

Развитие человека в современном мире. 2022. № 3  
Human Development in the Modern World, 2022, no. 3

Научная статья

УДК 159.9

## Самореализация личности в юношеском возрасте в зависимости от специфики обучения

**Ольга Александровна Шамшикова**

*Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск,  
Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3551-0444>, [shamol56@rambler.ru](mailto:shamol56@rambler.ru)*

**Екатерина Олеговна Ермолова**

*Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск,  
Россия, ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1636-1527>, [shamka05@mail.ru](mailto:shamka05@mail.ru)*

**Любовь Алексеевна Духовникова**

*Новосибирский государственный педагогический университет, Новосибирск,  
Россия, [luba385@mail.ru](mailto:luba385@mail.ru)*

*Аннотация.* В статье рассматривается проблема самореализации личности; анализируются интегральные качества самореализации личности; определяется сущность понятия «самореализация» в русле гуманистической психологии; обсуждаются последние исследования этого феномена, а также рассматривается определение самореализации личности в юношеском возрасте с позиции мотива, процесса и результата деятельности. Проведен качественный и количественный анализ личностных качеств самореализованных юношей по характеристикам А. Маслоу, а также их сравнение с особенностями юношеского возраста в зависимости от года обучения в средне-профессиональном учебном заведении. Представлена характеристика особенностей самореализации в процессе обучения; определены критерии и структурные компоненты самореализации личности в юношеском возрасте; выделены наиболее выраженные характеристики, такие как «принятие себя, других и природы», «спонтанность, естественность», «общественный интерес, глубокие отношения между людьми», «концентрация на проблеме». Представлена структура самореализации личности в юношеском возрасте на основе результатов исследования и в зависимости от курса обучения в колледже.

*Ключевые слова:* самореализация, развитие, личность, юношеский возраст, студенты, средне-профессиональное обучение, колледж, курс.

*Для цитирования.* Шамшикова О. А., Ермолова Е. О., Духовникова Л. А. Самореализация личности в юношеском возрасте в зависимости от специфики обучения // Развитие человека в современном мире. 2022. № 3. С. 7–16.

Original article

## The relationship of personal self-realization in adolescence, depending on from the specifics of training

**Olga A. Shamshikova**

*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia,  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-3551-0444>, [shamol56@rambler.ru](mailto:shamol56@rambler.ru)*

**Ekaterina O. Ermolova**

*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia,  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-1636-1527>, [shamka05@mail.ru](mailto:shamka05@mail.ru)*

**Lubov A. Dukhovnikova**

*Novosibirsk State Pedagogical University, Novosibirsk, Russia, [luba385@mail.ru](mailto:luba385@mail.ru)*

*Abstract.* The article deals with the problem of self-realization of personality; analyzes the integral qualities of self-realization of personality; definition of the essence of the concept of “self-realization” in the mainstream of humanistic psychology; discusses recent studies of this phenomenon; discusses the definition of self-realization of personality in adolescence from the perspective of motive, process and result of activity; discusses modern studies of this phenomenon; qualitative and quantitative analysis of self-realized personal qualities in adolescence, according to the characteristics of A. Maslow, as well as their comparison with the characteristics of adolescence and depending on the year of study at a secondary vocational educational institution; characteristics of the features of self-realization in the process of study; definition of criteria and structural components of self-realization of a person in adolescence, the most pronounced characteristics are highlighted, such as “acceptance of oneself, others and nature”; “spontaneity, naturalness”; “public interest, deep relationships between people”; “concentration on the problem”; the structure of personal self-realization in adolescence is presented based on the results of the study and depending on the course of study in college.

*Keywords:* self-realization, development, personality, adolescence, students, secondary vocational training, college, course.

*For citation.* Shamshikova O. A., Ermolova E. O., Dukhovnikova L. A. The relationship of personal self-realization in adolescence, depending on from the specifics of training. *Human Development in the Modern World*, 2022, no. 3, pp. 7–16. (In Russ.)

