



ПЕДАГОГИКА РАЗВИТИЯ И СОТРУДНИЧЕСТВА

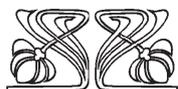
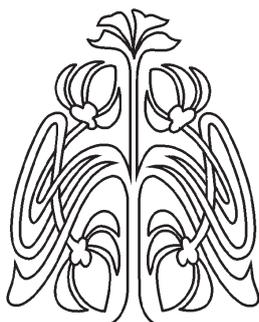
УДК 159.923.2:37.015.3

САМООСУЩЕСТВЛЕНИЕ И УДОВЛЕТВОРЕННОСТЬ ЖИЗНЬЮ ПОДРОСТКА: ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКИЙ АСПЕКТ

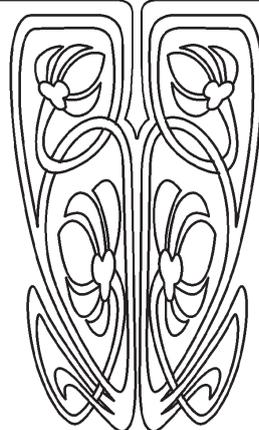
Н. Ф. Голованова, И. Б. Дерманова

Голованова Надежда Филипповна, доктор педагогических наук, профессор, кафедра педагогики и педагогической психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Россия, nf_golovanova@mail.ru

Дерманова Ирина Борисовна, кандидат психологических наук, доцент, кафедра психологии развития и дифференциальной психологии, Санкт-Петербургский государственный университет, Россия, dermanova@mail.ru



НАУЧНЫЙ
ОТДЕЛ



Современная образовательная практика не имеет ясных научных представлений об особенностях самоосуществления подростков в связи с их удовлетворенностью жизнью. Проведенный анализ понятия «самоосуществление» в современном психологическом дискурсе обнаружил три наиболее представленных в литературе способа самоосуществления: самовыражение, самореализация и самотрансценденция. Показано, что способы самоосуществления могут соотноситься с различными векторами его направленности. В крайних вариантах это «эгоцентрический» вектор самоосуществления и вектор «самоотверженного служения». Целью исследования было выявить соотношение различных способов самоосуществления и вектора его направленности с показателями удовлетворенности жизнью. В качестве гипотезы рассматривалось предположение, что у подростков представлены все три способа самоосуществления, которые находятся в тесной и положительной связи с характеристиками удовлетворенности и психологического благополучия в целом, а предпочтения в выборе характеристик самоосуществления в сочетании с показателями удовлетворенности жизнью формируют специфические симптомокомплексы, характеризующие разные пути его становления в подростковом возрасте. По результатам исследования обнаружено, что у подростков присутствуют все три способа самоосуществления, но наибольшее значение они придают самореализации, которая занимает центральную позицию в структуре показателей удовлетворенности. Выявлены специфические симптомокомплексы исследуемых показателей. Показано, что около 50% объясненной дисперсии представляют факторы с выраженными характеристиками самоосуществления, но только один из них (с весом около 25%) может быть охарактеризован как конструктивный и социально ориентированный вариант самоосуществления. Остальные факторы (с общим весом около 25%) описывают разные варианты ухода от него или несформированность внутренней потребности самоосуществления. Педагогическая поддержка самоосуществления современных подростков должна строиться с учетом ценностно-смыслового конструкта национального воспитания, обеспечивать со-бытийную детско-взрослую общность.

Ключевые слова: самоосуществление, удовлетворенность жизнью, самовыражение, самореализация, самотрансценденция, направленность самоосуществления, мотивы, подросток.

DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-3-278-286

К постановке проблемы

Проявления удовлетворенности жизнью у подростков не часто оказываются в поле внимания педагогов. Школьная образовательная практика переполнена решением задач выполнения учебных про-



грамм, подготовкой к ЕГЭ, и мало кому приходит в голову, что самоощущение подростка, качество его жизни может зависеть не от количества положительных отметок в классном журнале, а от того, как он воплощает себя в жизненном процессе.

Самоосуществление личности, или воплощение себя, исходно связано с пониманием того, что, как писал М. К. Мамардашвили, «главная страсть человека – это *быть*, исполниться, состояться» [1, с. 180]. У подростков эти стремления приобретают активный и осознаваемый характер. Подросток уже осознает, в определенной мере, свою самость, свою «активную устремленность», но одновременно он воспринимает и побудительное влияние внешнего мира. Поэтому в поисках смысла проживания собственной жизни (личностного смысла, по А. Н. Леонтьеву) он оказывается в ситуации противоречия субъективной и объективной сторон развития сознания. Это определяет наличие двух векторных составляющих самоосуществления (с преимущественной ориентацией на себя либо на внешний мир), при этом важно, какой из них доминирует у конкретного подростка.

