

ISSN 2073-1426

ВЕСТНИК

Костромского государственного университета

ПЕДАГОГИКА
ПСИХОЛОГИЯ
СОЦИОКИНЕТИКА

2

2022



ВЕСТНИК
КОСТРОМСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО
УНИВЕРСИТЕТА

СЕРИЯ
ПЕДАГОГИКА.
ПСИХОЛОГИЯ.
СОЦИОКИНЕТИКА

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКИЙ ЖУРНАЛ

Выходит с 2006 года

V E S T N I K
OF KOSTROMA
STATE
UNIVERSITY

SERIES
PEDAGOGY.
PSYCHOLOGY.
SOCIOKINETICS

SCIENTIFIC AND METHODOLOGICAL JOURNAL

Appears since 2006

2 0 2 2

№ 2

ЖУРНАЛ ВКЛЮЧЕН В ПЕРЕЧЕНЬ
РЕЦЕНЗИРУЕМЫХ НАУЧНЫХ ИЗДАНИЙ (ПЕРЕЧЕНЬ ВАК),
В КОТОРЫХ ДОЛЖНЫ БЫТЬ ОПУБЛИКОВАНЫ ОСНОВНЫЕ НАУЧНЫЕ РЕЗУЛЬТАТЫ
ДИССЕРТАЦИЙ НА СОИСКАНИЕ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ КАНДИДАТА НАУК,
НА СОИСКАНИЕ УЧЕНОЙ СТЕПЕНИ ДОКТОРА НАУК, ПО СЛЕДУЮЩИМ ОТРАСЛЯМ:
13.00.00 – ПЕДАГОГИЧЕСКИЕ НАУКИ,
19.00.00 – ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ НАУКИ

ЖУРНАЛ ВКЛЮЧЕН В РОССИЙСКИЙ ИНДЕКС НАУЧНОГО ЦИТИРОВАНИЯ (РИНЦ) С 2007 ГОДА



ISSN 2073-1426

**РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ ЖУРНАЛА
«ВЕСТНИК КОСТРОМСКОГО
ГОСУДАРСТВЕННОГО УНИВЕРСИТЕТА.
СЕРИЯ: ПЕДАГОГИКА. ПСИХОЛОГИЯ.
СОЦИОКИНЕТИКА»**

ГЛАВНЫЙ РЕДАКТОР

САМОХВАЛОВА АННА ГЕННАДЬЕВНА
доктор психологических наук,
кандидат педагогических наук, доцент, Кострома

ЗАМЕСТИТЕЛЬ ГЛАВНОГО РЕДАКТОРА

КРЮКОВА ТАТЬЯНА ЛЕОНИДОВНА
доктор психологических наук, профессор, Кострома

ОТВЕТСТВЕННЫЙ СЕКРЕТАРЬ

РАЙКИНА МАРИЯ АЛЕКСАНДРОВНА
кандидат педагогических наук, доцент, Кострома

РЕДАКЦИОННАЯ КОЛЛЕГИЯ

БАЙБОРОДОВА ЛЮДМИЛА ВАСИЛЬЕВНА
доктор педагогических наук, профессор,
Заслуженный работник высшей школы РФ, Ярославль

ВОРОНЦОВА АННА ВАЛЕРЬЕВНА
кандидат педагогических наук, доцент, Кострома

ЗАХАРОВА ЖАННА АНАТОЛЬЕВНА
доктор педагогических наук, профессор, Кострома

ЗНАКОВ ВИКТОР ВЛАДИМИРОВИЧ
доктор психологических наук, профессор, Москва

КУПРИЯНОВ БОРИС ВИКТОРОВИЧ
доктор педагогических наук, профессор, Москва

МАХНАЧ АЛЕКСАНДР ВАЛЕНТИНОВИЧ
доктор психологических наук, Москва

НАРТОВА-БОЧАВЕР СОФЬЯ КИМОВНА
доктор психологических наук, профессор, Москва

ПОДДЬЯКОВ АЛЕКСАНДР НИКОЛАЕВИЧ
доктор психологических наук, профессор, Москва

ПОЛЯКОВ СЕРГЕЙ ДАНИЛОВИЧ
доктор педагогических наук, профессор, Ульяновск

САПОРОВСКАЯ МАРИЯ ВЯЧЕСЛАВОВНА
доктор психологических наук, доцент, Кострома

СЕКОВАНОВ ВАЛЕРИЙ СЕРГЕЕВИЧ
кандидат физико-математических наук,
доктор педагогических наук, профессор, Кострома

ТАРХАНОВА ИРИНА ЮРЬЕВНА,
доктор педагогических наук, профессор, Ярославль

ТИХОМИРОВА ЕЛЕНА ВИКТОРОВНА,
кандидат психологических наук, доцент, Кострома

ХАЗОВА СВЕТЛАНА АБДУРАХМАНОВНА
доктор психологических наук, доцент, Кострома

ХАРЛАМЕНКОВА НАТАЛЬЯ ЕВГЕНЬЕВНА
доктор психологических наук, профессор, Москва

ЩЕРБИНИНА ОЛЬГА СТАНИСЛАВОВНА
кандидат педагогических наук, доцент, Кострома

**ЗАРУБЕЖНЫЕ ЧЛЕНЫ
РЕДАКЦИОННОЙ КОЛЛЕГИИ**

КАРПИНСКИЙ КОНСТАНТИН ВИКТОРОВИЧ,
доктор психологических наук, профессор,
Гродненский государственный университет
имени Янки Купалы, г. Гродно, Республика Беларусь

КВЯТКОВСКА АННА
доктор психологических наук, Институт психологии
польской Академии наук, г. Варшава, Польша

КУМБРУК КРИСТЕЛЬ
доктор психологии, профессор
Высшей школы г. Оснабрюк, Германия

САВИЦКИ КШИШТОФ
доктор педагогических наук,
факультет педагогики и психологии
Университета в Белостоке, Польша