**Введение.** Проблема самореализации личности считается одной из фундаментальных проблем человеческого существования, поскольку это процесс, благодаря которому индивид вливается в общество, гармонично и сбалансированно раскрывает свою истинную форму, реализуя возможности для развития своей идентичности. В концепции А. Маслоу самореализация относится к первичной потребности человека, которая становится особенно важной во время периода обучения. Самореализация в юношеском возрасте является одним из важнейших этапов становления личности, поскольку она связана не только с получением большого объема знаний, но и имеет решающее значение при получении профессиональной квалификации. Активное развитие и реализация своих возможностей во время обучения в профессиональном учебном заведении помогает студенту проявить собственные профессиональные качества, достичь успеха и карьерного роста [9, с. 141].

Исследованиям проблем саморазвития и самореализации посвящены работы представителей гуманистической психологии – А. Маслоу [9; 10], Г. Олпорта [11], В. Франкла [14] и др. В психологии проблема развития и становления личности представлена концепциями А. Н. Леонтьева [6], И. Д. Беха [1], С. Л. Рубинштейн [13] и др. Изучение особенностей самореализации личности в юношеском возрасте проводили Л. Н. Кобыльник [5], Е. А. Лопатин [7] и др.

Самореализация – это сложная психическая деятельность, требующая четкого целеполагания, значительных волевых усилий, направленной самодеятельности, огромных психологических и энергетических затрат. Большинство авторов определяют процесс реализации как «внутренний рост», исходящий из намерения личности реализовать унаследованные и генетические задатки, реализовать свои способности.

К. Роджерс считает, что каждый из нас должен стремиться стать настолько искусным и талантливым, насколько это возможно с точки зрения биологии. Растение стремится быть здоровым, семя стремится вырасти в дерево, а человек стремится к целостности, самореализации [12, с. 245]. А. Маслоу утверждает, что самореализованная личность – это человек, живущий в полной мере, человек с уровнем личностного роста, потенциально присутствующим во всех нас [9, с. 115].

Такие ученые, как С. Д. Максименко [8], Л. Н. Кобыльник [5] отмечают, что у каждого человека есть дремлющие способности и потенциал, поэтому крайне важно не сомневаться и не бояться их реализации, потому что это умножает шансы на успех и самореализацию. Так, С. Д. Максименко указывает на неуместность утверждений о том, что лишь немногие (3 % по А. Маслоу) способны достичь самореализации, потому что на самом деле это может сделать каждый [8, с. 145]. Однако стоит отметить, что самореализация – это сложная длительная деятельность, требующая целевой ориентации, большой силы воли, целенаправленной самостоятельной деятельности, значительного вклада психологических и энергетических ресурсов. Самореализация подразумевает также личное и независимое мнение о важнейших жизненных явлениях. С точки зрения А. Маслоу, самореализация – это большая работа для того, чтобы делать все возможное, что ты хочешь делать, избавление от иллюзий и ложных представлений о себе [9, с. 149]. Тенденция к самореализации, самовыражению, поиску смысла жизни начинает преобладать в юношеские годы, когда человек прилагает усилия к развитию собственной личности.

По большей части, юноши – это молодые люди в возрасте 16–21 года, которые сделали свой профессиональный выбор. Основными задачами, которые необходимо решить в этом возрасте, являются, во-первых, достижение интеграции идентичности (эмоциональное и когнитивное единство представлений о себе, своем месте в жизни, в системе межличностных отношений), во-вторых, достижение близости (объединение двух идентичностей, но без потери какой-либо из его уникальных особенностей).