В подростковом возрасте идет поиск способов самовыражения, презентации своей активности. Для подростка становится важным осознание ресурсов собственной личности, происходит оформление индивидуальных ценностных ориентиров. Школьные педагоги нередко воспринимают проявления поведенческой самостоятельности подростков как демонстрацию недисциплинированности, игнорирования обязательных требований. Конфликты между подростками и педагогами, родителями становятся своеобразными маркерами процесса их самоосуществления. А может быть, дело в том, что профессиональные педагоги (и тем более родители) не всегда достаточно осведомлены о самой психологической природе процесса самоосуществления личности, не обращают внимания на то, насколько взрослеющий ребенок подросткового возраста удовлетворен своей жизнью, просто не понимают, что самоосуществление – это стремление к лучшей, более яркой, полной, взрослой жизни?

В современной трактовке к опорным точкам понятия «самоосуществление» относят следующие: 1) самоосуществление может быть представлено как процесс и как результат; 2) активность в процессе движения к сущности исходит от самого человека, т. е. осуществить себя может только сам человек; 3) самоосуществление как результат задает направление саморазвития человека в целом; оно представляет собой сознательный процесс самосовершенствования с целью эффективной самореализации на основе внутренне значимых устремлений и внешних влияний; 4) самоосуществление есть тенденция к самораскрытию и саморазвертыванию творческого потенциала человека [2, с. 77].

Исследователи отмечают, что самоосуществлению предшествует длительная и напряженная внутренняя работа, которая направлена на понимание смысла жизни, т. е. процесс самоопределения. Его продуктом является индивидуальная концепция смысла жизни, которой руководствуется личность при построении жизненного пути. Чем глубже и адекватнее понимание человеком смысла и цели своей жизни, тем успешнее и продуктивнее процесс ее самоосуществления [3].

Значимость данного процесса в жизни подростка не вызывает сомнения, однако множество интерпретаций и недостаточная его операционализация затрудняют возможность педагогов-практиков выстраивать результативное педагогическое сопровождение. Процесс самоосуществления может протекать как более или менее благополучно, так и довольно болезненно. Подростки еще до конца не осознают свои цели, не всегда могут логически сформулировать свою концепцию жизни или обозначить направленность жизненных векторов. Но даже если поиск этой концепции протекает на мало осознаваемом уровне, он сопровождается эмоциональными оценками и ощущением удовлетворенности-неудовлетворенности процессом жизни.

Остановимся на операционализации понятия самоосуществления несколько подробнее. Ш. Бюлер (1968) рассматривает самоосуществление как более общую категорию по сравнению с самоактуализацией и самореализацией [4]. Анализируя с такой иерархической позиции данные категории, можно добавить в общую структуру самоосуществления еще как минимум два его варианта: самовыражение и самотрансценденцию.

Самовыражение – это способ, которым человек апробирует или демонстрирует, предьявляет себя в разных сферах (общении, деятельности, искусстве, творчестве и т. п.). Сходными явлениями можно считать самопроявление и самопредьявление. По мнению К. А. Абульхановой-Славской, «самовыражение (как активность) имеет разные степени зрелости, разные этапы сформированности. Так, на более ранних этапах (когда образ внутреннего “Я” еще далек от своего построения) самовыражение, как правило, проявляется в формах “демонстраций” (своего “Я”, “выступлений”, “выпадов” и т. д.). Зрелой формой самовыражения становится тот этап, на котором проявление себя превращается в действительную потребность адекватного и сущностного выражения своего “Я”» [5, с. 98–99]. Другие авторы для описания сходного феномена используют термин «выразительность», одним из значений которого является преднамеренное и сознательное выражение своих чувств, идей, мыслей, будь оно интеллектуальным или артистическим, но всегда носящим индивидуальный характер [6, с. 423].

Самореализация – продуктивное использование, применение, осуществление во внешней



деятельности всех своих способностей, потенциалов, качеств, свойств (К. Гольдштейн, А. Маслоу, К. Роджерс, К. А. Абульханова-Славская, Л. И. Анцыферова, Л. А. Коростылева и др.). Реализация чаще осуществляется с выгодой для себя и других. Так, А. Маслоу под самоактуализацией понимает возможность для человека «стать тем, кем он может стать», т. е. максимальную реализацию своей потенциальной сущности, своих способностей и своей истинной природы. Человек, с точки зрения Маслоу, является одновременно тем, что он есть, и тем, чем он стремится быть, а достижение этого состояния объявляется единственной конечной целью жизни человека [7]. В то же время, самореализуясь, человек может и не считаться с теми внешними последствиями, к которым этот процесс может привести. Так, К. Роджерс, характеризуя важнейшую составляющую самореализации человека – творчество, пишет, что «нет существенной разницы в творчестве при создании картины, литературного произведения, симфонии, изобретении новых орудий убийства, развитии научной теории, поиске новых особенностей в человеческих отношениях или создании новых граней собственной личности» [8, с. 82]. Роджерс принципиально не разграничивает «хорошее» и «плохое» творчество, считая, что один человек может искать способ облегчения боли, а другой – изобретать новые, более изощренные способы пыток политических заключенных: «Оба эти действия представляются мне творческими, даже если их общественная значимость совсем различна» [8, с. 82].