ШТРАССЕР ГЕРТ
кандидат философских наук,
профессор Высшей школы г. Дармштадт, Германия

**THE EDITORIAL BOARD OF THE JOURNAL
«VESTNIK
OF KOSTROMA STATE UNIVERSITY.
SERIES: PEDAGOGY. PSYCHOLOGY.
SOCIOKINETICS»**

CHIEF EDITOR

SAMOKHVALOVA ANNA GENNAD'YEVNA
Doctor of Psychology, Candidate of Pedagogy,
Associate Professor (Kostroma)

DEPUTY CHIEF EDITOR

KRYUKOVA TATIANA LEONIDOVNA
Doctor of Psychology, Professor (Kostroma)

EXECUTIVE SECRETARY

RAIKINA MARIA ALEXANDROVNA
Candidate of Pedagogy, Associate Professor (Kostroma)

EDITORIAL TEAM

BAYBORODOVA LYUDMILA VASIL'YEVNA
Doctor of Pedagogy, Professor
Russian higher school honoured worker (Yaroslavl)

VORONTSOVA ANNA VALERIEVNA
Candidate of Pedagogy, Associate Professor (Kostroma)

ZAKHAROVA JANNA ANATOLIEVNA
Doctor of Pedagogy, Professor (Kostroma)

ZNAKOV VIKTOR VLADIMIROVICH
Doctor of Psychology, Professor (Moscow)

KUPREYANOV BORIS VIKTOROVICH
Doctor of Pedagogy, Professor (Moscow)

MAKHNACH ALEXANDER VALENTINOVICH
Doctor of Psychology (Moscow)

NARTOVA-BOCHAVER SOF'YA KIMOVNA
Doctor of Psychology, Professor (Moscow)

PODD'YAKOV ALEKSANDR NIKOLAEVICH
Doctor of Psychology, Professor (Moscow)

POLYAKOV SERGEY DANILOVICH
Doctor of Pedagogy, Professor (Ulyanovsk)

SAPOROVSKAYA MARIYA VYACHESLAVOVNA
Doctor of Psychology, Associate Professor (Kostroma)

SEKOVANOV VALERY SERGEEVICH
Candidate of Physics and Mathematics,
Doctor of Pedagogy, Professor (Kostroma)

TARKHANOVA IRINA YURIEVNA,
Doctor of Pedagogy, Professor (Yaroslavl)

TIKHOMIROVA ELENA VIKTOROVNA,
Candidate of Psychology, Associate Professor (Kostroma)

KHAZOVA SVETLANA ABDURAKHMANOVNA
Doctor of Psychology, Associate Professor (Kostroma)

KHARLAMENKOVA NATAL'YA YEVGEN'YEVNA
Doctor of Psychology, Professor (Moscow)

SHCHERBININA OLGA STANISLAVOVNA
Candidate of Pedagogy, Associate Professor (Kostroma)

**FOREIGN MEMBERS
OF THE EDITING BOARD**

KARPINSKY KONSTANTIN VIKTOROVICH,
Doctor of Psychology, Professor,
Yanka Kupala State University of Grodno,
Grodno, Republic of Belarus

KWIATKOWSKA ANNA
Doctor of Psychology, Psychology Institute
of Academy of Sciences of Poland, City of Warsaw, Poland

KUMBRUCK CHRISTEL
Doctor of Psychology, Professor of Higher School,
City of Osnabrück, Germany

SAWICKI KRZYSZTOF
Doctor of Pedagogy,
Faculty of Pedagogy and Psychology,
University of Białystok, Poland

STRASSER GERT
Candidate of Philosophy, Professor of Higher School,
City of Darmstadt, Germany

СОДЕРЖАНИЕ

ПЕДАГОГИКА

- 5 **Рожков М.И., Иванова И.В.**
Коллектив и межличностные отношения современных детей
- 12 **Попова Т.В., Ермакова О.Е., Долгова А.А., Черных Н.А.**
Перспективы и риски внедрения геймификации в современном образовании
- 18 **Воронцова А.В., Бессараб С.К.**
Формирование информационной культуры личности в проектной и исследовательской деятельности
- 30 **Зайцева М.А., Тарханова И.Ю.**
Педагогическое сопровождение развития молодежного лидерства в цифровую эпоху
- 38 **Корякина С.Р., Смирнова Е.Е.**
Методика оценки уровня исследовательской компетентности школьников

ТЕОРИЯ И МЕТОДИКА ОБУЧЕНИЯ

- 45 **Байбородова Л.В.**
Проектирование допрофессиональной педагогической подготовки школьников в образовательной организации
- 53 **Иванова Н.М., Зимица Т.А.**
Формирование предпосылок финансовой грамотности у детей старшего дошкольного возраста
- 60 **Бабенко А.С., Марголина Н.Л., Матыцина Т.Н., Смирнова А.О., Ширяев К.Е.**
Комплексные числа в школьном курсе математики и в перспективной модели ЕГЭ

ПСИХОЛОГИЯ

- 69 **Сергиенко Е.А., Хлевная Е.А., Киселева Т.С., Никитина А.А., Осипенко Е.И.**
Тест эмоционального интеллекта для подростков – разработка российской методики
- 76 **Адеева Т.Н., Скворцова А.С.**
Образ реального и идеального родителя у представителей разных возрастных групп
- 84 **Тихонова И.В.**
Родительские состояния, связанные со стрессом: понятийный дискурс и дифференциация
- 93 **Шмидт Д.А.**
Социальные представления миллениалов о брачном партнере: поколенческий подход
- 99 **Шипова Н.С.**
Анализ самореализации в контексте системной модели: детерминанты и последствия
- 107 **Израэлян Т.В.**
Когнитивная полифазия в репрезентации психического нездоровья в группах с разной религиозной ментальностью
- 113 **Истомина С.В.**
Психологическое сопровождение процесса адаптации обучающихся при переходе на уровень основного общего образования