Студенчество как онтогенетическая стадия развития характеризуется достижением зрелости физических и психофизиологических свойств, высших психических функций, а также когнитивной, эмоциональной и волевой мотивационной сфер личности. Важными достижениями студенческого возраста исследователи считают формирование диалектического мышления, позволяющего адекватно воспринимать окружающую действительность и принимать решения, эффективно преодолевать противоречия жизненного опыта, осознавать свои обязанности. Отмечаются

четкость и определенность в проявлениях волевых качеств личности. Наблюдается усиление социальных мотивов поведения, возрастающий интерес к нравственным проблемам, вопросам смысла жизни. Самосознание приобретает структурную определенность всех компонентов, что феноменально проявляется в осознании человеком своей личности, уникальности, мотивов поведения и деятельности, интимизации внутренней жизни. Осознание необходимости планировать жизненный путь вызывает появление особого творения – жизненной перспективы, охватывающей прошлое, настоящее и будущее человека.

Под самореализацией личностей в юношеском возрасте понимается процесс реализации желания осуществлять деятельность по максимально полному раскрытию внутреннего потенциала личности в процессе обучения в профессиональном учебном заведении. Это определение учитывает понимание самореализации учащихся с точки зрения мотива, процесса и результата деятельности индивида по развитию талантов, способностей и возможностей. Аналогичное разделение формулируют ученые в своих исследованиях: Е. Н. Городилова [2], Е. Ф. Яценко [15], И. Д. Егорычева [4].

В современной науке разработаны особенности и показатели самореализации личности студентов. Самореализация в юношеском возрасте характеризуется коммуникативной направленностью, важностью взаимоотношений с обществом, потребностью в общественном признании, ориентацией на активные действия; общительностью, эмоциональной устойчивостью, уверенностью в себе, жизнестойкостью; способностями к эмпатии.

Таким образом, можно предположить, что самореализация личности в юношеском возрасте в процессе обучения в профессиональном учебном заведении имеет определенную структуру личностных свойств как сложное образование. Основой нашего исследования является концепция психологических характеристик самореализации личности А. Маслоу, поскольку она является наиболее полной и подробной.

А. Маслоу выделил следующие характеристики самореализации личности:

- 1) эффективное восприятие реальности: эмоциональная стабильность, объективность восприятия;
- 2) принятие себя, принятие других и природы: принятие себя и других считается частью человеческой природы;
- 3) непосредственность, простота, естественность: поведение спонтанно и естественно, в нем нет искусственности или желания произвести эффект;
- 4) сосредоточенность на проблеме: полностью преданы своей любимой работе, задаче, долгу; работа субъективно воспринимается как их определяющая характеристика;
- 5) автономия, независимость от культуры и окружающей среды: высокая степень самоуправления и ответственности, саморазвитие, внутренний рост, полагаются только на себя.
- 6) свежесть восприятия: способность реалистично оценивать происходящее;
- 7) общественный интерес, глубокие межличностные отношения: особое чувство сопереживания людям, они испытывают чувство сострадания, симпатии и любви к другому человеку, желание помогать другим;
- 8) дифференциация средств и целей: они последовательны и тверды, придерживаются высоких ценностных ориентаций и определенных морально-этических норм [9, с. 118].

Процесс самореализации личности – это естественная склонность к самопознанию, индивидуальный творческий путь к себе. Для изучения свойств самореализации личности в юношеском возрасте в зависимости от специфики обучения мы ориентировались на шкалу свойств самореализации личности по А. Маслоу.

**Результаты и их обсуждение.** Учащиеся адекватно оценивают свои собственные качества, достоинства и недостатки. Они принимают себя такими, какие они есть, довольны собой, своими способностями. Их отличает высокий уровень самоуважения и самокритики, но без самообвинений. Студенты осознают свои потребности и стремятся их реализовать, но делают это по собственному желанию, чувствуя внутреннюю свободу. Однако в некоторых ситуациях учащиеся могут проявлять внутреннюю неуверенность в себе, желание подстраиваться под других.

В условиях социальной напряженности, наблюдаемой в современном обществе, юноши и девушки способны принимать других людей, относиться к ним позитивно, замечая больше хорошего, чем плохого. У студентов теплые, хорошие отношения с окружающими. Они терпимы к своим сверстникам, но в некоторых случаях могут испытывать антипатию, неприязнь к окружению.