Критики этого подхода отмечают, что такая идея выводит на эгоцентричную модель личности и ее развития. Последователь А. Адлера Х. Ансбахер (Ansbacher, 1971) утверждает, что истинная самоактуализация необходимо должна включать в свое определение содействие самоактуализации других [9]. К этой же мысли пришел в своих поздних работах и К. Гольдштейн, однако, как отмечает Д. А. Леонтьев, К. Роджерс и А. Маслоу не придали ей значения.

Самотрансценденция – направленность человеческого бытия на нечто, что не является им самим, на что-то или кого-то: на смысл, который необходимо осуществить, или на человека, к которому мы тянемся с любовью. Самотрансценденция – выход человека, смыслов его жизни за границы собственного существования, направленность на инобытие, будь то другой человек или дело. В. Франкл использовал термин «самотрансценденция», противопоставляя его содержанию самоактуализации. «Самоактуализация — это не конечное предназначение человека. Это даже не его первичное стремление. Если превратить самоактуализацию в самоцель, она вступит в противоречие с самотрансцендентностью человеческого существования. Подобно счастью, самоактуали-

зация является лишь результатом, следствием осуществления смысла. Лишь в той мере, в какой человеку удастся осуществить смысл, который он находит во внешнем мире, он осуществляет и себя. Если он намеревается актуализировать себя вместо осуществления смысла, смысл самоактуализации тут же теряется» [10, с. 59]. По мнению В. Франкла, «человек становится тем, что он есть, благодаря делу, которое он делает своим. Чрезмерная озабоченность самоактуализацией может быть следствием фрустрации стремления к смыслу» [10, с. 59]. И лишь в той мере, в какой человеку удастся осуществить смысл, который он находит во внешнем мире, он осуществляет себя.

Однако, с нашей точки зрения, самотрансценденция также может носить деструктивный характер, в частности, когда служение детерминировано исключительно чувством долга либо стремлением компенсировать свои проблемы с полным отказом от себя. Личность при этом не совершенствуется, происходит постепенная утрата своего Я, что ведет к саморазрушению. Примером такой неконструктивной самотрансценденции может служить исполнительный тип личности, описанный К. А. Абульхановой-Славской (1991).

Таким образом, мы видим, что каждый из способов самоосуществления может иметь как конструктивный, так и неконструктивный характер в зависимости от общей направленности этого процесса, его мотивационной доминанты. Так, самовыражение может быть представлено как зрелой, так и незрелой формами. Самореализация может быть ориентирована исключительно на максимальную реализацию своей сущности (без учета последствий этого процесса) или с учетом своих действий для окружающих. Самотрансценденция как самоотверженное служение, но без учета потребностей собственной личности, может привести к полному отказу от себя и деформировать развитие личности.

Суммируя знаки различных способов самоосуществления, можно описать общую направленность данного процесса, обозначив его точкой на шкале Я – Другой (Дело). Чем ближе к полюсу Я, тем более представлены интересы собственной личности, чем ближе к полюсу Другой (Дело), тем больше доминируют внешние интересы. Первый вектор направленности самоосуществления обозначим как «индивидуалистический» (эгоцентрический), второй – как «самоотверженное служение».

Целью нашего исследования было выявить соотношение различных способов самоосуществления и вектора его направленности с показателями удовлетворенности жизнью. *Гипотеза:* мы предположили, что у подростков представлены все три способа самоосуществления, которые находятся в тесной и положительной связи с характеристиками удовлетворенности и психологи-



ческого благополучия в целом. А предпочтения в выборе способа самоосуществления и его направленности в сочетании с показателями удовлетворенности жизнью формируют специфические симптомокомплексы, характеризующие разные пути его становления в подростковом возрасте.

Выборка, методики и методы исследования

Исследование выполнено на выборке подростков от 14 до 17 лет ($N = 55$), учащихся общеобразовательных школ г. Санкт-Петербурга. В исследовании были применены следующие психодиагностические методики: для измерения направленности на самоосуществление использовались методика В. Ю. Котлякова на выявление смыслов [11] и авторская анкета «Варианты и направленность самоосуществления» [12]. В этой анкете испытуемого просили отметить значимость представленных форм поведения в баллах, от 1 до 7, где один балл означает, что это совсем неважно, а 7 – очень важно, а также, насколько им это удастся (по той же семибалльной шкале). После каждого вопроса предлагалось пояснить, почему это для него важно (или неважно), выбрав наиболее подходящую из предложенных объяснительных категорий, в которых фиксировалась направленность данного действия. Например, отмечалась важность «быть оригинальным во внешности (одежде, причёске, украшениях, манере поведения и т. д.)» по семибалльной шкале и предлагались пояснения к этому («чтобы меня заметили», «потому что это радует других», «утвердить свою индивидуальность», «чтобы нравиться себе»). Все пояснения предварительно были отобраны с помощью контент-анализа из ответов на открытые вопросы в пилотажной группе испытуемых.

