

Министерство образования и науки Российской Федерации  
Федеральное государственное бюджетное образовательное учреждение  
высшего образования «Саратовский национальный исследовательский  
государственный университет имени Н.Г. Чернышевского»

Кафедра социальной психологии образования и развития

**Самореализация личности в период юности в условиях  
профессионального обучения.**

АВТОРЕФЕРАТ

выпускной квалификационной работы бакалавра

Студента(ки) 4 курса 442 группы  
направления 44.03.02 Психолого-педагогическое образование  
профиля Психология образования  
факультета психолого-педагогического и специального образования  
Валиевой Юлии Николаевны

Научный руководитель  
к.пс.н, доцент \_\_\_\_\_

М.С.Ткачева

Зав. кафедрой  
доктор психол.наук, профессор \_\_\_\_\_

Р.М.Шамионов

Саратов 2017

## **Введение**

Внимание к проблеме самореализации личности в современной психологии обусловлено актуальностью вопросов, связанных с исследованием внутренней активности личности, максимального использования ресурсов для полного самоосуществления личности в процессе развития.

Термин «самореализация» встречается в исследованиях и публикациях часто, но в науке ещё не определился единый подход к исследуемой проблеме. Объектом исследования является самореализация личности в юношеском возрасте.

Предмет исследования - процесс самореализации личности в юношеском возрасте в условиях профессионального обучения.

Цель исследования: анализ социально-педагогических условий самореализации в период профессиональной подготовки.

Согласно поставленной цели исследования выдвигается гипотеза, о том, что самореализация личности в юношеском возрасте имеет специфику в зависимости от психолого-педагогических условий.

Задачи исследования:

1) Проанализировать теоретические источники по проблеме самореализации личности в отечественной и зарубежной научной литературе.

2) Определить условия для самореализации в период юношеского возраста в образовательных учреждениях.

3) С учетом анализа данных исследования реализовать программу развития самореализации в условиях профессионального обучения.

Методы исследования:

1) Теоретический анализ научной литературы по проблемам исследования самореализации личности.

2) Опросник В. Стефансона для изучения представлений личности о себе.

3) Тест-опросник определения эмоционального интеллекта Д. Гоулмана, ,

4) Тест САТ (тест самоактуализации) Э. Шострома.

Методологическая база исследования: ГБОУ СПО «Камышинский медицинский колледж»; ГБОУ СПО «Камышинский педагогический колледж».

Контингент испытуемых:

- Девушки от 17- 19 лет, студентки 1 курса Камышинского медицинского колледжа в количестве 19 человек;

- Девушки от 17-19 лет, студентки 1 курса Камышинского педагогического колледжа в количестве 19 человек.

Объем и структура исследования.

Работа состоит из введения, двух глав:

Глава 1. Самореализация как системное психологическое образование

Глава 2. Практическое изучение самореализации личности в условиях средне- профессионального обучения .

заключения, списка использованной литературы и приложений. Текст занимает 58 страниц, библиография включает 36 литературных источников"

## Основное содержание работы

<sup>1</sup>Термин «самореализация» (self-realisation) впервые был приведен в «Словаре по философии и психологии», изданном в 1902 году. В настоящее время этот термин отсутствует в отечественной справочной литературе, в то время как в зарубежной он трактуется неоднозначно. Чаще всего понятие «самореализация» интерпретируется как «реализация собственного потенциала».

<sup>2</sup>«Самореализующаяся личность - это самостоятельная творческая личность, способная конструировать собственную жизнь в позитиве до уровня успеха».

Растущий интерес отечественной науки к самореализации личности как к проблеме можно проследить в увеличивающемся числе диссертационных исследований и публикаций (Л.А. Анцыферова, Д.А. Леонтьев, Л.А. Коростылева, Э. В. Галажинский, О.В. Питерская и др.)

Наиболее полный и логически обоснованный анализ их различий дается главным образом в работах наших отечественных психологов.

