

УДК 159.923.2

Особенности взаимосвязи содержания модусов самовосприятия и самоактуализации личности

Е. В. Столярская, старший преподаватель

В статье рассматриваются вопросы, касающиеся содержания модусов самовосприятия личности (Я реальное, Я идеальное, Я возможное, Я избегаемое и Я прошлое) в контексте самоактуализации. Содержание модусов оценивается при помощи трех показателей: позитивности, силы и активности. Описывается взаимосвязь между оценками модусов по данным показателям и показателями самоактуализации личности. Показывается, что данная взаимосвязь носит различный характер в подгруппах мужчин и женщин.

The Specifics of the Interrelation between the Content of the Modi of Self-Perception and Self-Actualization of a Person

E. Stolyarskaya, Senior Lecturer

The article is devoted to the issues concerning the contents of the modi of self-perception of a person (Real Self, Ideal Self, Possible Self, Avoided Self and Past Self) in the context of self-actualization. The content of the modi is estimated by means of three parameters: positivity, force and activity. The interrelation between the estimations of the modi according to these parameters and the parameters of self-actualization is described. The author shows that this interrelation has its specifics in subgroups of men and women.

Проблема формирования разносторонней, социально ответственной и зрелой личности – одна из ключевых проблем современной высшей школы, и, в более широком контексте, всей системы образования в обществе. Поэтому важным вопросом психологической и педагогической теории и практики становится вопрос о факторах, способствующих личностному росту и самоактуализации личности, раскрытию заложенного в ней потенциала. В качестве одного из таких факторов может рассматриваться самовосприятие личности.

Взаимосвязь самовосприятия и самоактуализации, личностного роста – вопрос, активно рассматриваемый в современной психологии личности [1–6]. Самовосприятие рассматривается исследователями одновременно как основание самоактуализации [3; 4; 6] и ее результат [4]. Стоит отметить, однако, что данные, касающиеся взаимосвязи самовосприятия и самоактуализации личности носят противоречивый характер. С одной стороны, исследователи отмечают важность позитивных представлений о себе, своих силах и возможностях для процесса личностного роста [3–5; 7]. С другой стороны, подчеркивается, что восприятие собственных недостатков, негативных сторон является характерной чертой социально развитой личности [2; 8], может также стать основой для самоизменения и, как следствие, самоактуализации [9; 10]. Исходя из вышесказанного, представляется, что вопрос взаи-

мосвязи содержания самовосприятия и самоактуализации личности представляется актуальным, как в социальном, так и в научном плане.

Изучению связи содержания самовосприятия и самоактуализации личности было посвящено исследование «Взаимосвязь особенностей самовосприятия и самоактуализации личности», проведенное автором в 2003–2005 гг. Исследование проводилось в Белорусском государственном университете, эмпирической базой являлись студенты БГУ (исторический, филологический, радиофизический, физический и химический факультеты), возраст – 19–21 год, 123 женщины и 115 мужчин. Для определения уровня самоактуализации личности испытуемым предлагалось заполнить опросник САТ (самоактуализационный тест). Самоактуализация измерялась при помощи 14 шкал: ориентации во времени, поддержки, самоуважения, самопринятия, принятия агрессии и др. [11]. Самовосприятие исследовалось при помощи метода семантического дифференциала. Испытуемым предлагалось оценить пять модусов своего Я: Я реальное, Я идеальное, Я возможное, Я прошлое и Я избегаемое по 30 заранее выбранным характеристикам.

В исследовании проверялась гипотеза о наличии взаимосвязи между содержанием модусов самовосприятия и уровнем самоактуализации личности. Под содержанием модусов самовосприятия мы по-

нимали данные респондентами оценки вышеперечисленных модусов по заданным в методике исследования показателям самовосприятия: позитивности, силе и активности. Данные показатели отражали классическую модель Ч. Осгуда: оценка, сила и активность [12]. Для изучения взаимосвязи показателей самоактуализации и оценок модусов самовосприятия по показателям рассчитывался коэффициент корреляции Пирсона.

Для получения более компактной и информативной картины взаимосвязи содержания модусов самовосприятия и самоактуализации личности мы провели факторный анализ оценок модусов самовосприятия по показателям позитивности, силы и активности. Для выделения факторов использовался метод главных компонент. В результате данной процедуры мы получили группы, в каждую из которых входят оценки, сильно коррелирующие между собой. Это позволило нам снизить размерность категории «содержание модусов самовосприятия» и облегчило дальнейший анализ данных.