Удовлетворенность измерялась с помощью методики «индекс жизненной удовлетворенности» Э. Динера [13], а также с помощью анкеты, исследующей удовлетворенность жизнью. В анкете были представлены оси, обозначающие такие жизненные сферы, как школа, учеба, отдых, общение и др. Испытуемых просили обозначить точку на оси, соответствующую их уровню удовлетворенности этой сферой. Высота оси – 100 мм, на каждой оси были проставлены верхняя, нижняя точки и середина шкалы. Величина удовлетворенности измерялась с помощью замера высоты от нижней точки оси до отметки испытуемого [14, с. 559]. Дополнительно для оценки общего благополучия личности использовались методика «Психологическое благополучие личности» К. Рифф [15] и методика оценки психического состояния [16]. Для выявления влияния объективных факторов жизненной ситуации использовалась биографическая анкета. Математико-статистический анализ полученных данных осуществлялся с использованием статистического пакета SPSS 20.

Результаты исследования и их обсуждение

В результате исследования было выявлено, что все три способа самоосуществления достаточно важны для подростков, но большую значимость они придают самореализации (72,19%), второе место занимает самовыражение (68,47%), третье – самотрансценденция (66,38%). Что касается оценки их эффективности, то подростки считают, что им наиболее удаются самореализация и самотрансценденция (69,23 и 69,14% соответственно), а вот самовыражение – несколько меньше (65,76%).

Как показывают результаты корреляционного анализа, ощущения значимости и успешности самоосуществления очень важны для общего самочувствия подростка, его психологического благополучия и удовлетворенности жизнью. Наибольшее количество связей с исследуемыми характеристиками имеет позитивная оценка самореализации (15 связей), на втором месте по значимости для эмоциональной сферы и благополучия подростков ощущение, что удастся самовыражение (12 связей) и на третьем – самотрансценденция (9 связей). Здесь и далее все корреляционные связи имеют значимость $0,001 \leq p \leq 0,05$.

Расхождение оценок важности и эффективности самоосуществления соотносится с явно выраженным дискомфортом эмоциональной сферы, неудовлетворенностью жизнью и снижением показателей психологического благополучия. Особенно остро переживается такое расхождение в оценке самореализации (15 связей), а наименее – в оценке самотрансценденности (1 связь). Эти данные свидетельствуют о том, что в целом самоосуществление тесно связано с переживанием психологического благополучия/неблагополучия подростков, ощущение недостаточной самореализованности является наиболее значимым фактором этих переживаний, а самотрансценденция – наименее значимым. Можно предположить, что с возрастом ее значение будет нарастать, но также, возможно, эти связи несут и более индивидуализированный характер.

В сознании подростка представлены оба вектора направленности самоосуществления, но преобладает эгоцентрическая (на себя $M = 7,50$; $\sigma = 3,41$; на других $M = 6,18$; $\sigma = 3,31$). Однако величины стандартного отклонения свидетельствуют о некоторой неоднородности результатов подростков по данным показателям. Среди смысловых установок на первое место выходит мотив самореализации ($M = 11,60$), на второе – статусный мотив ($M = 12,53$), последние места занимают когнитивный ($M = 16,63$) и альтруистический ($M = 14,05$). Таким образом, структура смыслов также подтверждает преимущественную эгоцентрическую направленность.



Для выявления интегральных симптомо-комплексов показателей самоосуществления и характеристик удовлетворенности мы провели

факторный анализ, который выявил шестифакторную структуру, описывающую 74,66% совокупной дисперсии (таблица).

Результаты факторизации показателей самоосуществления и удовлетворенности жизнью подростков
Results of factorization of self-realization and life satisfaction indicators in adolescents