СПЕЦИАЛЬНАЯ ПСИХОЛОГИЯ И ПЕДАГОГИКА

- 122 **Грошенкова В.А.**
Самообразование педагогов, работающих с детьми, имеющими ограниченные возможности здоровья в условиях дошкольной образовательной организации

ПРОФЕССИОНАЛЬНОЕ ОБРАЗОВАНИЕ

- 131 **Листвин А.А., Гарт М.А.**
Среднее профессиональное образование: необходимость структурных изменений
- 139 **Смирнова С.А.**
Образовательный потенциал проблемно ориентированного обучения как педагогической технологии в структуре высшего образования

CONTENTS

PEDAGOGY

- 5 **M.Ios. Rozhkov, I.V. Ivanova**
Collective and interpersonal relations of modern children
- 12 **T.V. Popova, O.Ev. Ermakova, A.An. Dolgova, N.Al. Chernykh,**
Prospects and risks of gamification implementation in modern education
- 18 **A.V. Vorontsova, S.K. Bessarab**
Formation of the information culture of the individual in project and research activities
- 30 **M.Al. Zaitseva, I.Yu. Tarkhanova**
Pedagogic support for youth leadership development in the digital age
- 38 **S.R. Koryakina, E.E. Smirnova**
Methodology for assessing the schoolchildren's research competency level

TEACHING THEORY AND METHODOLOGY

- 45 **L.Vas. Bayborodova**
Design of pre-professional pedagogical training of schoolchildren in an educational organization
- 53 **N.M. Ivanova, T.Al. Zimina**
Formation of prerequisites for financial literacy in children of senior preschool age
- 60 **A.S. Babenko, N.L. Margolina, T.N. Matytsina, A.O. Smirnova, K.E. Shiryayev**
Complex numbers in the school course of Mathematics and in the perspective model of the final exam

PSYCHOLOGY

- 69 **E.A. Sergienko, E.A. Khlevnaya, T.S. Kiseleva, A.A. Nikitina, E.I. Osipenko**
Emotional Intelligence Test for Adolescents – Development of a Russian-language Methodology
- 76 **T.N. Adeeva, A.S. Skvortzova**
The real and ideal parent image among representatives of different age groups
- 84 **I.V. Tikhonova**
Parental States Associated with Stress: Conceptual Discourse and Differentiation
- 93 **D.A. Shmidt**
Millennials' Social Representations of a Marriage Partner: a Generational Approach
- 99 **N.S. Shipova**
Analysis of self-realization in the context of the system model: determinants and consequences
- 107 **T.V. Israelyan**
Cognitive polyphasia in the representation of mental illness in groups with different religious mentalities
- 113 **S.V. Istomina**
Psychological support of the process of adaptation of pupils during the transition to the level of basic general education

SPECIAL PSYCHOLOGY AND PEDAGOGY

- 122 **V.A. Groshenkova**
Self-education of pedagogues working with disabled children under conditions of a preschool educational organisation

PROFESSIONAL EDUCATION

- 131 **A.A. Listvin, M.A. Garth**
Secondary vocational education: necessity of structural changes
- 139 **S.A. Smirnova**
Educational potential of problem-based learning as a pedagogic technology in the structure of higher education

147 Каплина М.М., Жезлова С.А.

Формирование толерантности у студентов при изучении текстов иноязычных СМИ

153 Воеводская Е.А.

Подкасты как средство развития универсальных компетенций у студентов педагогического вуза на занятиях по иностранному языку

158 Лодкин А.Е., Углицких Д.В., Петракова С.А.

Практика в системе подготовки будущих юристов к работе в правоохранительных органах

165 Янова М.Г., Царская Т.С.

Организационно-педагогические условия формирования навыков иноязычного профессионального общения у будущих врачей

174 Ян Цзюньхун

Языковая тревожность иностранных студентов в Китае при изучении китайского языка в классе: исследование преподавательского фактора¹

180 ТРЕБОВАНИЯ

К ОФОРМЛЕНИЮ СТАТЕЙ

147 M.M. Kaplina, S.A. Zhezlova

Formation of Tolerance in Foreign Language Learning through the Study of Media Texts

153 E.A. Voevodskaya

Podcasts as a means of pedagogic university students' universal competences development at foreign language classes

158 A.E. Lodkin, D.V. Uglickih, S.An. Petrakova

Practice in the system of training future lawyers to work in law enforcement agencies

165 M.G. Yanova, T.S. Tsarskaya

Organisational and pedagogic conditions for forming the skills of foreign language professional communication in future physicians

174 Yang Junhong

Chinese language anxiety in classroom learning for international students in China: teachers factor

180 REQUIREMENTS

TO REGISTRATION OF ARTICLES

Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 2. С. 99–106. ISSN 2073-1426

Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 2, pp. 99–106.

ISSN 2073-1426

Научная статья

УДК 159.923

<https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-2-99-106>

АНАЛИЗ САМОРЕАЛИЗАЦИИ В КОНТЕКСТЕ СИСТЕМНОЙ МОДЕЛИ: ДЕТЕРМИНАНТЫ И ПОСЛЕДСТВИЯ

Шипова Наталья Сергеевна, кандидат психологических наук, Костромской государственной университет, Кострома, Россия, ns.shipova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0741-1297>

Аннотация. В статье приведены данные теоретического и эмпирического анализа параметров, которые являются значимыми для полноценной разработки проблемы самореализации: самоотношение («сочувствие к себе»), совладающее поведение, жизнестойкость, витальность. Представлены результаты факторного анализа анкеты самореализации, позволяющие выявить три основных компонента изучаемого понятия, также обозначена схема анализа самореализации, включающая детерминанты и последствия/результаты процесса. На основании теоретического анализа делается вывод о наличии разрозненных точек зрения на структуру самореализации и наличии параметров, не включенных в комплексные модели, однако имеющих убедительно доказанные связи с исследуемым феноменом. Автором в структуру конструкта самореализации внесены некоторые параметры, о которых ранее высказывались иные исследователи, а также представлено статистическое обоснование этого включения.

