

ГЕНЕЗИС ПОНЯТИЯ «САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ» В ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГИЧЕСКОМ АСПЕКТЕ

© 2012 И. В. Костерина

*канд. пед. наук, доц. каф. общих гуманитарных
и социально-экономических дисциплин
e-mail: kosterinaiv@mail.ru*

*Курский институт кооперации (филиал)
АНО ВПО «Белгородский университет кооперации, экономики и права»*

В статье восстановлен исторический процесс формирования идеи самоактуализации с позиций психологов и педагогов. Автор рассматривает самоактуализацию как целенаправленный процесс, осуществляющийся во временной протяженности жизни человека в прошлом, настоящем и будущем времени и направленный на изменение себя, обусловленное выработкой собственного мировоззрения на основе саморефлексии и рефлексии другого опыта.

Ключевые слова: саморазвитие, самоактуализация, гуманистическая педагогика, педагогическая поддержка, рефлексия.

Термин «самоактуализация» достаточно часто используется как синоним самореализации. Поэтому вся история формирования идеи самоактуализации связана с разграничением или совпадением в разных концепциях и теориях этих двух понятий.

Анализ научной литературы показывает, что самоактуализация как составляющая процесса саморазвития относится к числу способностей личности. Каждый из людей в определенный момент осознает свою недостаточность, «чувство неполноценности», которое, по мнению А. Адлера, есть «постоянный стимул к изобретению лучших способов адаптации к жизни» [Адлер 2000: 30], и многие (но не все) начинают целенаправленно выявлять в себе то, чего не хватает, и затем совершенствовать себя, что, по сути, и есть процесс самоактуализации.

Термин «самоактуализация» был введен автором организменной теории К. Гольдштейном, который создал первое концептуальное оформление данного понятия на психологическом уровне [Goldstein 1939, 1940]. Организмом, по Гольдштейну, движет тенденция максимально полно актуализировать заложенные в него возможности, способности, свою «природу». В его теории самоактуализация – ведущий мотив, единственный реальный мотив, который имеется у человека, все другие – просто проявления этого. Нормальный и здоровый организм, актуализируясь, преодолевает препятствия, порождаемые столкновением с миром. В более поздних работах К. Гольдштейн перемещает акценты с биологической актуализации на сущностную реализацию человека.

Представление К. Гольдштейна о самоактуализации как стремлении организма максимально полно актуализировать заложенные в нем возможности, способности, свою природу поддержал в своей теории К. Роджерс, чья философия «основана на доверии к неотъемлемому, присущему каждому индивиду внутреннему импульсу в направлении роста и развития» [Орлов 2001: 67]. Он утверждал, что всем живым организмам свойственно «стремление к расширению, раскрытию, развитию, взрослению – стремление выразить и активизировать способности организмами своей

сущности» [Роджерс 1994: 353]. Стремление к актуализации охватывает широкий круг явлений, присуще каждому индивиду и готово проявиться при наступлении благоприятных условий.

Таким образом, и К. Гольдштейн, и К. Роджерс приписывают самоактуализации биологическую природу, связывают идею актуализации с принципом повышения напряжения биологической сущности человека, характеризуют самоактуализацию как мотивационную тенденцию организма. Нам кажется очень важной мысль о том, что осуществление заложенного в индивиду стремления к актуализации связано с неизбежным конфликтом с силами внешнего мира. В этом тезисе нам видится предпосылка современного представления о волевых усилиях, которые сопровождают личностно-профессиональную самоактуализацию.

