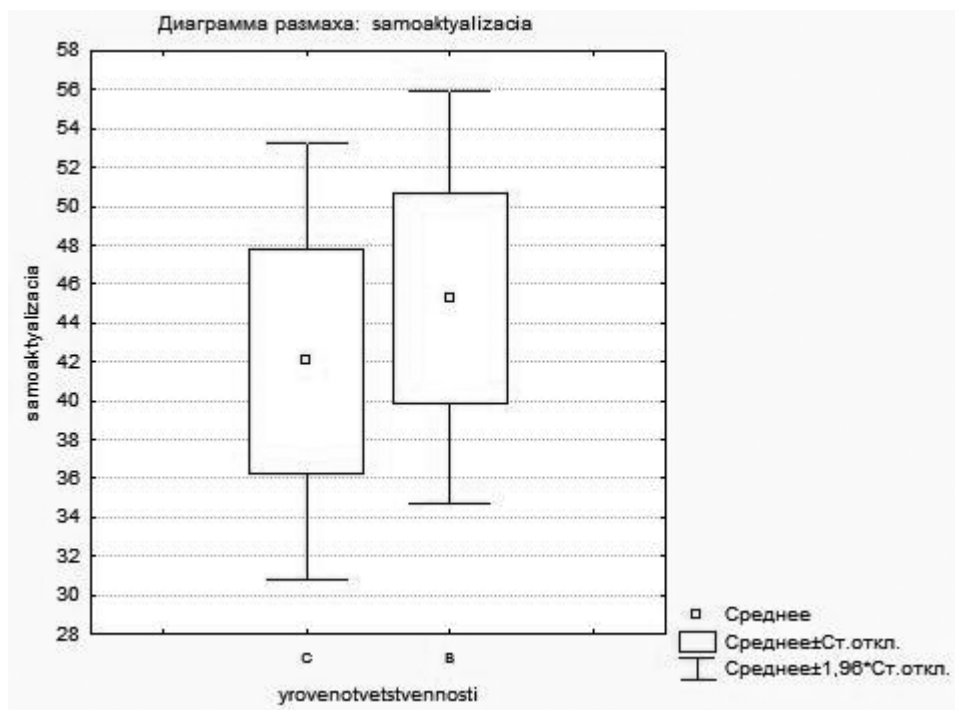


Рис. 3. Диаграмма размаха самоактуализации

Обсуждение

При диагностике испытуемых нами не были обнаружены люди с низким уровнем самоактуализации и ответственности. Мы полагаем, что это связано с возрастом испытуемых, так как в выборку нами изначально не включалась молодежь более юного возраста, у которой еще не сформировалась определенная жизненная позиция и которая реализует себя в основном в учебной сфере и еще не в полной мере принимает на себя ответственность. Мужчины составили 46% всего объема выборки, а женщины – 54%. В данной работе мы не исследовали взаимосвязь самоактуализации и ответственности отдельно у мужчин и женщин, так как это не было нашей целью, но связи между параметрами ответственности, по исследованиям В.П. Прядеина, отличаются у мужчин и женщин [20]. В связи с этим перспективным направлением дальнейшего исследования может стать анализ взаимосвязи самоактуализации и ответственности у мужчин и женщин отдельно. Также мы обнаружили, что 28% испытуемых имеют высокий уровень ответственности и высокий уровень самоактуализации, 28% имеют высокий уровень ответственности и средний уровень самоактуализации, 32% проявляют ответственность ситуативно и имеют средний уровень самоактуализации, 12% при проявлении ответственности ситуативно имеют высокий уровень самоактуализации. У испытуемых в исследуемой выборке среднее значение ответственности попадает в границы ответственного поведения, а среднее значение самоактуализации соответствует среднему уровню проявления данного параметра. Также, согласно полученным результатам, можно заметить, что средние значения самоактуализации при высоком уровне ответственности выше, чем при ситуационном проявлении ответственности, что



согласуется с показателями по t-критерию Стьюдента. Мы обнаружили умеренную линейную положительную связь между ответственностью и самоактуализацией. Однако нельзя наверняка сказать, является ли проявление человеком ответственности определяющим для реализации самоактуализации в полной мере или человек, стремящийся реализовать свой потенциал и способности, сознательно принимает на себя большую ответственность. Вероятно, высокие значения ответственности и самоактуализации являются следствием действия какого-либо иного фактора (совокупности факторов), поэтому мы считаем, что необходимы дальнейшие исследования.

Выводы

На основании анализа литературы по теме исследования, можно сделать вывод, что самоактуализация представляет собой непрерывный процесс личностного роста человека, актуализации его целей и ценностей. Во всех видах практической деятельности достижение положительного результата, успеха связывается с активностью субъекта. Все больше возрастает роль креативного, нестандартного подхода в решении проблемных ситуаций, в связи с чем особую роль приобретает развитие творческого мышления субъекта и реализация его творческого потенциала.

