

# КОНЦЕПТУАЛЬНО-ТЕОРЕТИЧЕСКОЕ ОПРЕДЕЛЕНИЕ САМОРЕАЛИЗАЦИИ

**Шматова Елена Викторовна**

Аспирант, НОЧУ ВО «Московский институт  
психоанализа»  
helenavic@mail.ru

## CONCEPTUAL AND THEORETICAL DEFINITION OF SELF-REALIZATION

*E. Shmatova*

*Summary:* The article substantiates the problem of conceptual definition of self-realization in the history of psychology and philosophy. Studying the research of the process of self-realization, by scientists of different cultures and worldviews, determined the need to formulate and solve the following tasks: highlight the main approaches defining self-realization; to reveal trends in the concepts of definitions and research by scientists of personality self-realization, to analyze the common and different meanings in the definitions of self-realization, on the basis of the material studied, to create a generalizing conceptual-theoretical definition of personality self-realization.

*Keywords:* definition of personality self-realization, theoretical meaning of self-realization, connection between self-realization and motivation, personality needs, personal effectiveness, self-realization.

*Аннотация:* В статье обоснована проблема концептуального определения самореализации в истории психологии и философии. Изучение исследований процесса самореализации, учёными разных культур и мировоззрений, определила необходимость постановки и решения следующих задач: выделить основные подходы к определению самореализации; раскрыть тенденции в концепциях определений и исследований учеными самореализации личности, проанализировать общее и отличающиеся значения в определениях самореализации, на основе изученного материала, создать обобщающие концептуально-теоретическое определение самореализации личности.

*Ключевые слова:* определение самореализации личности, теоретическое значение самореализации, связь самореализации и мотивации, потребности личности, личностная эффективность, самоактуализация.

**П**онятие «самореализация» используется в науке очень давно. Оно активно изучается как педагогами, так и социологами, философами и психологами. Но однозначного определения самореализации так и нет, как и нет описания концепта самореализации, четкого описания факторов, влияющих на самореализацию.

Рассмотрим несколько подходов к определению самореализации.

I. Подход к определению самореализации личности, с точки зрения привычек, согласно философии Канта и Дьюи.

И. Кант охарактеризовал человека как социальное существо, которое принадлежит одновременно двум мирам: феноменальному, - чувственно воспринимаемому и причинно-следственному миру явлений, и noumenальному, - свободно- нравственному миру. Основы моральной философии, данные Кантом в «Критике практического разума» [3], где показано, что моральный закон и нравственность есть фундамент морального поведения человека, его стремлений и цели.

Сюда же можно отнести и концепцию Дьюи, «импульс и разум» [8], являющиеся второстепенными по отношению к привычке, которую можно рассматривать только как систему убеждений, желаний и целей, которая формирует-

ся во взаимодействии биологических способностей с социальной средой, создавая моральный опыт личности.

II. Фрейдистский подход, с точки зрения инстинкта и стремления к удовольствию.

По Зигмунду Фрейду, самореализация рассматривается как инстинктивный процесс «стремления к удовольствию» [2]. Имеет свою основу в бессознательном слое человеческой психики. Этому инстинкту потребности в самореализации, противостоят навязанные обществом требования культуры нормы, традиций, правил и т.д., основная функция которых состоит в цензуре бессознательных, подавленных инстинктивных потребностей

III. Подход юнгианский, с точки зрения познания и понимания себя.

Карл Юнг включает самореализацию в процесс индивидуализации, которая ставит одной из главных задач жизни человека - стремление человека стать собой, понять, познать себя, стать гармоничной личностью.

IV. С точки зрения открытости опыту и мотивации, Гольдштейна и Роджерса.

Концептуальное оформление идея самоактуализации впервые получила в работах Гольдштейна.

Гольдштейн считал, что организмом движет актуализировать заложенные в нем возможности. Способности реализовать собственную «природу». Удовлетворение любой потребности, которая стала ведущей, служит для самореализации всего организма в целом.