В процессе обучения в профессиональном учебном заведении принятие студентами себя, других и окружающего мира способствует их активности в обучении, инициативности, успеху в овладении навыками самообразования, оптимизации межличностных отношений в системах «студент-преподаватель», «студент-студент», раскрытию и реализации внутренних возможностей студента в направлении его самореализации.

Непосредственность, простота, естественность как характеристика самореализации личности студентов по А. Маслоу представлена шкалой «Непосредственность, простота, естественность» [10, с. 129]. Высокий балл, полученный студентами в соответствии с этой шкалой, демонстрирует их способность выражать свои чувства свободно, непринужденно, т. е. в силу внутренних причин, без прямого воздействия извне. Однако это не исключает дифференциации эмоциональных реакций и способов выражения эмоциональных состояний, самоконтроля и саморегуляции действий и поведения.

У исследуемых студентов диагностирован промежуточный (переходный) тип поведенческой активности, который характеризуется активной и целеустремленной работоспособностью, приверженностью любимому занятию, разносторонностью интересов, способностью балансировать деловую активность.

Потребность в достижениях у студентов находится на среднем уровне. Это означает, что студенты пытаются превзойти уже достигнутый уровень, реализовать свой потенциал и свои желания. Они стремятся улучшить результаты, добиться успеха в любой (значимой/незначимой) деятельности. Студенты склонны увлекаться работой, настойчивы в достижении своих целей. Готовы оказать помощь и помогать другим в решении сложных проблем, чтобы совместно испытать радость успеха.

Средний результат был получен в соответствии со шкалой «Сосредоточенность на проблеме», что свидетельствует о стремлении учащихся приобретать знания для расширения своего кругозора, улучшения ориентации в окружающей действительности. Субъекты осознают, что образование, полученное в университете, является основой для профессионального и личностного становления, наиболее эффективного использования их потенциальных возможностей.

По мнению Н. М. Дидык, профессиональное развитие – это продуктивный процесс саморазвития личности, самореализации в профессии и своего личностного потенциала для достижения вершин профессионализма. Поэтому образовательная деятельность в колледже должна включать в себя систему внутренних мотивов самореализации, познания [3, с. 58].

Полученные данные по шкале «Автономия, независимость от культуры и окружающей среды» означают, что учащиеся способны к внутреннему контролю своих действий, руководствуются тем, что от них зависит достижение жизненных целей. Они проявляют лидерские качества, способны влиять на других и стремятся быть в числе лучших. Но иногда учащимся нужна внешняя поддержка, контроль за выполнением заданий.

Учащиеся подвержены внешнему влиянию, зависят от мнения окружающих в ситуации выбора. Конформизм, зависимость от посторонней помощи в развитии и отстаивании собственной позиции не позволяют студентам применять творческие подходы и проявлять инициативу в процессе обучения в профессиональном учебном заведении. Пассивность блокирует личностное самосовершенствование, реализацию всех возможностей студентов.

Итак, выйдя за рамки школьных интересов, поступив в средне-специальное учебное заведение, молодой человек чувствует себя взрослым, приобретает гораздо большую независимость, чем раньше, но, несмотря на это, по-прежнему остается зависимым от родителей как в материальном, так и в социальном плане. Подверженность влиянию родителей и окружающего мира не позволяет ему в полной мере следовать собственным жизненным целям, убеждениям, установкам и принципам.

Данные исследования по шкале «Свежесть восприятия» отражают гедонистическую ориентацию студентов, которая проявляется в стремлении к развлечениям, праздности. Студентов устраивают те условия, которые не требуют интенсивных усилий в работе, творчестве и жизни в целом и обеспечивают максимальный комфорт и удовольствие. Доминирование гедонистических мотивов мешает студентам достичь своей самореализации.

Физиологические потребности и потребность в безопасности можно отнести к гедонистическим физиологическим потребностям; потребность в принадлежности и любви, когнитивные потребности можно отнести к гедонистическим психическим потребностям. Согласно А. Маслоу, человек должен в какой-то степени удовлетворить примитивные потребности, прежде чем он сможет осознать свое существование и быть мотивированным самыми сложными потребностями самого высокого уровня, которые можно отнести к эвдемоническим потребностям (самореализация) [10, с. 127].