Показатели	F 1	F 2	F 3	F 4	F 5	F 6
Эгоцентрическая направленность.		,410		,575		-,437
Самоутверждение и служение	,640		-,254			
Самовыражение – Важно			-,628	,430		
Самореализация – Важно	,330	,412	-,636			
Самотрансценденция – Важно	,623		-,458	-,247		
Альтруистический смысл	-,438	,269	,577			
Экзистенциальный смысл	,292	,279	,322		-,432	
Гедонистический смысл	,367				-,733	
Самореализации смысл	,476	-,401				-,421
Статусный смысл	,295	-,767				
Коммуникативный смысл	-,266	,393		-,322		
Семейный смысл	-,625	,321	-,266			
Когнитивный смысл					,391	,596
Общая удовлетворенность	,619	,425				
Удовлетворенность учебой	,291	,702		-,324		-,281
Удовлетворенность отношениями в семье	,632		,306			,360
Удовлетворенность школьным коллективом	,519	,284				-,271
Удовлетворенность отдыхом	,360	,263		,303	,282	
Удовлетворенность материальным положением	,634			-,540		
Удовлетворенность общением	,359		,519		,345	-,371
Жилищные условия (анкета)		,479		-,578		
Семья (анкета)			,490	,376		
Вес фактора, %	24,08	16,36	10,62	9,08	8,17	6,31

Первый фактор объединяет альтруистическую направленность самоосуществления (принятие альтруистического, семейного и коммуникативного смыслов и направленности на других), которая сочетается с потребностью в развитии собственного потенциала (важность самореализации) с удовлетворенностью жизнью в целом и отдельными ее сторонами (см. таблицу). Данный фактор может быть обозначен как «субъективное благополучие и социальная ориентированность самоосуществления». Такое сочетание и преимущественная представленность данного симптомокомплекса в исследуемой группе (более 24% объясненной дисперсии) свидетельствует о «нормальности» и здоровой тенденции развертывания процесса самоосуществления в конструктивном направлении. Конечно, это не означает, что в дальнейшем данный процесс будет продолжаться в том же русле, возможно и смещение акцентов,

но стартовые позиции задают позитивную ориентацию и выступают основанием конструктивного самоосуществления в будущем.

Второй фактор объединяет эгоцентрическую направленность со смысловыми доминантами – статусной и самореализации при отказе от других жизненных смыслов. В эмоциональном плане отмечается удовлетворенность общая и по ряду показателей в отдельных жизненных сферах. Кроме того, данный симптомокомплекс представлен преимущественно у подростков с более благополучными жилищными условиями. Содержательно его можно обозначить как «честолюбие, концентрация на себе». С нашей точки зрения, такая установка достаточно характерна для данного возрастного периода, когда соперничество становится едва ли не самой мощной мотивирующей силой. Тревогу вызывает отсутствие социальной ориентиро-



ванности и каких-либо нравственных оснований социального динамизма, которые, с точки зрения ряда психологов (А. Адлер, Э. Фромм и др.), по сути, являются «барометром нормальности». Но этот симптомокомплекс отвечает социальным запросам «рыночного общества», ценности которого все более и более распространяются в нашей социальной реальности.

Третий фактор объединяет характеристики, свидетельствующие об отсутствии направленности на самоосуществление (оценка важности самовыражения, самореализации и самотрансценденции с отрицательными знаками). Смысловые установки характеризуются принятием семейного смысла с одновременным отказом от альтруистического и экзистенциального; характеристики удовлетворенности представлены слабо, за исключением удовлетворенности отношениями в семье и общением. В тенденции здесь обнаруживается неготовность к реализации направленности на других. В наибольшей степени он характерен для подростков из полных и расширенных семей. Его можно обозначить как «отказ от самоосуществления и неопределенность жизненных позиций». Возможно, он выражает общую недостаточно осмысленную и инфантильную жизненную установку отдельных подростков. В соответствии со стадиями идентичности, описанными канадским психологом Дж. Марше, этот синдром можно описать как статус неопределенной личностной идентичности, при котором индивид еще не определился с жизненными приоритетами. Предположительно, с возрастом и по мере личностного самоопределения подростков его удельный вес будет уменьшаться.

Четвертый фактор объединяет эгоцентрическую направленность (с наибольшим весом) с преимущественной ориентацией на самовыражение и отказом (в тенденции) от самотрансценденции. Наряду с этим принимается коммуникативный смысл жизни, а удовлетворенность отдыхом сочетается с неудовлетворенностью учебной и материальной положением. Такая установка характерна в большей степени для детей из больших семей, проживающих в более стесненных условиях. С учетом сочетания преимущественной представленности эгоцентрической и коммуникативной направленностей его можно обозначить как «манипулятивность и самовыражение». Можно предположить, что социальная ориентированность здесь вызвана не столько бескорыстным интересом к другому, сколько желанием управлять им в собственных интересах.

Пятый фактор отражает общую направленность на гедонистический смысл жизни с неким философским уклоном, удовлетворенность отдыхом и общением. Возможно, он отражает позицию не определившихся созерцателей, своего рода «наслаждение без самоопределения». Может быть, он

также характеризует инфантильную установку и недостаточную личностную зрелость.