Согласно его размышлениям, самоактуализация является основой развития и совершенствование организма, творческая тенденция человеческой природы. Так как люди имеют различный внутренний потенциал и окружение, то различаются и цели и пути их самореализации.

Гольдштейн отдавал предпочтение сознательным мотивам, обозначая бессознательное как фон, в который вступает сознательное и из которого оно возникает, по мере необходимости для самореализации.

Согласно К. Роджерсу, процесс самореализации происходит при открытости человека внутреннему и внешнему опыту, «...при осознании всех его сторон, путем ясного восприятия и адекватной символизации человеком своих выборов, проверки своих гипотез, различения им прогрессивного и регрессивного поведения» [4].

Из множества сформировавшихся или не полностью сформировавшихся возможностей организма, как мощный компьютер, выбирают ту, которая наиболее точно удовлетворяют внутреннюю потребность, или ту, которая устанавливает более эффективные отношения с миром, которая открывает более простой и удовлетворяющий человека способ восприятия жизни.

Карл Роджерс исходил из идеи, что развиваться по направлению к самореализации может человек только самостоятельно. Никто не может его в этом направлении подталкивать.

Роджерс рассматривал стремление к самореализации как квинтэссенцию всего того, что можно связать со словом «мотивация».

V. Подход к определению самореализации Маслоу, с точки зрения личного потенциала, целей, потребностей.

Дискуссии о сущности самореализации личности в гуманистической психологии в основном сводятся к понятию «потребность». Маслоу возводит самореализацию в ранг мета- потребностей, высших ценностей, то есть в разряд духовных потребностей как ценности высшего порядка.

Он подчеркивает, что человек отличается от всех остальных живых существ способностью к ценностной самоактуализации и даже потребностью в ней.

К характеристикам самореализации А. Маслоу добавляют «...создание своей личности в процессе свободного выбора путем принятия решений, способствующих личностному росту» [9]. Этим самым он пытается расширить экзистенциальные границы человека.

Маслоу приводит следующие характеристики самореализованных людей: более эффективное восприятие реальности, принятие себя, других и природы, непосредственность, простота и естественность, собранность, независимость, потребность в уединении, автономия, свежесть восприятия, вершинные переживания, общественный интерес, глубокий межличностные отношения, демократический характер, разграничение средств и целей, чувство юмора, креативность, сопротивление окультуриванию.

VI. Подход к определению самореализации Фромма, с точки зрения личной продуктивности.

Представление о самореализации содержит и в работах Э. Фромма. Прежде всего, под истинной человеческой ориентацией, Фромм понимает ориентацию на бытие, как на продуктивное использование личностью своих способностей к единению с миром. По его мнению, самореализация присуща каждому человеку и предполагает наличие продуктивной активности. Самореализация, по Фромму, имеет социально- детерминированный характер.

Фромм отмечает, что человек отличается от животного тем, что ставит целью выйти за пределы непосредственных и утилитарных запросов. Хочет знать не только то, что необходимо ему для выживания, но и стремится познать смысл жизни и сущность своего истинного Я . Неотъемлемый атрибут самореализации – «продуктивная самореализация», предполагает «быть» вместо «каяться» и «иметь» («обладать») [6].

VII. Подход к определению самореализации с точки зрения влияния внешнего фактора.

Если представители гуманистической психологии видят источник саморазвития, самоактуализации человека в нём самом, в его существующих потребностях, то представители других научных направлений отдают предпочтение внешним детерминантам. Автор теории «экологической самоактуализации», Юрг Вилли, полагает, что личность может сама себя реализовать только тогда, когда находится во взаимодействии с внешним миром, окружающими. Мартин Бубер настаивает на том, что необходимым условием раскрытия и актуализации личности, является наличие «Другого».

VII. С точки зрения пережитых травм и социальных установок Л.В. Миллера (2014), Л.А. Коростелевой (2000).

Ещё одна позиция, рассмотрение самореализации с точки зрения пережитых человеческих травм. Долгосрочная травма может стать хронической природой и заставить личность отойти от активной самореализации.