Так, К.А. Абульханова - Славская считает, что самореализация возможна лишь тогда, когда самопознание своих способностей уже окончено, полностью сформирован «образ Я»

Л.А. Коростылева, понимает самореализацию как сбалансированное и гармоничное раскрытие всех аспектов личности; развитие генетических и личностных возможностей.

---

<sup>1</sup> Волков Б.С. Психология юности и молодости - Учебное пособие -. - 2006

<sup>2</sup> Галажинский Э.В. Системная детерминация самореализации личности// Автореф. дисс.на соис. ученой степени д.псх.н. – Барнаул: БГПУ, 2012. 43 с.

Рассматривая самореализацию как выражение истинной природы человека важно отметить, что еще А. Маслоу говорил о истинности реализации потенциальных возможностей человека: «Человеческое существо есть уже как минимум определенный темперамент, определенный биохимический баланс.

С точки зрения И.П. Смирнова решающим фактором в реализации самого себя, своего потенциала являются не природные задатки человека сами по себе, а сформированные внешней средой личностные качества как продукт образования и воспитания, обучения труду.

На сегодняшний день в целом, наиболее близкими к понятию «самореализация» являются термины, отражающие содержание разных сторон этого процесса:

- «самоактуализация», которое включает в себя здоровое развитие способностей людей, чтобы они могли стать тем, кем могут стать, а значит жить осмысленно и совершенно;
- «самоосуществление» встречается в зарубежных психологических и философских словарях, чаще трактуется как свершившийся, конечный результат самореализации, полная реализация возможностей личности;
- «самоопределение» - осознанный выбор человеком своего места в системе социальных отношений, достижение высокого уровня развития личности, для которого характерно стремление занять собственную, профессиональных и прочих связей с другими людьми;
- «саморазвитие» – сознательное изменение или столь же сознательное стремление человека сохранить в неизменности собственную Я-самость;
- «самовоспитание»- по отношению к подросткам, в плане формирования личности.

Понятия самореализация и счастье на самом деле очень близки. Чем в большей степени самореализуется человек, тем в большей мере он предрасположен к счастью. Таким образом, проблема самореализации занимает важное место в системе наук о человеке. В силу ее актуальности и значимости в поисках ответа на вопрос о раскрытии человеческого потенциала к ней обращаются представители разных наук.

<sup>3</sup>Юность – это возраст, с которым связано становление личности. В этот период закладываются основы мировоззрения и самосознания человека. Юноши и девушки формируют свои моральные идеалы и гражданскую позицию, а также учатся быть самостоятельными и не зависеть от родителей. Как правило, этот период развития личности занимает 3-4 года: у девушек – с 16 до 20 лет, у парней – с 17 до 21 года.

Главная социальная задача юности – выбор профессии. Общее образование дополняется специальным, профессиональным. Выбор профессии и типа учебного заведения неизбежно дифференцирует жизненные пути юношей и девушек со всеми вытекающими отсюда социально – психологическими последствиями. В это период складывается система представлений о самом себе, которое независимо от того, истинно оно или нет, представляет собой психологическую реальность, которая влияет на поведение, порождает те или иные переживания.

<sup>4</sup>Основной задачей развития юношей и девушек является необходимость самоопределения (личностного, профессионального, жизненного), осмысления путей и возможностей самореализации. Важнейшим фактором

---

<sup>3</sup> Психология юношеского возраста: проблемы формирования личности. - М.: Генезис, 2014. - 175 с

<sup>4</sup> [http://static.iea.ras.ru/books/Kon\\_psihologiya\\_yunosti.pdf](http://static.iea.ras.ru/books/Kon_psihologiya_yunosti.pdf)

развития личности в юношеском возрасте является стремление строить жизненные планы.

Профессиональная самореализация личности начинается с профессионального самоопределения, то есть с выбора профессии. На выбор профессии влияют следующие факторы: позиция родителей и родственников, позиция учителей и классных руководителей, личные профессиональные и жизненные планы, способности и их проявление, информированность о той или иной профессии, интересы и склонности.