Ответственность является критерием зрелости личности, она является способом самоосуществления и самоактуализации [6]. Ответственность — не только одно из свойств личности, но и механизм организации успешной деятельности человека. Ответственность предполагает активность сознания человека, способность моделировать будущие возможные ситуации и предполагаемые результаты деятельности [20].

Эмпирическое исследование взаимосвязи ответственности и самоактуализации личности у современной молодежи позволили нам сделать следующие выводы:

1. Между ответственностью и самоактуализацией у современной молодежи существует умеренная линейная связь, т. е. при увеличении одного признака увеличивается и другой. Поскольку личность каждого человека уникальна, самоактуализация имеет определяющее значение для развития не только личности, но и общества в целом. Способность человека осознавать свою ответственность за свой личностный рост и развитие помогает ему актуализировать свой потенциал.

2. Изменчивость одного признака находится в соответствии с изменчивостью другого признака, а именно: высокому уровню ответственности соответствует высокий уровень самоактуализации. Люди с высоким уровнем ответственности принимают более осознанные решения, в соответствии с которыми выстраивают свою деятельность и принимают последствия своего выбора.

В результате анализа проведенного исследования наша психологическая гипотеза о существовании взаимосвязи самоактуализации и ответственности у современной молодежи и соответствии высокому уровню ответственности высокого уровня самоактуализации подтвердилась.

С практической точки зрения, полученные результаты могут быть полезны в следующих областях.

1. Результаты исследования могут быть использованы кадровыми службами организаций при профессиональном отборе и кадровых перемещениях с целью проявления научно обоснованной ответственности и достижения максимального экономического эффекта как проявления самоактуализации в профессиональной трудовой деятельности.



2. Результаты работы могут применяться коучами для разработки программ по развитию ответственности и системы мотивации.

3. Результаты могут быть использованы практикующими психологами в сфере организационного консультирования.

4. Также результаты найдут свое применение в личном консультировании, при работе с такими конструктами, как свобода, ответственность и самоактуализация в работе, творчестве, семье и других сферах.

Литература

1. Большая энциклопедия по психиатрии. 2-е изд. [Электронный ресурс] // В.А. Жмуров. Большой толковый словарь терминов психиатрии URL: <https://vocabulary.ru/termin/samoaktualizacija.html> (дата обращения: 08.08.2022).
2. Булыгина В.Г., Пеева О.Д., Лысенко Н.Е. Принятие решений о выборе способа реагирования в конфликтных ситуациях у лиц с аффективными расстройствами // Психология и право. 2022. Том 12. № 2. С. 85–98. DOI:10.17759/psylaw.2022120207
3. Вачков И.В., Храмова Т.К. Аутентичность и самореализация личности в период ранней взрослости // Психология и право. 2021. Том 11. № 4. С. 14–24. DOI:10.17759/psylaw.2021110402
4. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: информационно-методическое пособие курса «Психология человека». М.: Педагогическое общество России, 2006. 276 с.
5. Гилфорд Дж. Природа умственного развития. М.: Прогресс, 1967. 14 с.
6. Дементий Л.И. Ответственность как ресурс личности в семейных отношениях // Вестник Омского университета. 2003. № 2. С. 81–84.
7. Дементий Л.И. Ответственность личности как свойство субъекта жизнедеятельности: дисс. ... д-ра психол. наук. М., 2005. 357 с.
8. Денисова Е.Г., Ермаков П.Н., Абакумова И.В., Сылка Н.В. Эмоционально-личностные и метакогнитивные предикторы психологического благополучия студентов в современных условиях // Психологическая наука и образование. 2022. Том 22. № 5. С. 85–96. DOI:10.17759/pse.2022270507
9. Дружинин В.Н. Творчество: природа и развитие // Психология. Журнал Высшей школы экономики. 2005. Том 2. № 3. С. 91–107.
10. Короткова И.С., Яковлева М.В., Щелкова О.Ю., Еремина Д.А. Особенности психологического реагирования и механизмы адаптации к стрессу, вызванному пандемией COVID-19 // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 1. С. 9–27. DOI:10.17759/cpp.2021290102
11. Кочетова Ю.А., Климакова М.В. Эмоциональный интеллект и одаренность в зарубежных исследованиях // Современная зарубежная психология. 2021. Том 10. № 4. С. 55–63. DOI:10.17759/jmfp.2021100405
12. Куфтяк Е.В. Взаимосвязь привязанности и совладающего поведения у взрослых // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 1. С. 28–43. DOI:10.17759/cpp.2021290103
13. Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Том 21. № 1. С. 15–25.
14. Леонтьев Д.А. Самореализация и сущностные силы человека // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / Под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур. М.: Смысл, 1997. С. 156–176.
15. Мальшев И.В. Взаимосвязь творческого потенциала и копинг-стрессовых стратегий личности у студентов вуза // Известия Саратовского ун-та. Нов. Серия. Сер. Философия. Психология. Педагогика. 2013. Том 13. Вып. 3. С. 56–60.
16. Маслоу А. Самоактуализированные люди — исследование психологического здоровья [Электронный ресурс] // А. Маслоу. URL: <https://www.rulit.me/books/samoaktualizirovannye-lyudi-issledovanie-psihologicheskogo-zdorovya-read-143499-1.html> (дата обращения: 08.08.2022).
17. Митина Л.М. Психология личностно-профессионального развития субъектов образования. М.; СПб.: Нестор-История, 2014. 376 с.
18. Перлз Ф. Гештальт-семинары. М.: Ин-т общегуманитарных исследований, 1998. 330 с.