В теории личности Абрахама Маслоу самоактуализация (selfactualization) – «полное использование талантов, способностей, возможностей и т.п.» (цит. по: [Ярошевский 1995: 150]). Это вершинный уровень психологического развития, который мог быть достигнут, когда удовлетворены все базовые и метапотребности и происходит «актуализация» полного потенциала личности. Сравнение теории самоактуализации А. Маслоу с теорией К. Гольдштейна показывает, что для последнего самоактуализация – это мотив, в то время как для А. Маслоу – уровень развития личности. Для К. Гольдштейна самоактуализация является выражением таких качеств, как независимость, автономия, тенденция создавать немногочисленные, но глубокие дружеские отношения, «философское» чувство юмора, тенденции противостоять внешнему давлению общего превосходства над окружением, скорее чем простого его «преодоления». Для А. Маслоу потребность в самоактуализации есть стремление человека максимально реализовать весь свой потенциал способностей, чтобы быть тем, кем он может стать, ведь самоактуализирующаяся личность – это «личность, создающая собственную историю» [Маслоу 2002: 128]. Стремление к самоактуализации по своей сути есть стремление к самоутверждению за счет проявления целого набора личностных функций: рефлексии, смыслотворчества, создания собственной картины мира и т.д.

Изучение теории А. Маслоу позволило нам определить самоактуализацию в нескольких ипостасях. С одной стороны, самоактуализация – тенденция в направлении роста или потребность в росте, которая существует внутри человеческого бытия, «*длящаяся актуализация* потенциала, способностей и талантов». С другой стороны, это полноценная *реализация* миссии, призвания, судьбы или профессии, «эпизод или всплеск, в котором силы личности интенсивно и эффективно объединяются, и она становится более интегрированной и менее раздробленной, более открытой опыту, индивидуалистической, спонтанной и экспрессивной, полноценно функционирующей, более творческой, с лучшим чувством юмора и т.д.» [Там же: 128], то есть своеобразный итог реализации всех возможностей человека, «реализация всего, чем человек может стать». [Там же: 127]

К основным чертам самоактуализирующейся личности, согласно концепции А. Маслоу, относятся: преданность делу; живое восприятие действительности и способность хорошо ориентироваться в ней; принятие себя и других людей такими, какие они есть; непосредственность в поступках и спонтанность в выражении своих мыслей и чувств; сосредоточенность внимания на том, что происходит вовне, в противовес ориентации только на внутренний мир. Самоактуализирующиеся люди озабочены благополучием других людей, а не обеспечением только собственного счастья; способны к глубокому пониманию жизни; устанавливают с окружающими людьми, хотя и не со всеми, вполне доброжелательные личные взаимоотношения, способны смотреть на жизнь открытыми глазами, оценивать все беспристрастно, с

объективной точки зрения. Их характеризует непосредственная включенность в жизнь с полным погружением в нее так, как это обычно делают дети; предпочтение в жизни новых, непроторенных и небезопасных путей, умение полагаться на свой опыт, разум и чувства; способность брать на себя ответственность, а не уходить от нее; приложение максимума усилий для достижения поставленных целей.

Момент самоактуализации для таких людей есть раскрытие и развитие своей человеческой сущности. «Нельзя мудро выбирать жизнь, если ты не смеешь прислушиваться к себе, к собственной самости, в каждый момент жизни» [Maslow 1971: 47]. Человеческая сущность, в свою очередь, заключается в том, чтобы обладать «психологической свободой» при познании и осознании себя. Таким образом, самоактуализация – не конечный феномен, а процесс актуализации потенций индивида в любое время, в любой ситуации, в любой степени.

Вслед за А. Маслоу, самоактуализирующихся людей мы определим как людей, способных прислушиваться к своему внутреннему голосу, берущих на себя ответственность, способных к творчеству, как к почти равному душевному здоровью. Вместе с тем нам представляется важным подчеркнуть, что самоактуализация – это стадия, предшествующая самореализации, заключающаяся в «поиске» своих возможностей, в оценивании тех самых способностей и талантов личности, в осмыслении их, наращивании внутренних сил личности для дальнейшей успешной самореализации, воплощении своего призвания.