В результате проведения факторного анализа в подгруппе мужчин были выделены четыре фактора. Вес первого фактора составляет 33,3 % объясненной дисперсии. В него входят следующие оценки модусов самовосприятия: *Я реального* по показателям позитивности (0,628), силы (0,573) и активности (0,781); *Я идеального* по показателям позитивности (0,645) и активности (0,734); *Я избегаемого* по показателям позитивности (–0,533) и активности (–0,531); *Я прошлого* по показателю активности (0,637); *Я возможного* по показателям позитивности (0,649), силы (0,553) и активности (0,781). Мы проинтерпретировали данный фактор как «Сильное, активное и позитивное Я».

Вес второго фактора составил 19,1 % объясненной дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я реального* по показателям позитивности (–0,567) и силы (0,608); *Я идеального* по показателям позитивности (–0,624) и силы (0,615); *Я избегаемого* по показателю силы (–0,578); *Я возможного* по показателю позитивности (0,551) и силы (0,607). Данный фактор включает в себя оценки модусов по показателям позитивности и силы; оценки по показателю позитивности включаются с отрицательным знаком. Мы проинтерпретировали данный фактор как «Сильное, но не позитивное Я».

Вес третьего фактора составил 11,5 % объясняемой дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я избегаемого* по показателям силы (0,525) и активности (0,611); *Я прошлого* по показателям силы (0,632) и активности (0,436). Мы проинтерпретировали данный фактор как «Сильное и активное прошлое и избегаемое Я».

Вес четвертого фактора составил 8,7 % объясняемой дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я прошлого* по показателям позитивности (0,708) и активности (0,455). Мы проинтерпретировали данный фактор как «Позитивное и активное прошлое Я».

Следующим шагом анализа было выявление взаимосвязи между полученными факторами и показателями самоактуализации личности. Для этого были рассчитаны коэффициенты корреляции Пирсона между рассчитанными для каждого респондента факторными нагрузками и показателями самоактуализации.

В результате проведения корреляционного анализа в подгруппе мужчин были обнаружены следующие значимые корреляции между показателями самоактуализации и нагрузками:

- по первому фактору с показателями самоактуализации по шкалам ценностей ($r = 0,327$; $sig = 0,000$), гибкости ($r = -0,243$; $sig = 0,009$), самоуважения ($r = 0,347$; $sig = 0,000$), представлений о природе человека ($r = 0,315$; $sig = 0,001$) и контактности ($r = -0,309$; $sig = 0,001$);
- по второму фактору с показателями самоактуализации по шкалам компетентности во времени ($r = 0,265$; $sig = 0,004$), поддержки ($r = 0,439$; $sig = 0,000$), ценностей ($r = 0,327$; $sig = 0,000$), гибкости ($r = 0,372$; $sig = 0,000$), сензитивности к себе ($r = 0,287$; $sig = 0,002$), спонтанности ($r = 0,265$; $sig = 0,004$), самоуважения ($r = 0,474$; $sig = 0,000$), самопринятия ($r = 0,420$; $sig = 0,000$), принятия агрессии ($r = 0,502$; $sig = 0,000$), контактности ($r = 0,338$; $sig = 0,000$) и креативности ($r = 0,333$; $sig = 0,000$);
- по третьему фактору с показателями самоактуализации по шкалам компетентности во времени ($r = 0,266$; $sig = 0,004$), поддержки ($r = 0,250$; $sig = 0,007$) и самопринятия ($r = 0,210$; $sig = 0,010$);
- по четвертому фактору с показателями самоактуализации по шкале принятия агрессии ($r = 0,285$; $sig = 0,002$).

В результате проведения факторного анализа в подгруппе женщин были выделены четыре фактора. Вес первого фактора составляет 33,7 % объясненной дисперсии. В него входят следующие оценки модусов самовосприятия: *Я реального* по показателям позитивности (0,698), силы (0,555) и активности (0,818); *Я идеального* по показателям позитивности (0,564) и активности (0,705); *Я прошлого* по показателям позитивности (0,656) и активности (0,661); *Я возможного* по показателям позитивности (0,702), силы (0,565) и активности (0,825). Мы проинтерпретировали данный фактор, как и в подгруппе мужчин, как «Сильное, активное и позитивное Я».

Вес второго фактора составил 16,7 % объясненной дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я реального* по показателю позитивности ($-0,393$); *Я идеального* по показателям позитивности ($-0,618$) и силы ($0,700$); *Я избегаемого* по показателю силы ($-0,528$); *Я возможного* по показателям позитивности ($-0,480$) и силы ($0,560$). Данный фактор включает в себя оценки модусов по показателям позитивности и силы; оценки по показателю позитивности включаются с отрицательным знаком. Мы проинтерпретировали данный фактор, как и в подгруппе мужчин, как «Сильное, но не позитивное Я».

Вес третьего фактора составил 13,8 % объясняемой дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я избегаемого* по факторам оценки ($0,629$), силы ($0,664$) и активности ($0,834$); *Я прошлого* по фактору силы ($0,451$). Мы проинтерпретировали данный фактор как «Сильное, позитивное и активное избегаемое Я».