Таким образом, обучение в профессиональном учебном заведении должно развивать эвдемонические потребности студентов, т. е. реализовывать свой потенциал в обществе, раскрывать свои возможности, получая через это счастье и самоудовлетворение.

Для этого необходимо сосредоточить внимание студентов на будущей профессиональной деятельности; максимально соотнести задачи с уже приобретенным студентами академическим и жизненным опытом; убедить студента в том, что только его собственное желание и амбиции могут побудить человека совершать определенные действия; побудить студента уверенно делать выбор в пользу знаний и не бояться принимать самостоятельные решения; поддерживать положительное эмо-

циональное состояние в результате удовлетворения от собственной учебной деятельности; способствовать превращению учебной деятельности в реальную ценность учащегося, которая постепенно станет потребностью человека. Глубокие межличностные отношения как характеристики самореализации личности студентов по А. Маслоу изучались по шкале «Общественный интерес» [10, с. 158].

Полученные нами результаты свидетельствуют о способности студентов принимать свое раздражение, вспыльчивость и недовольство кем-то или всем миром, агрессивность как естественное свойство человека, не пытаясь скрыть или подавить это. В общении с людьми студенты не испытывают трудностей, легко и быстро вступают в контакт с людьми, устанавливая прочные, глубокие отношения.

Шкала «Дифференциация средств и целей». Указанные результаты отражают способность студентов реализовать свой потенциал, обогатить и расширить жизненный опыт. Они в какой-то степени принимают ценности, определенные А. Маслоу при описании мотивации самореализации людей. Студенты также проявляют гибкость, лабильность в реализации своих целей, ценностей и способность быстро реагировать на изменчивость социальных и культурных факторов, социальных и экономических преобразований. Но в то же время планы студентов не имеют реальной поддержки в настоящем, и реализация этого не подкреплена их личной ответственностью [10, с. 162].

Таким образом, качественный и количественный анализ результатов исследования свойств самореализации личности студентов в соответствии с характеристиками А. Маслоу [10] показал, что наиболее выраженными характеристиками являются «принятие себя, принятие других и природы»; «простодушие, простота, естественность»; «общественный интерес; глубокие межличностные отношения»; «сосредоточенность на проблеме».

Недостаточно выраженными характеристиками самореализации личности студентов по А. Маслоу являются «автономия, независимость от культуры и окружающей среды»; «свежесть восприятия»; «дифференциация средств и целей» [10, с. 174].

Рассмотрение динамики свойств самореализации в зависимости от года обучения является интересным и значимым. Используя t-критерий Стьюдента, были установлены достоверные различия между 1-м и 2-м годами, 1-м и 3-м годами, 2-м и 3-м годами. При проведении оценки с использованием t-критерия Стьюдента были установлены достоверные различия в показателе самопринятия между 1-м и 2-м годами; между 1-м и 3-м годами; между 2-м и 3-м годами. Эти различия указывают на то, что к 3-му году учащимся удается лучше узнать себя, адекватно оценить собственные способности и практические действия для своего развития, самореализации. Процесс обучения в профессиональном учебном заведении способствует когнитивной сложности и дифференциации самопринятия студентов; смене стандартов внешней оценки внутренними, индивидуально-личностными стандартами оценки; увеличению доли в общей структуре моральных суждений студентов; трансформации смыслового пространства для увеличения количества профессиональных и ролевых конструкторов как свидетельство идентификации с профессиональной моделью. У студентов до 3-го года обучения складывается представление о себе как о сильной личности, осознающей важность собственных действий, определенных результатов в жизни.