19. Плахотный А.Ф. Проблема социальной ответственности. Харьков: Выща школа, 1981. 192 с.
20. Пряеин В.П. Психодиагностика личности: Избранные психологические тесты: Практикум. Сургут: Сургутский гос. пед. ун-т, 2014. 215 с.
21. Пуговкина О.Д., Сырковашина А.Д., Истомина М.А., Холмогорова А.Б. Руминативное мышление как когнитивный фактор хронификации депрессии: определение понятия и валидность инструментария // Консультативная психология и психотерапия. 2021. Том 29. № 3. С. 88–115. DOI:10.17759/cpp.2021290307
22. Роджерс К. Клиентоцентрированная терапия. М.: Издательский дом: Рефл-бук, Ваклер, 1997. 175 с.
23. Соловых О.В. О теоретических аспектах самоактуализации личности // Вестник ОГУ. 2011. № 6(125). С. 25–31.
24. Холл К.С., Линдсей Г. Теории личности. М.: «КСП+», 1999. 267 с.
25. Яницкий М.С. Ценностные ориентации личности как динамическая система. Кемерово: Кузбассвузиздат, 2000. 204 с.
26. Jones A., Crandall R. Validation of a short index of self-actualization // Personality and Social Psychology Bulletin. 1986. Vol. 12. P. 63–73. DOI:10.1177/0146167286121007
27. Maslow A. Creativity in self-actualizing people // Creativity and Its Cultivation / H.H. Anderson (Ed.). New York Harper and Brothers, Harper Row, New York, 1959. P. 83–95. DOI:10.12691/ajap-5-1-1
28. Schetsche C. Pathways Through Coping Strategies to Psychological Symptoms: Structural Equation Modeling that Highlights the Importance of Social Support // Konsul'tativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy. 2022. Vol. 30. № 1. P. 67–92. DOI:10.17759/cpp.2022300105

References

1. Great Encyclopedia of Psychiatry, 2nd ed. [Electronic resource]. V.A. Zhmurov. *Large Explanatory Dictionary of Psychiatry Terms*. URL: <https://vocabulary.ru/termin/samoaktualizacija.html> (Accessed 08/08/2022). (In Russ.).
2. Bulygina V.G., Peeva O.D., Lysenko N.E. Decision-making on the choice of a method of response in conflict situations in persons with affective disorders. *Psychology and Law*, 2022. Vol. 12, no. 2, pp. 85–98. DOI:10.17759/psylaw.2022120207 (In Russ.).
3. Vachkov I.V., Khranova T.K. Authenticity and self-realization of personality in early adulthood. *Psychology and Law*, 2021. Vol. 11, no. 4, pp. 14–24. DOI:10.17759/psylaw.2021110402 (In Russ.).
4. Gamezo M.V., Domashenko I.A. Atlas of Psychology: Information and methodological guide for the course “Human Psychology”. М.: Pedagogical Society of Russia, 2006. 276 p. (In Russ.).
5. Gilford J. The nature of mental development. М.: Progress, 1967. 14 p. (In Russ.).
6. Demynt L.I. Responsibility as a resource of personality in family relations. *Bulletin of Omsk University*, 2003. No. 2, pp. 81–84. (In Russ.).
7. Demynt L.I. Responsibility of the individual as a property of the subject of life: dis. ... Doctor of Psychological Sciences / L.I. Demynt. Moscow, 2005. 357 p. (In Russ.).
8. Denisova E.G., Ermakov P.N., Abakumova I.V., Sylka N.V. Emotional-personal and metacognitive predictors of psychological well-being of students in modern conditions. *Psychological science and education*, 2022. Vol. 22, no. 5, pp. 85–96. DOI:10.17759/pse.2022270507 (In Russ.).
9. Druzhinin V.N. Creativity: nature and development. *Psychology. Journal of the Higher School of Economics*, 2005. Vol. 2, no. 3, pp. 91–107. (In Russ.).
10. Korotkova I.S., Yakovleva M.V., Shchelkova O.Yu., Eremina D.A. Features of psychological response and mechanisms of adaptation to stress caused by the COVID-19 pandemic. *Counseling psychology and psychotherapy*, 2021. Vol. 29, no. 1, pp. 9–27. DOI:10.17759/cpp.2021290102 (In Russ.).
11. Kochetova Yu.A., Klimakova M.V. Emotional intelligence and giftedness in foreign studies. *Modern foreign psychology*, 2021. Vol. 10, no. 4, pp. 55–63. DOI:10.17759/jmfp.2021100405 (In Russ.).
12. Kuftyak E.V. Relationship between attachment and coping behavior in adults. *Counseling psychology and psychotherapy*, 2021. Vol. 29, no. 1, pp. 28–43. DOI:10.17759/cpp.2021290103 (In Russ.).
13. Leontiev D.A. Psychology of freedom: to the formulation of the problem of self-determination of personality. *Psychological journal*, 2000. Vol. 21, no. 1, pp. 15–25. (In Russ.).