Юность – это возраст, когда складывается мировоззрение, формируются ценностные ориентации, установки.

Выбор профессии - это сложный процесс. Он состоит из ряда этапов, причем, продолжительность этапов зависит как от внешних условий, так и индивидуальных особенностей субъекта выбора профессии:

- Первичный выбор профессии(характерен для учащихся младшего школьного возраста): малодифференцированные представления о мире профессий, ситуативное представление о внутренних ресурсах, необходимых для данного рода профессий, неустойчивость профессиональных намерений;

- 5. Этап профессионального самоопределения (старший школьный возраст): возникновение и формирование профессиональных намерений и первоначальная ориентировка в различных сферах труда. Профессиональное самоопределение – существенная сторона общественного процесса развития личности.

- Профессиональное обучение - осуществляется после получения школьного образования для освоения выбранной профессии;

---

<sup>5</sup> Пряжников, Н.С. Профессиональное и личностное самоопределение / Н.С. Пряжников. – М.: Институт практической психологии, Воронеж: НПО "МОДЭК", 2006. – 246с.

- Профессиональная адаптация - формирование индивидуального стиля деятельности, преобладание системы производственных и социальных отношений;
- Самореализация в труде: выполнение или невыполнение ожиданий, связанных с профессиональным трудом.

Профессиональное самоопределение в юношеском возрасте – это предварительный выбор профессии. Разные виды деятельности сортируются и ориентируются с точки зрения интересов юноши, затем с точки зрения его способностей и, наконец, с точки зрения его системы ценностей.

Выборка испытуемых составила 38 человек. Испытуемые были поделены на 2 группы:

1 группа – контрольная - Девушки от 17- 19 лет, студентки 1 курса Камышинского медицинского колледжа в количестве 19 человек;

2 группа – экспериментальная - Девушки от 17-19 лет, студентки 1 курса Камышинского педагогического колледжа в количестве 19 человек.

Исследование состоит из четырех последовательных этапов:

I. Отбор испытуемых с целью создания двух групп: экспериментальной и контрольной группы. В экспериментальной и контрольной группах проводилась первичная и вторичная диагностика уровня развития самореализации.

В экспериментальной группе между двумя замерами проводилась программа по развитию студентов.

В контрольной группе данной развивающей программы не проводилось.



II. Диагностика уровня развития самореализации, как в экспериментальной, так и в контрольной группе. Для диагностики уровня развития самореализации были выбраны следующие методики: опросник В. Стефансона, тест-опросник определения эмоционального интеллекта Д. Гоулмана, тест самоактуализации (САТ).

На данном этапе производился сравнительный анализ уровня самореализации в контрольной и экспериментальной группах.

III. Проведение программы по повышению уровня самореализации в процессе обучения. Данная развивающая программа проводилась в экспериментальной группе. А на контрольную группу не производилось воздействие.

Программа состояла из 2-х блоков (можно ознакомиться в приложении А и распечатанном материале)

IV. Оценка эффективности программы развития в процессе обучения проводилась в экспериментальной группе. Для этого была реализована повторная диагностика уровня развития, как в экспериментальной, так и в контрольной группе. Проведен сравнительный анализ динамики уровня самореализации в обеих группах.

На первом этапе исследования было проведено изучение результатов обеих выборок по тесту Стефансона (рисунок 1).

Для определения уровня способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими, был применен опросник эмоционального интеллекта «ЭмИн» Д.В. Гоулмана. Опросник измеряет эмоциональный интеллект (ЭИ), который рассматривает способность к пониманию своих и чужих эмоций, а так же объясняет управление ими.

В структуре ЭИ выделяется межличностный ЭИ (МЭИ) - понимание эмоций других людей и управление ими, внутриличностный ЭИ (ВЭИ) -

способность к пониманию своих и чужих эмоций (ПЭ), способность к управлению своими и чужими эмоциями (УЭ).