Выявлены достоверные различия между 1-м и 3-м курсами показателя «поддержка». Полученные данные свидетельствуют о росте до 3-го курса независимости

студентов от мнения окружающих, стремлении подстраивать свое поведение под стандарты, которые им не свойственны; снижение инициативы, самостоятельности в проведении и отстаивании собственной позиции. Это может быть связано с новыми условиями жизнедеятельности человека: решением проблем профессионального и личностного самоопределения. Проблемная насыщенность этого этапа образования для индивида вызывает повышение уровня функционирования защитных механизмов.

Показатель «свежесть восприятия» увеличивается к 3-му году обучения. Следующий показатель этого свойства – «эмоциональный комфорт» – выявил достоверные различия только между 1-м и 2-м годами. Динамика указанных показателей выявляет более сильное проявление гедонистической ориентации учащихся к 3-му году обучения, т. е. они стремятся к простой и легкой жизни, не способны систематически работать, быть независимыми и ответственными. Гедонистическая ориентация студентов становится существенным препятствием для самореализации, поскольку, как отмечает А. Маслоу, основным способом развития всех способностей человека является труд – творческий труд, захватывающий всю личность индивида, именно в труде человек может самореализоваться.

Свойство самореализации личности в юношеском возрасте по показателю «потребность в достижениях» выявило достоверные различия между 1-м и 2-м годами; между 2-м и 3-м годами – это свидетельствует об отсутствии положительной динамики потребности в достижениях, так как результаты студентов 3-го курса и студентов 1-го курса за время обучения были практически одинаковыми. Потребность в достижениях наиболее выражена у студентов 2-го курса, и, согласно результатам исследования, она находится в пределах нормы. Потребность в достижениях рассматривается как предпосылка для реализации потенциала способностей и талантов личности.

Таким образом, учащимся, как субъектам образовательной деятельности, необходимо создать ситуацию успеха, которая очень зависит от положительной оценки их учебной деятельности. Смысл оценки для учащихся заключается в желании преуспеть в учебе и, очевидно, обрести уверенность в себе, уверенность в своих силах.

Имеются достоверные различия по шкале «дифференциация средств и целей». Можно предположить, что студенты склонны строить нереалистичные планы, у них снижена личная ответственность за свои действия и поступки. Особого внимания заслуживает тот факт, что студенты 2-го и 3-го курсов довольно безответственно относятся к определению собственной жизненной стратегии, линии развития внутреннего потенциала, личностного роста.

Анализ свойств самореализации личности студентов позволил нам выявить факторы и их компоненты для 1, 2 и 3-го курсов средне-профессионального учебного заведения и наметить их иерархию.

Для реализации себя и своих возможностей студенты 1-го курса должны проявлять естественность в поведении, нести ответственность за свои действия, полагаться только на собственные усилия, возможности и способности; руководствоваться и принимать ценности самореализации; воспринимать негативные проявления человеческого поведения как совершенно естественные. Это способствует успешному налаживанию межличностного взаимодействия, открытости внешнему жизненному опыту.



Студенты 2-го курса ориентированы на реальность, соотносят прошлое и настоящее, реалистично связывают долгосрочные планы с текущими задачами; убеждены, что человек может контролировать свою жизнь и свободно принимать решения, реализовывать их, несмотря на объективные условия и обстоятельства; воспринимают позитивно как свою физиологическую природу, так и духовные, моральные и этические качества, получая от этого удовольствие, ощущая радость жизни.

Студенты 3-го курса имеют собственное мнение, независимы в разработке и отстаивании собственной позиции, проявляют свои чувства свободно и бескомпромиссно; положительно относятся к себе, считают себя не хуже других. На этом этапе обучения у студентов формируется определенная иерархия личностных ценностей, которая является связующим звеном между индивидуальным миром отдельного человека и обществом в целом. Они открыты для нового опыта, получения информации извне, ищут новые оригинальные способы решения своих задач.

**Заключение.** В современной научной терминологии самореализация определяется как внутренняя деятельность субъекта. Результатом такой деятельности является формирование личности как субъекта собственной жизнедеятельности. Целеустремленность, интенциональность, процедурность, эффективность рассматриваются как существенные признаки феномена самореализации, как комплекса личностных свойств.