14. Leontiev D.A. Self-realization and the essential forces of a person. *Psychology with a human face: a humanistic perspective in post-Soviet psychology* / Ed. D.A. Leontieva, V.G. Shchur. M.: Meaning, 1997. Pp. 156–176. (In Russ.).
15. Malyshev I.V. The relationship of creativity and coping-stress strategies of personality among university students. *Izvestia of Saratov University. New Series. Ser. Philosophy. Psychology. Pedagogy*, 2013. Vol. 13, Iss. 3, pp. 56–60. (In Russ.).
16. Maslow A. Self-actualized people – a study of psychological health [Electronic document]. A. Maslow. URL: <https://www.rulit.me/books/samoaktualizirovannye-lyudi-issledovanie-psiologicheskogo-zdorovya-read-143499-1.html> (Accessed 08.08.2022). (In Russ.).
17. Mitina L.M. Psychology of personal and professional development of subjects of education. M.; St. Petersburg: Nestor-Istoriya, 2014. 376 p. (In Russ.).
18. Perls F. Gestalt seminars. M.: Institute of General Humanitarian Research, 1998. 330 p. (In Russ.).
19. Plakhotny A.F. The problem of social responsibility. Kharkov: Vyscha shkola, 1981. 192 p. (In Russ.).
20. Pryadein V.P. Psychodiagnostics of Personality: Selected Psychological Tests: Practicum. Surgut: Surgut state. ped. un-t, 2014. 215 p. (In Russ.).
21. Pugovkina O.D., Syrokvashina A.D., Istomin M.A., Kholmogorova A.B. Ruminative thinking as a cognitive factor in the chronicity of depression: the definition of the concept and the validity of the instrument. *Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2021. Vol. 29, no. 3, pp. 88–115. DOI:10.17759/cpp.2021290307 (In Russ.).
22. Rogers K. Client-centered therapy. Publishing house: Refl-book, Wakler, 1997. 175 p. (In Russ.).
23. Solovykh O.V. On the theoretical aspects of personality self-actualization. *Bulletin of OSU*, 2011. No. 6(125), pp. 25–31. (In Russ.).
24. Hall K.S., Lindsay G. Theories of personality. M., 1999. 267 p. (In Russ.).
25. Yanitsky M.S. Personal value orientations as a dynamic system. Kemerovo: Kuzbassvuzizdat, 2000. 204 p. (In Russ.).
26. Jones A., Crandall R. Validation of a short index of self-actualization. *Personality and Social Psychology Bulletin*, 1986. Vol. 12, pp. 63–73. DOI:10.1177/0146167286121007
27. Maslow A. Creativity in self-actualizing people / In H.H. Anderson, (Ed.). *Creativity and Its Cultivation*. New York Harper and Brothers, Harper Row, New York, 1959. Pp. 83–95. DOI:10.12691/ajap-5-1-1
28. Schetsche C. Pathways Through Coping Strategies to Psychological Symptoms: Structural Equation Modeling that Highlights the Importance of Social Support. *Konsultativnaya psikhologiya i psikhoterapiya = Counseling Psychology and Psychotherapy*, 2022. Vol. 30, no. 1, pp. 67–92. DOI:10.17759/cpp.2022300105

Информация об авторах

Бузган Екатерина Ивановна, аспирант, Смоленский государственный университет (ФГБОУ ВО «СмоЛГУ»), г. Смоленск, Российская Федерация, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2354-2729>, e-mail: bukasoul@gmail.com

Information about the authors

Ekaterina I. Buzgan, Graduate Student, Smolensk State University, Smolensk, Russia, ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-2354-2729>, e-mail: bukasoul@gmail.com

Получена 17.09.2022

Received 17.09.2022

Принята в печать 01.12.2023

Accepted 01.12.2023