Ключевые слова: самореализация, сферы самореализации, характеристики самореализации.

Благодарности. Исследование выполнено при поддержке гранта Президента РФ для молодых ученых – кандидатов наук МК-6263.2021.2

Для цитирования: Шипова Н.С. Анализ самореализации в контексте системной модели: детерминанты и последствия // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2022. Т. 28, № 2. С. 99–106. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-2-99-106>

Research Article

ANALYSIS OF SELF-REALIZATION IN THE CONTEXT OF THE SYSTEM MODEL: DETERMINANTS AND CONSEQUENCES

Natalya S. Shipova, candidate of psychological sciences, Kostroma State University, Kostroma, Russia, ns.shipova@yandex.ru, <https://orcid.org/0000-0002-0741-1297>

Abstract. The article presents data from a theoretical and empirical analysis of the parameters that are significant for the full development of the problem of self-realization: self-attitude (“self-compassion”), coping behavior, resilience, vitality. The results of the factor analysis of the self-realization questionnaire are presented, which make it possible to identify the three main components of the concept under study, and the self-realization analysis scheme is also indicated, including the determinants and consequences/results of the process. Based on a theoretical analysis, the author concludes that there are disparate points of view on the structure of self-realization and the presence of parameters that are not included in complex models, but have convincingly proven connections with the phenomenon under study. The author has introduced some parameters into the structure of the self-realization construct, which were previously expressed by other researchers, and also presents a statistical justification for this inclusion.

Key words: self-realization, spheres of self-realization, characteristics of self-realization.

Acknowledgments. The study was supported by the grant of the President of the Russian Federation for young scientists-candidates of sciences МК-6263.2021.2

For citation: Shipova N.S. Analysis of self-realization in the context of the system model: determinants and consequences. Vestnik of Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics, 2022, vol. 28, № 2, pp. 99–106. <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2022-28-2-99-106>

Самореализация является важным аспектом жизни. К. Роджерс заявлял о том, что тенденция к самоактуализации является естественной и свойственна любому живому организму [Роджерс: 447]. Значение самореализации очень велико для индивидуальной и социальной жизни любого человека, вне зависимости от его состояния здоровья. Она выступает в качестве базового механизма социальной инклюзии и в целом рассматривается как основная социальная потребность человека [Осьмук: 61]. При этом важность поддержания человеческого капитала также свидетельствует о значимости для современного общества проблематики самореализации каждого индивида, вне зависимости от имеющихся у него нарушений в состоянии здоровья [Осьмук: 59]. Самореализация рассматривается как смысл жизни каждого человека, а также основной фактор успешной социальной адаптации [Кудинов С.И., Кудинов С.С. 2010: 273]. Самореализация рассматривается как условие достижения психосоциального благополучия [Осьмук, Мельникова: 86]. Реализация собственного потенциала формирует интерес к окружающему и стимулирует появление доверия к миру и к себе. Таким образом, субъект ощущает себя принятым миром и в то же время верит в собственные возможности. Достижение результатов обеспечивает новый статус человека с инвалидностью в группе. В.В. Дегтярева представляет самореализацию как форму связи субъекта с другими людьми и их опытом, а эту связь рассматривает как основу самоотношения и средство преодоления ограничений [Дегтярева: 165]. Осуществление возможностей развития «я» через самосовершенствование ведет к самореализации личности, сбалансированному и гармоничному раскрытию всех ее аспектов, противодействию развитию дезадаптаций (Э.В. Галажинский, П.П. Горностаи, Л.А. Коростылева и др.). Л.А. Осьмук говорит о самореализации как средстве трансформации образа жизни, системы ценностей и жизненных стратегий человека и способе стимуляции его интереса к окружающему [Осьмук: 60]. А.М. Щербакова говорит, что самореализация позволяет повысить качество жизни, существенно снизить риск негативных последствий трудных жизненных ситуаций [Щербакова: 45].

Однако несмотря на столь ярко декларируемую значимость проблематики самореализации, в современной науке отсутствует не только единая теория самореализации личности, но и общепринятый подход к определению этой категории [Галушкин: 86].

Из наиболее известных концепций на данный момент можно отметить модель устремления/реализации А. Gewirth, полисистемную модель А.И. Крупнова, системную модель С.И. Кудинова, модель самореализации лиц с ОВЗ П.А. Галушкина.

Проблема исследования самореализации определяется методологическими позициями, которые задают подход к самой проблеме самореализации либо к проблеме человека как предмета психологии [Герасимов, Цветкова: 105]. Анализируя исследования по изучаемой проблематике, мы отметили в аспекте самореализации несколько параметров: ценностный (самореализация рассматривается в контексте следования ценностям, установкам, мировоззрению личности) (Л.М. Коган, В.И. Муляр); деятельностный (самореализация – это процесс претворения в жизнь ценностей личности; деятельность, направленная на реализацию собственного потенциала в различных сферах) (К.А. Абульханова-Славская, А.К. Исаев); средней (самореализация рассматривается в контексте сферы, области, где субъект старается прилагать усилия) (А.Г. Асмолов, Л.М. Коган); целевой (самореализация является направленной, осмысленной деятельностью субъекта, преследующей определённую цель) (Л.М. Коган, В.И. Муляр, А.Г. Чернявская); личностный (самореализация предполагает претворение в жизнь способностей, талантов, задатков субъекта) (А.Г. Асмолов, А.К. Исаев, В.И. Муляр, А.Г. Чернявская).