Специфической особенностью самореализации личности во время обучения является то, что она осуществляется в рамках образовательного процесса в профессиональном учебном заведении. Показателем эффективности процесса самореализации учащихся является уровень развития всех совокупных свойств, определяющих самореализацию личности.

Основными движущими силами самореализации для студентов 1-го курса являются естественность в поведении, определенная свобода выбора и ответственность за свои действия; управление ценностями самореализации личности; интерес к будущей профессии и желание совершенствоваться, а также свободная ориентация в изменяющихся условиях, прогнозирование возможных будущих результатов. Студентам

2-го курса важно сосредоточиться на настоящем и привести его в соответствие с прошлым и будущим; убедиться, что человек может управлять своей жизнью и может свободно принимать решения. Студенты 3-го курса имеют свое собственное мнение и отстаивают его, опираясь на свою иерархию личных ценностей.

#### Список источников

1. Бех И. Д. Личностно-ориентированное воспитание. Киев: Уникум, 2018. 203 с.
2. Городилова Е. Н. Самоактуализация и ее связь с интегральной индивидуальностью: автореф. дис. ... канд. психол. наук. Пермь, 2012. 22 с.
3. Дидык Н. М. Научные подходы к изучению личностной зрелости // International Scientific Review. 2016. № 3 (13). С. 246–247.
4. Егорычева И. Д. Самореализация во времени/пространстве онтогенеза. Подросток и самореализация. М.: МПСИ, 2013. 178 с.
5. Кобыльщик Л. М. Психологические особенности индивидуальной самореализации будущих психологов и педагогов: автореф. дис. ... канд. пед. наук. М., 2017. 36 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. М.: Политиздат, 1975. 304 с.
7. Лопатин Е. А. Педагогические аспекты самореализации студентов в вузе: дис. ... канд. пед. наук. Рязань, 2019. 278 с.

8. Максименко С. Д. Общая психология. М.: Рефл-бук: Ваклер, 2020. 523 с.
9. Маслоу А. Х. Дальние пределы человеческой психики. СПб.: Евразия, 1999. 430 с.
10. Маслоу А. Х. По направлению к психологии бытия / пер. с англ. Е. Рачковой. М.: Эксмо-Пресс, 2002. 270 с.
11. Олпорт Г. Становление личности. Избранные труды. М.: Смысл, 2012. 480 с.
12. Роджерс К. Р. О становлении личностью: Взгляд терапевта на психотерапию. М.: Прогресс: Universe, 2014. 480 с.
13. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. СПб.: ФЕНИКС, 2002. 720 с.
14. Франкл В. В. Воспоминания. М.: Альпина нон-фикшн, 2015. 208 с.
15. Яценко Е. Ф. Исследование ценностно-смыслового аспекта самоактуализации студентов // Вопросы психологии. 2012. № 1. 90 с.

### **Информация об авторах**

*О. А. Шашишкова* – кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет.

*Е. О. Ермолова* – кандидат психологических наук, доцент, профессор кафедры общей психологии и истории психологии, Новосибирский государственный педагогический университет.

*Л. А. Духовникова* – студент 2 курса магистратуры, направление «Психология», магистерская программа «Психология развития», факультет психологии, Новосибирский государственный педагогический университет.

### **Information about the authors**

*O. A. Shamshikova* – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University.

*E. O. Ermolova* – Candidate of Psychological Sciences, Associate Professor, Professor of the Department of General Psychology and History of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University.

*L. A. Dukhovnikova* – 2nd Year Master's Student, Direction "Psychology", Master's program "Developmental psychology", Faculty of Psychology, Novosibirsk State Pedagogical University.

Статья поступила в редакцию 19.07.2022; одобрена после рецензирования 10.08.2022; принята к публикации 11.08.2022.

The article was submitted 19.07.2022; approved after reviewing 10.08.2022; accepted for publication 11.08.2022.

