

# ИССЛЕДОВАНИЯ СВЯЗИ САМОПОНИМАНИЯ И САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ПОДРОСТКОВ 14-15 ЛЕТ

Куницина А.А.

*Куницина Алена Александровна - педагог-психолог первой квалификационной категории,  
Муниципальное автономное учреждение  
Центр психолого-педагогической, медицинской и социальной помощи «Эго»,  
магистрант,  
кафедра социальной психологии,  
Красноярский государственный педагогический университет им. В.П. Астафьева, г. Красноярск*

**Аннотация:** в статье описываются результаты исследования особенностей самопонимания во взаимосвязи с показателями самоактуализации в старшем подростковом возрасте.

**Ключевые слова:** самопонимание, самоактуализация, старший подросток, самосознание личности.

Потребность понять себя, разобраться в своих мыслях, чувствах, намерениях возникает практически у каждого человека; реализация этой потребности влияет на отношение человека к другим, самоотношение и самоуважение.

Противоречивый, кризисный характер развития старшего подростка, трудности самопонимания обусловлены культурно-историческими причинами, связанными с несовпадением сроков созревания отдельных сторон организма и личности ребенка (Л.С. Выготский, Л.И. Божович, В.В. Давыдов, Д.Б. Эльконин).

Формирование самопонимания, образование понятия «Я» у ребёнка можно рассматривать в сравнении с процессами формирования других психологических понятий. Это положение основано на классических исследованиях (Л. С. Выготский, Ж. Пиаже, Дж. Брунер) [1]. Собственно самопонимание представляет собой «понятие о Я». В. Деймон и Д. Харт пытаются проследить развитие этого понятия с детства до подросткового возраста. Понимание себя, своего внутреннего мира развивается и оформляется, с точки зрения Л. С. Выготского, только в подростковом возрасте вместе с образованием понятий.

Самопонимание ребенка в процессе развития последовательно проходит через ряд уровней, в которых «Я» включается в социальные связи всё возрастающей сложности. На первом уровне «Я» состоит из отдельных категориальных идентификаций, имеющих только таксономическую ценность. На втором уровне - уровне «сравнительной оценки» - «Я» определяется во взаимоотношениях с другими и по отношению к нормативным физическим и социальным стандартам. Действия и возможности личности сравниваются с действиями и возможностями реальных и воображаемых других. На следующем уровне - уровне «межличностных взаимодействий» - основное внимание уделяется природе и детерминантам социальных отношений личности и социальным взаимодействиям, таким как личностные черты или физическая привлекательность. Самым высоким является уровень «систематических убеждений и планов». Самопонимание и самоидентификация личности базируются на её убеждениях и планах на будущее. Таким образом, самопонимание видится авторами, как одно из ключевых понятий для развития личности - «понятие о Я», влияющее на уровень личностной зрелости и способности к самоактуализации.

Целью исследования является выявление связи самопонимания в старшем подростковом возрасте 14-15 лет с показателями самоактуализации.

В исследовании применялся тест по оценке уровня самоактуализации личности (САМОАЛ), адаптированный Н.Ф. Калиной.

В исследовании принимали участие 40 учащихся 9 класса средней общеобразовательной школы г. Красноярска в возрасте 14-15 лет.

Проведенное исследование позволило получить следующие результаты:

Высокие значения у подростков всех групп прослеживаются по шкалам ориентации во времени (показатель 7,97 + 0,24), ценностей (показатель 9,01 + 0,46), потребности в познании (показатель 8,87 + 0,21) и креативности (показатель 8,61 + 1,24).

Согласно этим данным, подростки экспериментальной и контрольной групп хорошо понимают экзистенциальную ценность жизни «здесь и теперь», способны наслаждаться актуальным моментом. Они разделяют ценности самоактуализирующейся личности.

Низкие значения у подростков в обеих группах наблюдаются по шкалам взгляда на природу человека (показатель 6,65 + 0,83), автономности (показатель 6,86 + 0,42), спонтанности (показатель 5,67 + 0,47) и гибкости в общении (показатель 6,10 + 0,19). И, наконец, по шкале аутоэмпатии отмечаются средние значения (показатель 7,46 + 0,80), данные результаты свидетельствуют, что подростки не совсем уверены в себе, слабо осознают позитивную «Я-концепцию»,

Несмотря на высокие показатели потребности в самопознании, анализ показателей по шкале самопонимания свидетельствует, что для подростков характерны средние значения по шкале самопонимания (показатель  $6,16 + 0,19$ ), свидетельствующие о том, что подростки в некоторой степени неуверенны, иногда ориентируются на мнение окружающих.

Исследование с помощью метода корреляции Спирмена корреляционных связей между шкалой самопонимания и другими показателями самоактуализации по методике САМОАЛ показал следующее: самопонимание положительно коррелирует с автономностью ( $r = 0,46$ ) при  $p < 0,01$ , спонтанностью ( $r=0,30$ ), аутосимпатией ( $r=0,48$ ) и контактностью ( $r=0,19$ ) при  $p < 0,05$ . Иными словами, чем глубже и отчетливее подростки 14-15 лет понимают себя, тем более общительными, независимыми, естественными в своем поведении и адекватными в своей самооценке они являются, и наоборот.

У подростков самопонимание положительно коррелирует также с ориентацией во времени ( $r = 0,19$ ,  $p < 0,01$ ) и потребностью в познании ( $r = 0,16$ ,  $p < 0,05$ ). То есть если подростки понимают себя, то они всегда открыты новому опыту и достаточно хорошо ориентируются в своем прошлом, настоящем и будущем, и наоборот.

У подростков самопонимание положительно и устойчиво слабо коррелирует с креативностью ( $r = 0,20$ ,  $p < 0,01$ ). Другими словами, понимание себя подростками 14-15 лет способствует их творческому отношению к жизни, и наоборот.

Корреляционной связи между самопониманием и взглядом на природу человека, а также ценностями не обнаружено.

Таким образом, проведенное исследование позволяет сделать вывод, что в старшем подростковом возрасте самопонимание тесно связано со структурными компонентами самоактуализации. Это отражается в содержании самопонимания старших подростков и проявляется в увеличении общего количества и в усилении выраженности и значимости данных взаимосвязей.

#### ***Список литературы***

1. *Божович* Личность и проблемы ее формирования. М.: Академия, 2013. 136 с.
2. *Выготский Л.С.* Собрание сочинений: В 6 т. Т. 4. Детская психология. М.: Академия, 2013. 432 с.
3. *Кайгородов Б.В.* Самопонимание: миф или реальность. М.: Московский психолого-социальный институт, 2000. 184 с.
4. *Маслоу А.* Самоактуализация и личность. М.: Академия, 2012. 216 с.