В наших исследованиях ранее доказана связь самореализации с параметрами жизнестойкости, сочувствия к себе, копинг-поведением, субъективным благополучием, витальностью и ощущением счастья [Шипова, Опекина: 187]. Также отметим, что существует много параметров, выделенных различными авторами и не вошедших в существующие модели самореализации. Например, как условия самореализации рассматриваются: способность к самоконтролю [Rusu: 1098; Borzova, Plotnikova: 750], самосознание и рефлексия [Катаев: 75].

Результатом самореализации могут выступать различные параметры: личностные качества [Дерманова: 112]; баланс между социальной и внутренней успешностью (критерий зрелого человека) [Весна: 353]; чувство удовлетворённости [Абульханова-Славская: 252; Витковская: 549; [Globalisierung: 211]; ощущение осмысленности жизни, социально значимые вклады в культуру и в других людей [Леонтьев: 19]; творческая продуктивность [Рыбалко: 257]; проявление индивидуальности [Городилова: 150].

Так же как аспект проблематики самореализации, рассматривается ресурс [Дружинина: 69; Маленов: 6]. Полагаем, что удовлетворенность самореализацией может выступать одним из критериев самореализации. Мы рассматриваем ее как субъективную оценку эффективности/неэффективности самореализации, однако признаем также существование объективных критериев оценки достигнутого уровня самореализации [Витковская: 550], [Globalisierung: 211]. В систему, раскрывающую конструкт самореализации, полагаем

важным включить также параметр собственной активности индивида [Кудинов С.И., Кудинов С.С. 2021: 51]. Важно отметить также потенциал личности [Абульханова-Славская: 39; Агапов: 236; Кудинов, Крупнов: 31; Селезнева: 87], который означает совокупность имеющихся ресурсов и возможностей [Агапов: 28].

Таким образом, теоретический анализ показал наличие разрозненных точек зрения на структуру самореализации и наличие параметров, не включенных в комплексные модели, однако имеющих убедительно доказанные связи с исследуемым феноменом.

Методы исследования

Нами было организовано исследование, целью которого стало структурирование имеющихся теоретических и практических данных об аспектах самореализации и построение несколько дополненной относительно существующих на данный момент схемы самореализации личности.

Выборка включает 232 респондента от 14 до 70 лет (M = 26,34; SD = 13,47), в выборке мужчин – 34 %, женщин – 66 %.

Методический инструментарий подобран в соответствии с предполагаемой моделью самореализации, обоснованной теоретическим анализом и предыдущими исследованиями автора [Шипова, Опекина: 187]. Он включает в себя:

1. Тест жизнестойкости С. Мадди (Сальваторе Мадди (Salvatore R. Maddi, D.M. Khoshaba, 1984, 2001), в адаптации Е.Н. Осина, 2013).
2. Авторская анкета самореализации.
3. Шкала субъективного счастья Любомирски (ШСС, Subjective Happiness Scale (SHS)) Lyubomirsky, Lepper (1999 г.), в адаптации Д.А. Леонтьева, Е.Н. Осина (Осин, Леонтьев, 2008).
4. Шкала субъективного благополучия (Perrudent-Badox, Mendelsohn, Chiche, 1988), в адаптации М.В. Соколовой, 1996.
5. Опросник «Сочувствие к себе» К. Нефф, 2003. «Self-compassion» (Kristin Neff, 2003) (адаптация К.А. Чистопольской, Е.Н. Осина, С.Н. Ениколопова, Е.Л. Николаева, Г.А. Мысиной, С.Э. Дровосекова, 2020).

Таблица 1

Корреляции аспектов самореализации с исследуемыми параметрами

	организационный	ценностно-мотивационный	рефлексивный
<i>Тест жизнестойкости</i>			
Вовлеченность		0,15*	0,18**
<i>Шкала субъективного счастья</i>			
Уровень счастья		0,24***	0,31***
<i>Шкала субъективного благополучия</i>			
Напряженность и чувствительность	0,20**		
Признаки, сопровождающие основную психоэмоциональную симптоматику	0,26***		
Изменения настроения		-0,24***	-0,33***
Значимость социального окружения			-0,24***
Самооценка здоровья			-0,25***
Степень удовлетворенности повседневной деятельностью			-0,29***
Опросник «Сочувствие к себе»			
Доброта к себе			0,29***
Общность с человечеством		0,15*	0,19**
Внимательность			0,25***
Экспресс-тест Карвера			
Активное совладание		0,21**	0,27***
Поиск/использование эмоциональной поддержки		0,15*	0,15*
Позитивная переоценка			0,23**
Планирование	0,17*	0,20**	0,28***
Юмор	0,17*		0,20**
Самообвинение			-0,16*
Отрицание		-0,19**	
Принятие		0,22**	
Шкала субъективной витальности			
Витальность	0,18*	0,26***	0,35***

Примечание: * – значимость $p \leq 0,05$; ** – значимость $p \leq 0,01$; *** – значимость $p \leq 0,001$.

6. Экспресс-тест Карвера (BriefCOPE; C.S. Carver, 1997, адаптация Е.И. Рассказовой, Т.О. Гордеевой и Е.Н. Осина, 2013).

7. Шкала субъективной витальности (Ryan, Frederick, 1997) в апробации Л.А. Александровой, Д.А. Леонтьева).

Статистическая обработка результатов производилась при помощи программы Statistica 10.0. Использовались следующие статистические процедуры: дескриптивная статистика, корреляционный, регрессионный и факторный анализ. Результаты интервью обрабатывались методом контент-анализа.