С целью определения способности к пониманию своих и чужих эмоций и управлению ими, нами были сопоставлены результаты методики исследования эмоционального интеллекта Д.В. Гоулмана двух групп.

При изучении особенностей эмоционального интеллекта анализировались отдельно показатели: межличностный(ЭИ), внутриличностный (ЭИ), понимание своих и чужих эмоций, управление своими и чужими эмоциями. Для понимания своих и чужих эмоций и управления ими, можно выделить три уровня способности: высокий, средний, низкий. Результат исследования можно представить в таблице 1 и рис. 2,3,4.

Анализ результатов показал, что студентки обеих групп общительны, независимы и склонны к принятию борьбы.

У студентов педагогического колледжа преобладают показатели высокого уровня межличностного эмоционального интеллекта (33%), внутриличностного эмоционального интеллекта (33%), понимания своих и чужих эмоций (33%) и управления своими и чужими эмоциями (33%).

Данные показатели свидетельствуют о том, что человек может установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого человека, может распознать эмоции, т. е. установить, какие именно эмоции испытывает он сам или другой человек, и найти для этого словесное выражение.

Сравнительный анализ результатов показывает, что во второй группе большой процент характеризуется средним уровнем межличностного, внутриличностного, уровнем понимания своих и чужих эмоций, а также управления своими и чужими эмоциями (50%, 54%, 20% и 50% соответственно). В первой группе - средний уровень межличностного эмоционального интеллекта показали только 39% участников, средний

уровень внутриличностного эмоционального интеллекта у 14%, средний уровень понимания своих и чужих эмоций 14% и средний уровень управления своими и чужими эмоциями 18%.

Среди студентов медицинского колледжа значительная часть испытуемых характеризуется низким уровнем межличностного эмоционального интеллекта (30%), внутриличностного эмоционального интеллекта (20%), понимания своих и чужих эмоций 20%, управления своими и чужими эмоциями 31% .

Показатели низкого уровня свидетельствуют о том, что человек с трудом может контролировать эмоции, прежде всего, уменьшать чрезмерно сильные эмоции; проявляется проблема к выражению внешних эмоций.

Для определения степени значимости различий уровня изучаемых параметров в экспериментальной и контрольной группах использовался U-критерий Манна-Уитни. Были получены значимые различия практически по всем исследуемым шкалам.

Итак, анализируя данные результатов исследования, можно прийти к выводу, что существуют значимые различия в эмоциональном интеллекте среди будущих медработников и педагогов:

1. Педагоги имеют менее выраженные способности управлять эмоциями, вызывать и поддерживать желательные эмоции и держать под контролем нежелательные.

2. У медработников более выражена способность управлять своим поведением за счет управления эмоциями.

3. Педагоги преобладают по показателям высокого уровня межличностного эмоционального интеллекта, внутриличностного эмоционального интеллекта, понимания своих и чужих эмоций, управления своими и чужими эмоциями.

Таким образом, медработники могут распознавать эмоции, т.е. установить сам факт наличия эмоционального переживания у себя или у другого

человека, определять какие именно эмоции испытывает он сам или другой человек, и найти для нее словесное выражение.

Педагоги с трудом могут контролировать интенсивность эмоций, прежде всего, уменьшать чрезмерно сильные эмоции; им проблематично контролировать внешнее выражение эмоций.

На втором этапе исследования был проведен корреляционный анализ переменных эмоционального интеллекта и самоактуализации, результаты которого представлены в таблице 5.

Из таблицы 5 видно, что эмоциональный интеллект и его компоненты связаны положительными корреляциями (от слабых к средним) с самоуважением. Это означает, что с повышением уровня эмоционального интеллекта увеличивается уровень способности субъекта ценить свои достоинства, уважать себя за них.

В целом можно отметить, что высокоразвитый внутриличностный ЭИ способствует естественности эмоциональных проявлений и позитивному самоотношению, которые, в свою очередь, дают возможность установить глубокие и тесные взаимоотношения с другими людьми.