Шестой фактор объединяет ведущий смысл самореализации с низкими уровнями удовлетворенности жизнью (школой, учебной, общением), за исключением удовлетворенности семейными отношениями. В совокупности с этими показателями отрицательный знак направленности на себя может свидетельствовать о компенсаторном механизме стремления к самореализации, либо о возможном внутреннем конфликте, когда ведущим мотивом самореализации становится не желание реализовать собственную сущность, а стремление что-то доказать «всем вопреки», либо о «комплексе превосходства» (А. Адлер). Данный фактор может быть обозначен как «компенсаторная самореализация».

Заключение

Подводя итог изложенному, можно отметить, что ведущим способом самоосуществления для подростков является самореализация. Признание важности и позитивная оценка эффективности самоосуществления соотносятся с выраженными характеристиками удовлетворенности и субъективного благополучия. А неудовлетворенность результатами самоосуществления связана со сниженным эмоциональным фоном и, скорее, с показателями неблагополучия. Удовлетворенность самореализацией занимает центральное место в структуре взаимосвязей исследуемых показателей с характеристиками удовлетворенности жизнью и показателями психологического благополучия. Наименее интегрирована в данную структуру самотрансценденция.

В целом у подростков преобладает направленность самоосуществления на себя, но представлены оба вектора. Однако ни один из них не обнаружил устойчивых корреляций с удовлетворенностью и психологическим благополучием, что заставило нас предположить наличие более сложных зависимостей.

Проведенный факторный анализ симптомокомплексов показателей самоосуществления и удовлетворенности обнаружил, что около 50% объясненной дисперсии представляют факторы с выраженными характеристиками самоосуществления: их всего три из шести. Однако конструктивный характер самоосуществления представлен только первым фактором, сочетающим самореализацию, самотрансценденцию с социальным вектором направленности и удовлетворенностью. Два других (второй и четвертый факторы) демонстрируют симптомокомплексы с доминированием эгоцентрических установок без позитивной социальной ориентированности с оттенком либо социального динамизма (статусных устремлений), либо манипулятивности.



И около 25% объясненной дисперсии характеризуют или отказ от самоосуществления в любом из его вариантов (третий фактор), или неопределенность жизненных установок (пятый фактор), или направленность на самореализацию как компенсацию неких коммуникативных проблем (шестой фактор). Выраженность данных симптомокомплексов можно объяснить инфантильностью и психологической незрелостью части подростков. Возможно, с возрастом и по мере личностного самоопределения вес таких факторов будет уменьшаться.

На основе полученных нами результатов считаем возможным обратить внимание педагогов-практиков на некоторые важные моменты педагогической поддержки самоосуществления подростков. Удовлетворенность жизнью возникает у подростка, когда его самоосуществление замечено и положительно оценено значимыми взрослыми. Ему, как воздух, необходимо диалоговое общение с авторитетными старшими людьми, которые направят его рассудочный и интуитивный поиск смыслов.

Педагоги и родители должны обратить внимание на стремление подростков к самореализации как ведущему в их возрасте способу самоосуществления. Побуждать самореализовываться только в учебной деятельности – значит ограничивать социальную ориентированность субъектного развития. В современной школе, к сожалению, практически отсутствует общественно полезная деятельность подростков, а им необходимо научиться отдавать себя: свое время, знания, творческие способности другим людям, нуждающимся в этом. Это – самые органичные ситуации заботы, когда нужно делать самостоятельный выбор и брать на себя ответственность.

Нравственные ориентиры самоосуществления личности задаются культурой, религией, традициями. Эти жизненные абсолюты в детстве принимаются на веру (в доверии к родителям, учителям, книгам), а подросток уже подвергает их переоценке, переосмысливает свои представления и реальную жизнь своих родителей, окружающих людей. Если официальная система образования ориентирует на ценности капитализирующегося общества: на достижения личного успеха, превосходства, материальных жизненных благ, высокого социального статуса, то подросток в своем самоосуществлении остается один на один с проблемой мотивационного выбора. В этих случаях естественная потребность в самоосуществлении проявляется нередко как протест, как отрицание позитивной мотивации, как экстремальное и криминальное поведение.

Нашему обществу пришла пора осознать, что решение духовно-нравственных проблем бытия намного важнее, чем решение проблем матери-

альных. Без этого понимания экзистенциальное существование подрастающих детей окажется чрезвычайно сложным.