Программа исследования состояла из нескольких этапов. Первый этап представлял собой корреляционный анализ параметров самореализации и показателей жизнестойкости, сочувствия к себе, витальности, счастья и субъективного благополучия. Второй этап включал в себя определение предикционной нагрузки факторов и характеристик самореализации относительно возможных последствий/результатов.

Результаты

В результате факторного анализа авторской анкеты самореализации выделено 3 фактора, в которые объединились пункты анкеты: фактор, отражающий организационный аспект реализации, фактор, отражающий рефлексивный аспект, фактор, отражающий ценностно-мотивационный аспект.

Проведенный нами корреляционный анализ показал большое количество связей выявленных в результате факторизации обобщенных аспектов с параметрами, определенными нами в результате теоретического исследования.

Результаты эмпирического исследования феномена самореализации подтверждают его взаимосвязь с такими конструктами, как самоотношение («сочувствие к себе»), совладающее поведение, жизнестойкость, витальность.

На представленной диаграмме мы можем отметить три компонента изучаемого конструкта, каждый из которых включает в себя несколько параметров. Мы склонны рассматривать верхний уровень переменных как факторы самореализации, средний – как собственно содержание конструкта, а нижний – как результат и оценку усилий самореализации личности.

Обсуждение результатов

Основой самореализации мы признаем потребности (в самосовершенствовании, саморазвитии, достижениях), а также стремление личности к самопознанию и оценке себя, рефлексии. Эти феномены побуждают личность к запуску процесса самореализации, который обеспечивается также двумя видами условий. Субъективные представлены потребностной сферой в целом (здесь предполагается отсылка к индивидуальной иерархии потребностей, в результате оценки которой субъект принимает решение о самореализации или удовлетворении иных потребностей), характеристиками личности, которые будут определять протекание самого процесса самореализации. Объективные описывают внешние характеристики, сопровождающие индивидуальную активность человека: сюда входят окружение, бытующие в обществе установки относительно реализации себя и т. п. Отдельным фактором, с нашей точки зрения, является готовность личности к самореализации. Здесь мы можем провести параллель с движущими силами развития человека, где при наличии и биологических, и социальных условий важной является собственная активность личности. Центральное место в модели занимает сам концепт самореализации, представленный такими составляющими, как характеристики, барьеры, сферы, инструменты и критерии/показатели. Характеристики самореализации великолепно разработаны С.И. Кудиновым, мы вслед за ним сформиро-

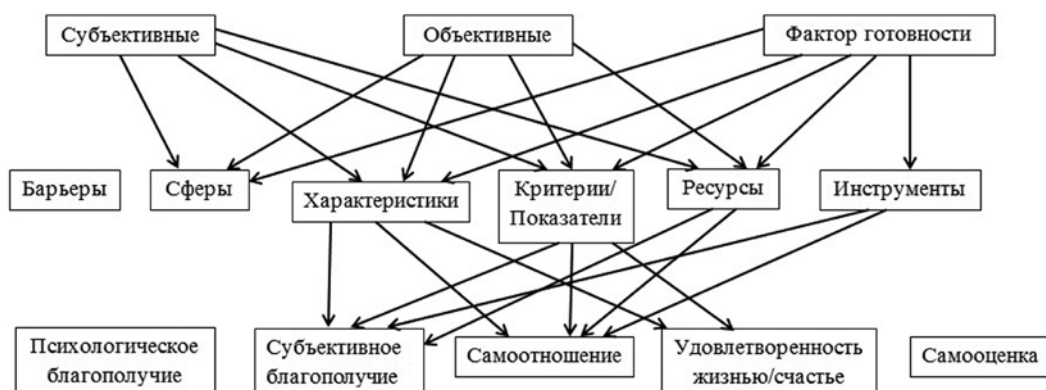


Рис. 1. Результаты регрессионного анализа факторов, характеристик и результатов самореализации личности



Рис. 2. Схема конструкта самореализации

вали их в пары дихотомических определений, внося, однако, некоторые дополнения в соответствии с выделенными параметрами. Сферы самореализации нами несколько дополнены относительно существующих теорий, поскольку на основании многолетних исследований мы считаем целесообразным разделять отношения с партнером и детьми, родителями/родственниками, учитывая то, что степень самореализации в каждом из этих аспектов может быть различной. Мы считаем необходимым ввести в модель операциональный конструкт «инструменты самореализации» для обозначения тех способов, которые субъект избирает как приемлемые для себя в процессе реализации собственного потенциала. К ним относятся действия, навыки и операции, виды деятельности, общение, отношение. Важным в модели является наличие барьеров, то есть препятствий на пути реализации потенциала субъекта. Выделены внешние (преимущественно социальные препятствия, жизненные обстоятельства, средовые факторы и т. п.) и внутренние (преимущественно психологического плана) барьеры. Важным с нашей точки зрения является выделение ресурсов самореализации, то есть психологических образований (и внешних характеристик), на которые субъект мог бы опираться для осуществления желаемого процесса. К ним мы относим копинг-стратегии (как вариант способов преодоления стресса в процессе жизнедеятельности), витальность (как некий энергетический потенциал субъекта, который может быть направлен на необхо-

димые действия и операции), жизнестойкость (как способность к восстановлению после пережитых трудностей) и отношение к себе (в частности, сочувствие к себе как возможность доброго и понимающего отношения к своим потребностям, чувствам и состоянию). Оценочный компонент, на наш взгляд, представлен конструктом «критерии/показатели». Субъект в процессе самореализации сопоставляет достигнутый уровень с целью, с желаемым для него. Вспомогательную роль в таком процессе оценки выполняют критерии, на которые он (и внешние наблюдатели) могут опираться при оценке прогресса или регресса.

Как предполагаемый результат процесса самореализации нами выделяются субъективное и психологическое благополучие, качество жизни, удовлетворенность ею и счастье личности. Также результатом оценивания успешности собственной реализации, с нашей точки зрения, могут выступать самооценка и самоотношение субъекта.