Вес четвертого фактора составил 7,2 % объясняемой дисперсии. В него вошли следующие оценки модусов самовосприятия: *Я прошлого* по факторам силы ($-0,460$) и активности ($-0,558$). Мы проинтерпретировали данный фактор как «Слабое и пассивное прошлое Я».

В результате проведения корреляционного анализа в подгруппе женщин были обнаружены следующие значимые корреляции между показателями самоактуализации и нагрузками:

- по первому фактору с показателями самоактуализации по шкалам поддержки ($r = 0,239$; $sig = 0,008$), ценностей ($r = 0,407$; $sig = 0,000$), самоуважения ($r = 0,396$; $sig = 0,000$) и представлений о природе человека ($r = 0,257$; $sig = 0,004$);
- по второму фактору с показателями самоактуализации по шкалам поддержки ($r = 0,300$; $sig = 0,001$), гибкости ($r = 0,275$; $sig = 0,002$), сензитивности к себе ($r = 0,268$; $sig = 0,003$), самоуважения ($r = 0,273$; $sig = 0,002$), самопринятия ($r = 0,290$; $sig = 0,001$), принятия агрессии ($r = 0,440$; $sig = 0,000$) и познавательных потребностей ($r = 0,339$; $sig = 0,000$);
- по четвертому фактору с показателями самоактуализации по шкале ориентации во времени ($r = 0,280$; $sig = 0,002$).

На основании полученных результатов можно сделать следующие выводы. Во-первых, хочется отметить, что фактором, наиболее сильно взаимосвязанным с показателями самоактуализации личности, как в подгруппе мужчин, так и в подгруппе женщин, стал фактор «Сильное, но не позитивное Я». Данный фактор оказался связан с 11 показателями самоактуализации личности в подгруппе мужчин и с 7 показателями самоактуализации

личности в подгруппе женщин. Иначе говоря, с самоактуализацией наиболее сильно оказалось связано восприятие себя (в настоящем времени и, возможно, в будущем) и своего *Я-идеала* как сильной, но не полностью соответствующей общепринятым стандартам «хорошей», «позитивной» личности. Высокие оценки модусов своего Я по таким критериям, как симпатичный, добрый, честный, моральный, альтруистичный и др., связаны, скорее, с низкой, чем с высокой самоактуализацией личности.

Далее, такой фактор самовосприятия, как «Сильное, активное и позитивное Я» оказался связан с 5 показателями самоактуализации личности в подгруппе мужчин и с 4 показателями самоактуализации личности в подгруппе женщин. Иначе говоря, с самоактуализацией личности связано восприятие своего Я (прежде всего, реального и возможного) как сильного, позитивного и активного. Налицо противоречие: с показателями самоактуализации оказались связаны восприятия себя одновременно как сильной, но не позитивной личности и как сильной, активной и позитивной личности. Как представляется, данное противоречие можно объяснить, исходя из сложной и противоречивой природы связи самовосприятия и самоактуализации личности. Самоактуализация и личностный рост должны основываться на позитивном отношении к себе [3; 4], и, в то же время, осознание собственных недостатков может стимулировать процессы преобразования себя, реализации заложенного потенциала [9; 10]. Достижения личности в процессе самоактуализации, несомненно, отражаются в восприятии себя как сильного, успешного, позитивного и т. п., но, в то же время, самоактуализация приводит к более полному осознанию и принятию своих слабостей и недостатков [4; 13].

Далее, такой фактор самовосприятия, как «Сильное и активное прошлое и избегаемое Я» оказался связан с 3 показателями самоактуализации личности в подгруппе мужчин. Иначе говоря, у мужчин с самоактуализацией личности связано восприятие своего *прошлого* и *избегаемого Я* как сильного и активного. Данный факт вполне согласуется с мнением ряда исследователей о том, что позитивные *прошлые Я* могут выступать источником моделей поведения в сложных ситуациях и в этом плане могут способствовать самоактуализации личности [1].

Здесь также стоит обратить внимание на тот факт, что в подгруппе женщин третий фактор «Сильное, позитивное и активное *избегаемое Я*», как оказалось, не связан с самоактуализацией личности. Иными словами, у женщин восприятие собственного *избегаемого Я* не связано с уровнем самоактуа-

лизации личности. Как представляется, эти результаты можно объяснить с позиций гендерного подхода. В ряде исследований обнаружено, что традиционные гендерные нормы предполагают непрерывное подтверждение мужчиной своей мужественности, в частности через постоянное отвержение качеств, которые рассматриваются как неприемлемые (неуспешность, женственность и т. п.) [14; 15]. Гендерные нормы женственности предполагают соответствие идеалам (красоты, материнства и т. д.) и не предполагают подчеркнутого отвержения неприемлемого [16; 17]. Именно вследствие этого, как представляется, в подгруппе женщин восприятие собственного *избегаемого Я* оказалось не связанным с показателями самоактуализации личности, в отличие от подгруппы мужчин, где такая связь была обнаружена.

