

*Косоротова А.А.
студент
Гуманитарный Университет
Россия, Екатеринбург*

ПРОБЛЕМЫ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ

Аннотация: Данная статья посвящена роли самоактуализации в жизни современного человека. В статье указана актуальность темы, понятие самоактуализации с разных точек зрения психологов, влияние социума на выбор человека. Установлены основные проблемы, препятствующие самоактуализации личности.

Ключевые слова: самоактуализация, характеристики самоактуализированного человека, типы направленности личности, проблемы самоактуализации

**A.A. Kosorotova
student
University for the Humanities
Russia, Yekaterinburg**

PROBLEMS OF PERSONALITY SELF-ACTUALIZATION

Resume: This article is devoted to the role of self-actualization in the life of a modern person. The article indicates the relevance of the topic, the concept of self-actualization from different points of view of psychologists, the influence of society on a person's choice. The main problems that hinder the self-actualization of the individual are identified.

Key words: self-actualization, characteristics of a self-actualized person, types of personality orientation, problems of self-actualization

Мы каждый день наблюдаем постоянные изменения в политической, экономической, социальной, духовной сфере общества, что оказывает влияние на наши ценности и поступки. С каждым годом появляется все больше новых профессий, непрерывно растет конкуренция в отлаженных

отраслях. Мир, который постоянно меняется, вынуждает человека быть гибким и деятельным. В условиях трансформации общества, образа жизни и ценностей проблема применения и развития личностного потенциала встаёт более остро. В период кризиса возможности проявить себя для многих профессионалов из разных отраслей ограничены. Изучение возможных проблем самоактуализации современного человека помогут индивиду осознать и развить свой потенциал, изменить самовосприятие и самоощущение к лучшему, а также положительно повлиять на жизнь общества.

В одних направлениях западной психологии самоактуализация выдвигается на роль главного мотивационного фактора, в других самоактуализация предполагает наличие благоприятных социально-исторических условий. [4].

Самоактуализация в современной психологии - это сознательная деятельность человека, направленная на максимально возможное раскрытие и использование своего потенциала на благо общества и самого себя. [1, с. 14].

Американский психолог А. Маслоу, известный автор пирамиды потребностей, изучал проблему самореализации личности. Достигнуть верхнюю ступень пирамиды, самоактуализацию, – задача не из легких. Раскрытие своего потенциала, продуктивное использование личностью своих возможностей в выбранных сферах деятельности - важные составляющие счастливой жизни современного человека. [2].

Помимо того, что самоактуализация людей различается в зависимости от прошлого опыта и ценностей, самоактуализация отличается типами направленности личности. Личность может искать свою самость ориентируясь на себя, на других или на процесс деятельности. А. Маслоу отмечает, что более выраженная социальность, взаимодействие с другими людьми и направленность на общечеловеческие интересы сочетаются у

самоактуализирующихся людей с более ярко выраженной индивидуальностью. [1, с. 123].

Все ли стремятся к высшей потребности пирамиды? И какие проблемы могут встать на пути? Выбор жизненной стратегии может иметь зависимость от нескольких факторов:

- объективных общественных условий, которые социум может предложить индивидууму для его самореализации;
- принадлежности личности к определенному социальному единству, социальному слою;
- социально-психологических характеристик самой личности. [1, с. 55].

Например, в традиционном или кризисном социуме, в котором актуальной является проблема выживания, большинство его членов вынуждены выбирать стратегию жизненного благополучия. А в социуме со сформированными рыночными отношениями более популярной будет стратегия жизненного успеха.

Природный потенциал человека, интеллект, способности, социальная среда, уровень знаний и навыков - всё это может не соответствовать друг другу, тогда возникают психологические проблемы, препятствующие самоактуализации. [3].

Определенные жизненные обстоятельства заставляют обращать на себя все внимание человека. [3]. В таких случаях человек не занимается поиском себя и какой-либо деятельностью, раскрывающей жизненный потенциал, но при этом максимально использует свою жизненную энергию. Например, отец многодетной семьи, который вкладывает все свои силы на заработок.

Тяжелые обстоятельства кризиса, связанного с пандемией: потеря работы специалистов разных отраслей или проблемы со здоровьем, обращают все силы и внимание человека на первичные ступени пирамиды потребностей. Возможности и способности человека остаются не

раскрытыми. Несовпадение стремлений с реальным положением человека приводит к низкой самооценке и неудовлетворенности.

Одной из главных проблем на пути к самоактуализации и самореализации является прокрастинация. Отсутствие мотивации либо страх возможных ошибок новой деятельности, который не дает действовать, ведет к пассивному поведению, которое препятствует стремлениям и возможностям человека. Цели личности касаются разных сфер: профессиональной, личной, социальной. Выстраивая в течение жизни определенную иерархию ценностей, личность может устойчиво реализовывать свои цели в той или иной сфере самоопределения, но отдавая все свои силы, например, в профессиональную самореализацию, оставляет «на потом» личную. Амбициозные личности, озадаченные своими мечтами и планами, отдают в это все свои внешние и внутренние ресурсы, все остальные цели, осознаваемые как необходимые, становятся объектами прокрастинации. [3].

Проблема влияния общества или социальных групп на самоактуализацию личности. Культура, нравственные ценности и мораль, распространенные в обществе, прививаются людям с рождения и направляют процесс формирования личности. [1, с. 77]. Чрезмерное влияние социальной среды на личность человека может негативно сказаться на самоактуализации личности.

Самоактуализация - это процесс, предполагающий определенный жизненный выбор. Отсутствие понимания того, «кто я есть», ведет к поиску себя, концентрации на себе, проблеме эгоцентризма. Чрезмерное внимание к себе может привести к отстранению от мира, пренебрежению к окружающим. [1, с. 105].

Противоположность проблемы поиска – это проблема самоотречения. Вовлеченность в трудовую деятельность и максимальная самоотдача. Самоотречение - отказ от личных мотивов во благо общества.

[3]. Человек погружается в работу, не думая о своем предназначении и жизненной цели, при этом добивается больших результатов.

Последняя обозначенная нами проблема на пути к самоактуализации - это нигилизм. В современном обществе все больше людей, которые ставят под сомнения или полностью отрицают принятые обществом ценности, нормы культуры. Нигилизм в общем смысле подразумевает под собой отрицание, негативное отношение к определённым или даже ко всем сторонам общественной жизни. [3].

В статье мы обозначили психологические проблемы самоактуализации, которые были актуальны до пандемии, а в период кризиса выражены более остро. Понимание проблем поможет личности найти свой путь и раскрыть свой потенциал.

Использованные источники:

1. Маслоу А. Самоактуализация / А. Маслоу // Психология личности. Тексты. — М.: Наука, 2002. — 236 с.
2. Кузнецова, Л. Э. Взаимосвязь смысло-жизненных ориентаций и уровня самоактуализации личности студентов / Л. Э. Кузнецова, Ю. Ю. Кибалова. — Текст : непосредственный // Молодой ученый. — 2017. — № 8 (142). — С. 281-284. — URL: <https://moluch.ru/archive/142/39927/> (дата обращения: 21.05.2020).
3. Забелина А. В. Проблема самоактуализации личности / Научная электронная библиотека «киберленинка» – Режим доступа: <https://cyberleninka.ru/article/n/problema-samoaktualizatsii-lichnosti> (дата обращения 20.05.2020)
4. Работы по психологии – Режим доступа: <http://dip-psi.ru/psikhologicheskiye-testy/post/metodika-m-rokicha-tsennostnyye-oriyentatsii> (дата обращения 21. 05. 2020)