Психологические травмы возникают под влиянием тяжелых ситуаций и случаев, которые наносят ущерб состоянию разума. В исследованиях этих ученых отмечается, что негативные последствия таких ситуаций приводит к доминированию адаптивной энергии, в отличие от энергии самореализации, а индивидум тратит свою энергию не на самореализацию, а на адаптацию.

Результаты проведенного в данной работе теоретического анализа концепции самореализацией, позволяют сформулировать следующие

#### Выводы:

1. Понятие самореализации в современной науке находится в стадии изучения и разработки. Общепринятого определения термина, в научной литературе нет. Необходимо дальнейшее глубокое эмпирическое и теоретическое исследование данной темы.
2. На особенности самореализации личности влияет огромное количество внешних и внутренних, способствующих и препятствующих реализации, факторов. Общая закономерность состоит в том, что в каждом человеке природой заложен внутренний потенциал, особенности реализации которого, в течение жизненного пути, зависит от реакции человека на внешнее воздействие. К потенциалу и особенностям личности, можно перечислить следующие характеристики:  
Направленность личности - мотивы и потребности в творчества (мотивы самоактуализации) и

ценностных ориентаций личности.

Качества индивидуальности - способностей личности являющейся важнейшим фактором (фундаментом) самореализации.

Опыт личности- способствуют или препятствуют самореализации личности, это не только непосредственный опыт, но установки пережитой травмы.

Отношение к себе - представляет собой элемент самосознания личности. Оно включает в себя понимание своих возможностей, которое выражается в осознании своих возможностей, талантов, призвания, особенного предназначения.

Влияние социальных факторов определяет, какие из заложенных природой возможностей человека будут развиты и реализованы, какие нет... То, в какой мере они будут развиты, зависит также от внутренних факторов, внешних условий среды и взаимодействия между собой.

3. Существует самые разные виды и уровни самореализации. Высший уровень самореализации соответствуют критериям удовлетворённости и продуктивности (полезности) самореализации как для личности, так и для общества.

В связи с вышеизложенным, можно прийти к следующему определению самореализации:

Самореализация – процесс реализации человеком заложенных в него возможностей и, одновременно с этим, процесс разностороннего развития человека. Под возможностями мы понимаем задатки, способности, имеющиеся у человека, его ценности и интересы. Самореализация, как процесс, предполагает удовлетворение человеком своими достижениями в различных видах деятельности, собой как Личностью и своими взаимоотношениями с людьми.

#### ЛИТЕРАТУРА

1. Большая советская энциклопедия. [Электронный ресурс]. URL: <http://bse.scilib.com/>
2. Зигмунд Фрейд. Психология бессознательного. <https://profilib.net/chtenie/75994/zigmund-freyd-psikhologiya-bessoznatelnogo.php>
3. Иммануил Кант. Критика практического разума. 1788. Кант, Иммануил, Сочинение в шести томах. М., Мысль, 1965. (филосов. наследие). Т.4 ч.1. с. 311-501
4. Роджерс, К. К науке о личности. // История зарубежной психологии 30-60 гг XX в [Текст]. М.: Издательство Московского Университета, 1996
5. Роджерс, К. Несколько важных открытий // Гуманистическая персональная психология [Текст]: Хрестоматия/созд. К.В. Сельченко. / К. Роджерс :- Мн. Хорвест, М.: АСТ 2015.
6. Фромм Э. Психоанализ и Этика (основы гуманистической характерологии) [Текст] /Э. Фромм –М. 1993.
7. Юнг К.Г. Архетип и Символ. <http://knigosite.org/library/read/45737>
8. Дьюи Д. Психология и педагогика мышления. Пер. с англ Н.М. Никольский-. Совершенство, 1997
9. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии-1987. <http://www.voppsy.ru>
10. М. Бубер. Я и ты. М.: Высшая школа, 1993.
11. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере.- СПб.: Изд-во «Речь», 2005.

© Шматова Елена Викторовна (helenavic@mail.ru).

Журнал «Современная наука: актуальные проблемы теории и практики»