Таким образом, данный этап эмпирического исследования позволил подтвердить гипотезу, согласно которой содержание модусов самовосприятия личности взаимосвязано с уровнем самоактуализации личности. Как оказалось, фактором, наиболее сильно взаимосвязанным с показателями самоактуализации личности, как в подгруппе мужчин, так и в подгруппе женщин, стал фактор «Сильное, но не позитивное Я». В меньшей степени связан с показателями самоактуализации в обеих подгруппах фактор «Сильное, активное и позитивное Я». Еще менее выражена связь с показателями самоактуализации факторов «Сильное и активное *прошлое* и *избегаемое Я*» и «Позитивное и активное *прошлое Я*» в подгруппе мужчин и «Слабое и пассивное *прошлое Я*» в подгруппе женщин.

Полученные данные позволяют изменить взгляды на содержание консультативной работы, направленной на создание условий для личностного роста и самоактуализации личности.

Как представляется, во-первых, основное внимание в рамках данной работы должно быть направлено на осознание своих *Я реального* и *Я возможного*, их достоинств и недостатков, уникальных возможностей и заложенных потенциалов.

Во-вторых, основными ориентирами в данном процессе должны служить осознание сильных сторон своих *Я реального* и *Я возможного* (также как *Я идеального*). В то же время психолог-консультант не должен избегать осознания личностью своих недостатков, возможного несоответствия общепринятым стандартам «хорошей», «позитивной» личности.

В-третьих, подтверждается положение, высказанное многими исследователями (О. Б. Дутчина, Х. Маркус, А. Маслоу, К. Роджерс, Г. С. Салли-

ван), согласно которому важным фактором, взаимосвязанным с самоактуализацией личности, является восприятие себя (и своего идеала) как сильной, активной и позитивной личности и распространение данного взгляда на все временные модусы своего *Я* (в прошлом и возможном будущем).

В-четвертых, осознание личностью своего *прошлого Я* также можно рассматривать как важное условие ее самоактуализации. Причем, если для мужчин важно воспринимать себя в прошлом как сильного и позитивного, то для женщин, напротив, значимо восприятие своего *прошлого Я* как слабого и пассивного.

Список цитированных источников

1. Белинская, Е. П. Временные аспекты Я-концепции и идентичности / Е. П. Белинская // Мир психологии. – 1999. – № 3.
2. Бернс, Р. Развитие Я-концепции и воспитание / Р. Бернс. – М., 1986.
3. Дутчина, О. Б. Психологические условия и средства развития позитивной Я-концепции студента: дис. ... канд. псих. наук: 19.00.07 / О. Б. Дутчина. – Хабаровск, 2004.
4. Роджерс, К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс. – М., 1994.
5. Хорни, К. Невроз и развитие личности / К. Хорни // Собр. соч. в 3 т. – Т. 3. – М., 1997.
6. Markus, H. Possible Selves / H. Markus, P. Nurius // American Psychologist. – 1986. – 41 (9).
7. Франселла, Ф. Новый метод исследования личности: Руководство по репертуарным личностным методикам / Ф. Франселла. – М., 1987.
8. Кон, И. С. В поисках себя: Личность и ее самосознание / И. С. Кон. – М., 1984.
9. Налчаджян, А. А. Социально-психологическая адаптация / А. А. Налчаджян. – Ереван, 1988.
10. Сарджвеладзе, Н. И. Личность и ее взаимодействие с социальной средой / Н. И. Сарджвеладзе. – Тбилиси, 1989.
11. Алешина, Ю. Е. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений / Ю. Е. Алешина [и др.]. – М., 1987.
12. Бурлачук, Л. Ф. Словарь-справочник по психодиагностике / Л. Ф. Бурлачук, С. М. Морозов. – СПб: Питер, 2000.
13. Маслоу, А. Психология бытия / А. Маслоу. – М., 1997.
14. Шабурова, О. Н. Мужик не суетится, или пиво с характером / О. Н. Шабурова // О мужественности: сб. статей / сост. С. А. Ушакин. – М., 2002.
15. Gutterman, D. S. Postmodernism and the Interrogation of Masculinity // H. Brod, M. Kaufman (Eds.), Theorizing Masculinities. – London: Sage, 1994.
16. Берн, Ш. Гендерная психология / Ш. Берн. – СПб, 2001.
17. Вульф, Н. Миф о красоте. Как представления о красоте используются против женщин / Н. Вульф // Иностранная литература. – 1995. – № 3.

Дата поступления статьи в редакцию: 10.06.2007 г.