

Психологическое пространство как фактор, влияющий на самоактуализацию личности

Готовчикова Дарья Андреевна

студентка

*Новосибирский государственный университет экономики и управления, Новосибирск,
Россия*

E-mail: gotowchikova@rambler.ru

Введение

Современная эпоха быстрых социальных изменений вынуждает личность к постоянному преобразованию сложившихся жизненных взглядов и отношений. Наряду с личностной зрелостью и психологическим здоровьем, одной из главных профессионально-значимых характеристик является степень самоактуализации личности. Именно эта характеристика определяет эффективность работы в тех сферах профессиональной деятельности, к которым относится воспитание, обучение и оказание помощи другим людям. Однако, чтобы в полной мере развить свой потенциал необходима открытая и доброжелательная форма направленности личности к социуму. Именно такую форму обеспечивает суверенность психологического пространства, что переживается субъектом как чувство покоя и безопасности. Депривация границ пространства ведет к восприятию мира, пропитанному беспокойством и недоверием, из-за ожидания возможных негативных воздействий извне. Что, безусловно, не способствует тому, чтобы в полной мере открыть свой потенциал, развить свои способности.

Процесс самоактуализации может быть ограничен негативным влиянием прошлого опыта и возникшими в результате привычками, которые замыкают нас в непродуктивном поведении. Также на саморазвитие могут воздействовать социальные влияния и групповое давление, которое часто действует против наших вкусов и суждений, и внутренние защиты, которые отрывают нас от самих себя. Именно поэтому, актуальность данной работы заключается в том, чтобы выяснить, какие факторы влияют на процесс самоактуализации личности, и какие затормаживают его.

Методы

Термин самоактуализация рассматривается в соответствии с концепцией А. Маслоу. Психологическое пространство представляется как субъективно значимый фрагмент бытия, который включает комплекс физических, социальных и чисто психологических явлений, с которыми человек отождествляет себя (территория, предметы, привязанности, установки), с точки зрения У. Джемса. В дальнейшем эта тема разрабатывалась С.К. Нартовой-Бочавер.

Исследование проводилось с помощью методик: «Самоактуализационный тест» (САТ), адаптированный Л.Я. Гозманом и опросник С.К. Нартовой-Бочавер «Суверенность психологического пространства личности». Выборка составила 75 человек: группа студентов в количестве 51 человек, возраст 18-20 лет и группа из 24 взрослых людей, работающих в банковской сфере, в возрасте 23-54 года.

Результаты

Полученные результаты свидетельствуют о том, что студенты практически по всем показателям самоактуализации опережают взрослых: в большей степени руководствуются в жизни собственными целями и установками; спонтанно и непосредственно выражают свои эмоции. В большей мере отдают себе отчет в своих потребностях и чувствах; целостнее воспринимают мир и людей, понимают связь противоположностей; принимают свою агрессию как естественную природу человека; быстрее устанавливают тесные эмоционально-насыщенные контакты; обладают более

выраженной творческой направленностью личности. Таким образом, можно сказать, что блок чувств, блок концепции человека и блок межличностной чувствительности имеет большую выраженность в группе студентов. Результаты взрослой группы лидируют по блоку самовосприятия – они принимают себя, и ценят в равной степени свои достоинства и недостатки. Также следует отметить, что взрослые в большей степени живут сегодняшним днем и более нуждаются в приобретении новых знаний.

Показатели суверенности психологического пространства обращают внимание на более выраженную степень сохранности в группе взрослых, таких показателей: общая суверенность психологического пространства, суверенность территории, вещей и привычек. Группу студентов отличает суверенность физического тела и социальных связей.

Проводился корреляционный анализ полученных результатов: в группе студентов обнаружены корреляционные связи между гибкостью поведения и суверенностью целей (0,39; $p \geq 0,01$), представлениями о природе человека и двумя сферами: общей суверенностью пространства (0,35), суверенностью вещей (0,39). В группе взрослых обнаружены корреляционные связи между суверенностью социальных связей и пятью параметрами самоактуализации: внутренняя поддержка (0,47), ценностные ориентации (0,50), спонтанность (0,45), самопрятие (0,41) и принятие агрессии (0,46).

Анализ выявления значимых различий по t-критерию Стьюдента показал наличие значимых различий по шкалам: сензитивности к себе, (t-Стьюдента=2,17, $p \geq 0,033$); синергии (t-Стьюдента=2,02, $p \geq 0,046$); принятия агрессии (t-Стьюдента=2,17, $p \geq 0,032$). По всем этим показателям лидируют результаты группы студентов.

Особенности сохранности психологического пространства студентов и взрослых обуславливаются различными параметрами самоактуализации личности. У студентов: чем сохраннее и определеннее цели, тем гибче поведение для достижения этих целей; чем добрее воспринимаются окружающие люди, тем сохраннее общее психологическое пространство и тем сохраннее вещи. У взрослых: социальные связи устойчивее, если у личности внутренняя направленность, преобладают ценности саморазвития, самопрятие и самоуважение ярко выражены, и происходит принятие собственной агрессии.

Возможно, на способность в полной мере развить свои таланты оказывает влияние, закладываемое еще в детстве психологическое пространство, границы которого мы замечаем только тогда, когда они нарушаются. Индивидуальные особенности могут дать нам возможность составить рекомендации, направленные на достижение личностной зрелости, опираясь на особенности целостности границ психологического пространства, и наличия слабых сторон в сферах самоактуализационного пространства. В этом и состоит практическая значимость данного исследования.

Литература

1. Гозман Л.Я., Кроз М.В., Латинская М.В. (1995) Самоактуализационный тест (САТ) / Российское педагогическое агентство.
2. Маслоу А.Г. (1998) Мотивация и личность. М.
3. Маслоу А.Г. (2000) Самоактуализированные люди: исследования психологического здоровья. М.
4. Дубовицкая (2005) Методика диагностики ситуативной самоактуализации личности// Психологический журнал, том 26, №5, с.70-78
5. Нартова-Бочавер С.К. (2002) Понятие «Психологическое пространство личности» и его эвристические возможности// Журнал «Психологическая наука и образование», №1.

6. Нартова-Бочавер С.К. (2003) Понятие «Психологическое пространство личности»: обоснование и прикладное значение// Психологический журнал, том 24, №6, с.27-36