Очевиден экзистенциальный характер проблемы. Психологи-экзистенциалисты отмечают целеустремленность всей жизни человека. Внешним наблюдателям его поступки могут казаться непонятными до тех пор, пока они не узнают, чего он добивается в жизни. Цель, к которой идет человек, может быть в полной степени им и не осознаваема, но она непременно существует, так как предопределена структурой его личности.

Феномен «самоактуализации» рассматривался также в экзистенциальной психологии, одном из направлений гуманистической психологии, признающей своим предметом личность как целостную уникальную систему, которая представляет собой не что-то заранее данное, а развивающуюся сущность, движимую пиками самоактуализации (имеются в виду и переходные возраста) на протяжении всей ее жизни. Сторонники этого направления считают, что одной из целей экзистенциальной психологии является восстановление аутентичности личности, то есть соответствия бытия-в-мире, в ее внутренней природе. Средством такого восстановления считается самоактуализация – стремление человека к возможно более полному выявлению и развитию своих личностных возможностей.

Самоактуализацию как составляющую процесса саморазвития определяет проф. Л.Н. Куликова, отмечая при этом, что данный феномен проявляется как «интеллектуальное выдвижение в зону интенсивного анализа для решения возникшей задачи необходимых для этого своих личностных ресурсов, как своеобразное “заострение” внутренних сил на выявлении уровня своей готовности ее решать» [Куликова 1997: 84].

С одной стороны, это определение самоактуализации сближается с представлениями о самоактуализации в западной гуманистической психологии в той части, когда самоактуализация рассматривается как мотив деятельности и поведения и одновременно одно из условий их эффективности. С другой стороны, для нас наиболее важное значение обретает такой подход к определению самоактуализации, который передает способность непрерывного пожизненного анализа личностью своего «вписывания» в жизненные ситуации, во взаимодействие с окружающими. Именно это

принципиально отличает данную концепцию самоактуализации от концепции западных психологов-гуманистов К. Роджерса, А. Маслоу.

Сущностью самоактуализации является не вынужденное проживание человеком жизни, в приспособленности к существующей социальной обстановке, а организация им своего бытия. Формами, или элементами, структуры такой организации является достижение человеком смысла своей жизни; ориентация в мире, сообразная своей индивидуальности; нравственно-ценностный выбор как в стратегическом, так и в тактическом жизненных планах; создание комфортной, гармонической для себя и окружающих инфраструктуры общения; периодическая творческая устремленность в себя, предполагающая переоткрытие сути своего природного предназначения; осознание идеи своей индивидуальности и пути ее реального осуществления.

Таким образом, **самоактуализация** – это целенаправленный (а значит, осознанный) процесс, осуществляющийся во временной протяженности жизни человека в прошлом, настоящем и будущем времени и направленный на изменение себя, обусловленное выработкой собственного мировоззрения, на основе саморефлексии и рефлексии другого опыта. Самоактуализирующимися людьми можно назвать людей, обладающих способностью к саморегуляции, к собственному осознанию, к свободному выбору, к саморефлексии и рефлексии.

Библиографический список

- Адлер А.* Понять природу человека: пер. с англ. Е.А. Цыпина. СПб.: Академический проект, 2000. 251с.
- Куликова Л.Н.* Проблемы саморазвития личности. Хабаровск, 1997. 342 с.
- Маслоу А.* По направлению к психологии бытия. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. 272 с.
- Орлов А.Б.* Психология личности и сущности человека. Парадигмы, проекции, практики. М.: Academia. 272 с.
- Роджерс К. Р.* Взгляд на психотерапию. Становление человека / общ. ред. и предисл. Е.И. Исениной. М.: Изд. группа «Прогресс»: Универс, 1994. 480 с.
- Ярошевский М.Г.* История психологии. М.: Мысль, 1985. 575 с.
- Goldstein K.* Human nature in the light of psychopathology. Cambridge, 1940.
- Goldstein K.* The organism. N.Y.: American Book Company, 1939.
- Maslow A.* The father reaches of human nature. New York: Viking, 1971.