Благодарности и финансирование: *Исследование выполнено при финансовой поддержке Российского фонда фундаментальных исследований в рамках научного проекта № 16-06-00307а.*

Библиографический список

1. Мамардашвили М. К. Как я понимаю философию. М., 1992. 415 с.
2. Логинова И. О. Психология жизненного самоосуществления. М., 2009. 279 с.
3. Карпинский К. В. Психология жизненного пути личности : учеб. пособие. Гродно, 2002. 167 с.
4. Щукина М. А. Психология саморазвития личности. СПб., 2015. 348 с.
5. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М., 1991. 299 с.
6. Олпорт Г. Становление личности. М., 2002. 462 с.
7. Маслоу А. Психология бытия. М., 1997. 304 с.
8. Кулюткин Ю. Н., Сухобская Г. С. Личность : внутренний мир и самореализация. Идеи, концепции, взгляды. СПб., 1996. 175 с.
9. Леонтьев Д. А. Самоактуализация как движущая сила личностного развития: историко-критический анализ. URL: <http://www.psychologos.ru/articles/view/samoaktualizaciya-kak-dvizhushchaya-sila-lichnostnogo-razvitiya-dvoe-zn--istoriko-kriticheskij-analiz-d.a.-leontev> (дата обращения 26.01.2018).
10. Франкл В. Человек в поисках смысла. М., 1990, 368 с.
11. Котляков В. Ю. Методика исследования системы жизненных смыслов // Вестн. Кемер. гос. ун-та. 2013. Т. 1, № 2 (54). С. 148–153.
12. Голованова Н. Ф., Дерманова И. Б., Ануфриюк К. Ю. Теоретическое определение и опыт исследования самоосуществления подростков // Проблемы современного педагогического образования. 2016. Вып. 52. Ч. 7. С. 547–555.
13. Тест «Индекс жизненной удовлетворенности» (ИЖУ), адаптация Н. В. Паниной. Опросник общего психологического состояния человека. URL: <http://psycabi.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoj-oprosnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka> (дата обращения: 27.02.2018).
14. Практикум по возрастной психологии : учеб. пособие / под ред. Л. А. Головей, Е. Ф. Рыбалко. СПб., 2002. 694 с.
15. Жуковская Л. В., Трошихина Е. Г. Шкала психологического благополучия К. Рифф // Психол. журн. 2011. Т. 32, № 2. С. 82–93.
16. Курганский Н. А., Немчин Т. А. Оценка психической активности, интереса, эмоционального тонуса, напряжения и комфортности // Практикум по экспериментальной и прикладной психологии / под ред. А. А. Крылова. Л., 1990. С. 44–51.



Образец для цитирования:

Голованова Н. Ф., Дерманова И. Б. Самоосуществление и удовлетворенность жизнью подростка: психолого-педагогический аспект // Изв. Саратов. ун-та. Нов. сер. Сер. Акмеология образования. Психология развития. 2018. Т. 7, вып. 3 (27). С. 278–286. DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-3-278-286

Self-Realization and Satisfaction with Life in Adolescents: Psychological and Pedagogical Aspects

Nadezhda F. Golovanova

ORCID 0000-0002-5932-0047

Saint Petersburg University

7-9, Universitetskaya Emb., St. Petersburg, 199034, Russia

E-mail: nf_golovanova@mail.ru

Irina B. Dermanova

ORCID 0000-0001-5742-4451

Saint Petersburg University

7-9, Universitetskaya Emb., St. Petersburg, 199034, Russia

E-mail: dermanova@mail.ru

Modern educational practice has no clear scientific understanding regarding the specifics of self-realization of adolescents in connection with their satisfaction with life. Analysis of the concept of “self-realization” in modern psychological discourse has revealed three well-represented in scientific literature ways of self-realization: self-expression, self-realization and self-transcendence. It is shown that methods of self-realization can be correlated with different vectors of its orientation. In extreme cases these are an “egocentric” vector of self-fulfillment and a vector of “selfless service”. The purpose of the study was to reveal the correlation of various ways of self-realization and the vector of its orientation with indicators of satisfaction with life. The hypothesis of the study was that adolescents demonstrate all three ways of self-realization, which are closely and positively related to characteristics of satisfaction and psychological well-being in general, preferences in the choice of characteristics of self-realization combined with indicators of life satisfaction form specific symptom-complexes characterizing different ways of a person’s making in adolescence. Based on the results of the study, it was discovered that adolescents have all three modes of self-realization, but they attach the greatest importance to self-realization, which occupies the central position in the structure of satisfaction indicators. Specific symptom complexes of the parameters under study were revealed. It is shown that about 50% of the explained dispersion is represented by factors with pronounced self-realization characteristics, but only one of them (about 25%) can be characterized as a constructive and socially-oriented variant of self-realization. Other factors (with a total weight of about 25%) describe different options for avoiding it or the lack of formed internal need for self-realization. Pedagogical support for self-realization of modern adolescents should be built taking into account the value-semantic construct of national education, and provide for the child-adult community.

Key words: self-realization, satisfaction with life, self-expression, self-realization, self-transcendence, self-fulfillment orientation, motives, adolescents.