Таким образом, схема самореализации нам представляется следующим образом (см. рис. 2).

Таким образом, нами в структуру конструкта самореализации внесены некоторые параметры, о которых ранее высказывались исследователи: баланс социальной и внутренней успешности [Весна: 353]; чувство удовлетворенности [Абульханова-Славская: 252; Витковская: 549; Globalisierung: 211]; ощущение осмысленности жизни, социально значимые вклады в культуру и в других людей [Леонтьев: 19]; твор-

ческая продуктивность [Рыбалко: 257]; проявление индивидуальности [Городилова: 150]. Как важные аспекты отмечены ресурс самореализации [Дружинина: 69; Маленов: 6] и удовлетворенность ею [Витковская: 550; Globalisierung: 211]. Мы вслед за С.С. Кудиновым отмечаем важность параметра собственной активности индивида [Кудинов С.И., Кудинов С.С. 2021: 51] и учитываем потенциал личности [Абульханова-Славская: 39; Агапов: 236; Кудинов, Крупнов: 31; Селезнева: 87].

Выводы

Нами выявлены корреляции аспектов самореализации (организационного, ценностно-мотивационного и рефлексивного) с вовлеченностью (параметр жизнестойкости), ощущением счастья (шкала субъективного счастья), напряженностью и чувствительностью, признаками, сопровождающими основную психоэмоциональную симптоматику, изменениями настроения, значимостью социального окружения, самооценкой здоровья, степенью удовлетворенности повседневной деятельностью (параметры субъективного благополучия), добротой к себе, общностью с человечеством, внимательностью (параметры опросника «Сочувствие к себе»), активным совладанием, поиском/использованием эмоциональной поддержки, позитивной переоценкой, планированием, юмором, самообвинением, отрицанием, принятием (копинг-стратегии), витальностью (Шкала субъективной витальности). Регрессионный анализ дал нам возможность систематизировать изучаемые параметры в группы факторов, характеристик и результатов самореализации личности.

Таким образом, нами представлена несколько дополненная структура конструкта «самореализация». Мы не претендуем на авторство модели, однако считаем, что учет выделенных параметров сделает анализ данного психологического феномена более ярким и полноценным.

Список литературы

- Абульханова-Славская К.А.* Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 301 с.
- Агапов В.С.* Фундаментальные идеи С.Л. Рубинштейна в современных исследованиях самосознания и Я-концепции субъекта // *Философско-психологическое наследие С.Л. Рубинштейна* / под ред. К.А. Абульхановой, С.В. Тихомировой. М.: ИПРАН, 2011. С. 234–246.
- Весна Е.Б.* Психологические закономерности и механизмы процесса социализации-индивидуализации в онтогенезе: дис. ... д-ра психол. наук. М., 1998. 490 с.
- Витковская И.И.* Самореализация как неотъемлемая ступень самоосуществления личности // *Russian Journal of Education and Psychology*. 2015. № 11 (55). С. 545–553.

Галушкин П.А. Модель самореализации личности с ограниченными возможностями здоровья // *Прикладная юридическая психология*. 2014. № 1. С. 84–92.

Герасимов В.П., Цветкова О.А. Феноменология и онтология самореализации // *Омский научный вестник*. 2013. № 1 (115). С. 104–107.

Городилова Е.Н. Самоактуализация и ее связь с интегральной индивидуальностью: дис. ... канд. психол. наук. Пермь, 2002. 199 с.

Десярева В.В. Условия формирования образовательных стратегий субъектов инклюзивного образования в современном вузе, 2014. С. 162–173 с.

Дерманова И.Б. Дифференциальная психология. М.: Academia, 2015. 192 с

Дружинина С.В. Ресурсная роль интеллекта и креативности в самореализации подростков старшего возраста // *Акмеология*. 2015. № 4. Т. 56. С. 66–71.

Кудинов С.И., Кудинов С.С. Психологические особенности самореализации личности с ограниченными физическими возможностями // *Сибирский педагогический журнал*. 2010. № 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psihologicheskie-osobennosti-samorealizatsii-lichnosti-s-ogranichennymi-fizicheskimi-vozmozhnostyami> (дата обращения: 10.02.2022).

Кудинов С.С., Кудинов С.И. Самореализация личности с ограниченными возможностями здоровья в сетевом образовательном пространстве // *Новая психология профессионального труда педагога: от нестабильной реальности к устойчивому развитию*. 2021. № 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samorealizatsiya-lichnosti-s-ogranichennymi-vozmozhnostyami-zdorovya-v-setevom-obrazovatelnom-prostranstve> (дата обращения: 10.02.2022)

Леонтьев Д.А. Психология свободы: к постановке проблемы самодетерминации личности // *Психологический журнал*. 2000. Т. 21, № 1. С. 15–25.

Маленов А.А. Ресурсы личности и их реализация в пространстве психологического образования: дис. ... канд. психол. наук. Омск, 2021. 220 с.

Осьмук Л.А. Самореализация студентов с инвалидностью как базовый механизм социальной инклюзии // *Психологическая наука и образование*. 2018. Т. 23, № 2. С. 59–67. DOI: 10.17759/pse.2018230207

Осьмук Л.А., Мельникова М.С. Психосоциальное благополучие студентов с ограниченными возможностями здоровья в системе высшей школы // *Психолого-педагогические исследования*. 2019. Т. 11, № 3. С. 84–94. DOI: 10.17759/psyedu.2019110307

Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. М.: Прогресс, 1994. С. 447.

Рыбалко Е.Ф. Динамика основных характеристик человека в различные периоды его зрелости // *Хрестоматия по возрастной психологии* / под ред. Д.И. Фельдштейна. М.: Институт практической психологии, 1996. 304 с.