Учитывая полученные результаты, была разработана программа развития самоактуализации и апробирована на студентах педагогического колледжа.

Программа рассчитана на 12 практических и 2 диагностических занятия – всего 14 часов. Для выявления эффективности проведенной программы проводилось сравнение результатов первого и второго замера в экспериментальной и контрольной группах.

Следует отметить, что доминирующей тенденцией в экспериментальной группе является тенденция к увеличению уровня эмоционального интеллекта и самоактуализации. Доля студенток с данной тенденцией по отдельным показателям варьируется от 45% до 80%. У отдельных студенток

обнаружилось некоторое снижение результатов от первого ко второму замеру или сохранение результата.

Для проверки достоверности различий в преобладании сдвигов результатов измерений до и после проведения развивающей программы в экспериментальной группе использовался T-критерий Вилкоксона. Результаты расчетов в экспериментальной группе показывают значимое преобладание сдвигов в сторону увеличения исследуемых показателей. Анализ значимости особенностей динамики уровня самоактуализации и эмоционального интеллекта в контрольной группе не выявил значимых различий.

Таким образом, можно сделать вывод, что в экспериментальной группе возрос уровень выраженности показателей, а в контрольной группе уровень остался прежним. Этот факт подтверждает эффективность проводимой развивающей программы в экспериментальной группе. Для подтверждения выдвинутой в данном исследовании рабочей гипотезы получено достаточно фактов:

1. Получены статистически значимые (в сравнении с результатами тестирования контрольной группы и результатами первичной диагностики экспериментальной группы) изменения характеристик изучаемых параметров, с которыми проводись занятия по развитию.
2. Полученные различия фиксируются .
3. Полученная динамика диагностических показателей подтверждена статистически (с помощью критериев математической статистики), что повышает практическую значимость предложенной программы занятий.

## Заключение

Студенчество – сензитивный период саморазвития, затрагивающего все внутренние сферы человека. Главнейшими новообразованиями этого периода являются развивающееся мировоззрение, образование целостного представления о себе (или Я – концепции), развитие профессионального самоопределения, способности к саморазвитию. При анализе особенностей процесса саморазвития студентов мы, прежде всего, подразумеваем его профессиональную направленность как стремление к самореализации в будущей профессиональной деятельности. Способности к саморазвитию определяем как индивидуально – психологические особенности личности, обеспечивающие самостоятельное усвоение новых знаний, умений и навыков для решения конкретных жизненных проблем. Еще Л. С. Выготский отмечал, что развитие способностей – это, прежде всего, овладение субъектом своими способностями .

Результатом развития способности к саморазвитию должны стать: устойчивая мотивация к саморазвитию, готовность к саморазвитию и овладение субъектом способностью самоуправления, включающей в себя восемь компонентов: «способность ориентироваться в ситуации, умение видеть проблему и анализировать противоречия; прогнозирование; целеполагание; планирование; формирование критериев оценки качества; принятие решения к действию; самоконтроль; коррекция» .

«Саморазвитие – не «автономная» деятельность, не отделенная от других, не рядом положенная по отношению к учебе, труду, общению, а сливающаяся с ними, вплавленная в них усилиями собственной души так, что и мотивируется ими, и сама их активизирует и обогащает смыслами и инструментарием.

Сейчас во многих учебных заведениях страны используется адаптивная система обучения, в условиях которой развитие способности к саморазвитию за счет активной самостоятельной управляемой работы обучающихся, организацию диалога между субъектами образовательного процесса.

Гипотеза: самореализация личности в период юношеского возраста есть продуктивная деятельность, направленная на достижение личностных, групповых или общезначимых ценностей, обусловленная качественными отношениями с социальной системой и обстоятельствами, самоактуализацией личности. Гипотеза подтверждается полностью.

Практическая значимость исследования: выпускная квалификационная работа представляет практический интерес для студентов педагогического колледжа, преподавателей психологии и педагогики, классных руководителей, а так же всех, кто интересуется проблемами самореализации личности.