Acknowledgments: *The reported study was funded by Russian Foundation for Basic Research according to the research project no. 16-06-00307a.*

References

1. Mamardashvili M. K. *Kak ya ponimayu filosofiyu* [How I Understand Philosophy]. Moscow, 1992. 415 p. (in Russian).
2. Loginova I. O. *Psikhologiya zhiznennogo samoosushchestvleniya* [Psychology of Life Self-Fulfillment]. Moscow, 2009. 279 p. (in Russian).
3. Karpinskiy K. V. *Psikhologiya zhiznennogo puti lichnosti* [Psychology of Personality’s Life Path]. Grodno, 2002. 167 p.
4. Shchukina M. A. *Psikhologiya samorazvitiya lichnosti* [Psychology of Person’s Self-Development]. St. Petersburg, 2015. 348 p. (in Russian).
5. Abul’khanova-Slavskaya K. A. *Strategiya zhizni* [Strategy of Life]. Moscow, 1991. 299 p. (in Russian).
6. Olport G. *Stanovlenie lichnosti* [Formation of Personality]. Moscow, 2002. 462 p. (in Russian, trans. from English).
7. Maslou A. *Psikhologiya bytiya* [Psychology of Being]. Moscow, 1997. 304 p. (in Russian, trans. from English).
8. Kulyutkin Yu. N., Sukhobskaya G. S. *Lichnost’: vnutrenniy mir i samorealizatsiya. Idei, kontseptsii, vzglyady* [Personality’s Inner World and Self-Realization. Ideas, Concept, Views]. St. Petersburg, 1996. 175 p. (in Russian).
9. Leont’ev D. A. *Samoaktualizatsiya kak dvizhushchaya sila lichnostnogo razvitiya: istoriko-kriticheskiy analiz* (Self-Actualization as Moving Force of Personal Growth: Historical-Critical Analysis). Available at: <http://www.psychologos.ru/articles/view/samoaktualizatsiya-kak-dvizhushchaya-sila-lichnostnogo-razvitiya-dvoe-zn--istoriko-kriticheskiy-analiz-d.a.-leontev> (accessed 26 January 2018) (in Russian).
10. Frankl V. *Chelovek v poiskakh smysla* [Person’s Search for Meaning]. Moscow, 1990, 368 p. (in Russian, trans. from German).
11. Kotlyakov V. Yu. Metodika issledovaniya sistemy zhiznennykh smyslov [Methods of Research of Life Values System]. *Vestn. Kemer. gos. un-ta* [Bulletin of Kemerovo State University], 2013, vol. 1, iss. 2 (54), pp. 148–153 (in Russian).
12. Golovanova N. F., Dermanova I. B., Anufriyuk K. Yu. Teoreticheskoe opredelenie i opyt issledovaniya samoosushchestvleniya podrostkov [Theoretical Definition and Research Experience of Adolescents’ Self-Fulfillment]. *Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya* [Problems of Contemporary Pedagogical Education], 2016, iss. 52, part 7, pp. 547–555 (in Russian).



13. *Test indeks zhiznennoj udovletvorennosti (IZhU), adaptatsiya N.V. Paninoy. Oprosnik obshchego psikhologicheskogo sostoyaniya cheloveka (Test of Indicator of Life Satisfaction, Adapted by N. V. Panina. Questionnaire of Person's Overall Psychological State). Available at: <http://psycabi.net/testy/506-test-indeks-zhiznennoj-udovletvorennosti-izhu-adaptatsiya-n-v-paninoy-oproshnik-obshchego-psikhologicheskogo-sostoyaniya-cheloveka> (accessed 27 February 2018) (in Russian).*
14. *Praktikum po vozrastnoy psikhologii [Age Psychology Workshop: training manual]. Eds. L. A. Golovey, E. F. Rybalko. St. Petersburg, 2002. 694 p. (in Russian).*
15. Zhukovskaya L.V., Troshikhina E. G. Shkala psikhologicheskogo blagopoluchiya K. Riff [Scales of Psychological Well-Being by C. Riff]. *Psikhologicheskij zhurnal* [Psychological Journal], 2011, vol. 32, iss. 2, pp. 82–93 (in Russian).
16. Kurganskiy N. A., Nemchin T. A. Otsenka psikhicheskoy aktivatsii, interesa, emotsional'nogo tonusa, napryazheniya i komfortnosti [Assessment of Psychological Activation, Emotional Tonus, Tension and Comfort]. In: *Praktikum po eksperimental'noy i prikladnoy psikhologii* [Workshop on Experimental and Applied Psychology]. Ed. by A. A. Krylov. Leningrad, 1990, pp. 44–51 (in Russian).

Cite this article as:

Golovanova N. F., Dermanova I. B. Self-Realization and Satisfaction with Life in Adolescents: Psychological and Pedagogical Aspects. *Izv. Saratov Univ. (N. S.), Ser. Educational Acmeology. Developmental Psychology*, 2018, vol. 7, iss. 3 (27), pp. 278–286 (in Russian). DOI: 10.18500/2304-9790-2018-7-3-278-286