Селезнева Е.В. Смысловые детерминанты самореализации // Мир психологии. 2010. № 4 (64). С. 78–91.

Шупова Н.С., Опекина Т.П. Комплексный анализ феномена самореализации: перспектива создания системной модели // Вестник Костромского государственного университета. Серия: Педагогика. Психология. Социокинетика. 2021. Т. 27, № 4. С. 178–188. DOI: <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-4-178-188>

Щербачева А.М. Роль среды в самореализации человека с интеллектуальной недостаточностью // Инклюзивное образование: методология, практика, технологии. М., 2011. С. 44–46.

Borzova T.V., Plotnikova E.S. Specific Features Of Self-Realization In Students With Different Levels Of Self-Control. International Scientific Conference - Amurcon 2020. European Proceedings of Social and Behavioural Sciences. European, 2021, pp. 747-755. DOI: <https://doi.org/10.15405/epsbs.2021.06.03.100>

Globalisierung und Soziale Arbeit, Hrsg. Ulrich Pfeifer-Schaupp. Hamburg, VSA-Verlag, 2005, 237 p.

Rusu M. The Process of Self-Realization – From the Humanist Psychology Perspective. Psychology, 2019, № 10, pp. 1095-1115.

References

Abul'khanova-Slavskaja K.A. *Strategiia zhizni* [Life strategy]. Moscow, Mysl' Publ., 1991, 301 p. (In Russ.)

Agapov V.S. *Fundamental'nye idei v sovremennykh issledovaniakh samosoznaniia i a-kontseptsii sub"ekta* [Fundamental ideas in modern research on self-consciousness and self-concept of the subject]. *Filosofsko-psikhologicheskoe nasledie S.L. Rubinshteina* [Philosophical and psychological legacy of S.L. Rubinshtein], ed. by K.A. Abul'khanova, S.V. Tikhomirova. Moscow, IPRAN Publ., 2011, pp. 234-246. (In Russ.)

Vesna E.B. *Psikhologicheskie zakonomernosti i mekhanizmy protsessov sotsializatsii-individualizatsii v ontogeneze*: dis. ... d-ra psikhol. nauk [Psychological patterns and mechanisms of the process of socialization - individualization in ontogenesis: dis. ... Doctor of Psychology]. Moscow, 1998, 490 p. (In Russ.)

Vitkovskaia I.I. *Samorealizatsiia kak neot"emlemaia stupen' samoosushchestvleniia lichnosti* [Self-realization as an integral step in the self-realization of the individual]. *Russian Journal of Education and Psychology* [Russian Journal of Education and Psychology], 2015, No. 11 (55), pp. 545-553. (In Russ.)

Galushkin P.A. *Model' samorealizatsii lichnosti s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorov'ia* [Self-realization model of a person with disabilities]. *Prikladnaia iuridicheskaia psikhologiya* [Applied Legal Psychology], 2014, No. 1, pp. 84-92, (In Russ.)

Gerasimov V.P., Tsvetkova O.A. *Fenomenologiya i ontologiya samorealizatsii* [Phenomenology and ontology

of self-realization]. *Omskii nauchnyi vestnik* [Omsk Scientific Bulletin], 2013, No. 1 (115), pp. 104-107. (In Russ.)

Gorodilova E.N. *Samoaktualizatsiia i eyo sviaz' s integral'noi individual'nost'iu*: dis. ... kand. psikhol. nauk [Self-actualization and its connection with the integral individuality: dis. ... cand. psychol. sciences]. Permian Publ., 2002, 199 p. (In Russ.)

Degtiareva V.V. *Usloviia formirovaniia obrazovatel'nykh strategii sub"ektov inkluzivnogo obrazovaniia v sovremennom vuze* [Conditions for the Formation of Educational Strategies for Subjects of Inclusive Education in a Modern University], 2014, pp. 162–173. (In Russ.)

Dermanova I.B. *Differentsial'naia psikhologiya* [Differential psychology]. Moscow, Academia Publ., 2015, 192 p. (In Russ.)

Druzhinina S.V. *Resursnaya rol' intellekta i kreativnosti v samorealizatsii podrostkov starshego vozrasta* [Resource role of intellect and creativity in self-realization of older adolescents]. *Akmeologiya* [Acmeology], 2015, No. 4 (56), pp. 66-71.

Kudinov S.I., Kudinov S.S. *Psikhologicheskie osobennosti samorealizatsii lichnosti s ogranichennymi fizicheskimi vozmozhnostiami* [Psychological features of self-realization of a person with disabilities]. *Sibirskii pedagogicheskii zhurnal* [Siberian Pedagogical Journal], 2010, No. 5. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/psikhologicheskie-osobennosti-samorealizatsii-lichnosti-s-ogranichennymi-fizicheskimi-vozmozhnostiyami> (access date: 10.02.2022). (In Russ.)

Kudinov S.S., Kudinov S.I. *Samorealizatsiia lichnosti s ogranichennymi vozmozhnostiami zdorov'ia v setevom obrazovatel'nom prostranstve* [Self-realization of a person with limited health possibilities in the network educational space]. *Novaia psikhologiya professional'nogo truda pedagoga: ot nestabil'noi real'nosti k ustoychivomu razvitiu* [New psychology of professional work of a teacher: from unstable reality to sustainable development], 2021, No. 1. URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/samorealizatsiya-lichnosti-s-ogranichennymi-vozmozhnostiyami-zdorovya-v-setevom-obrazovatel'nom-prostranstve> (access date: 10.02.2022). (In Russ.)

Leont'ev D.A. *Psikhologiya svobody: k postanovke problemy samodeterminatsii lichnosti* [Psychology of freedom: to the formulation of the problem of self-determination of personality]. *Psikhologicheskii zhurnal* [Psychological journal], 2000, vol. 21, No. 1, pp. 15-25. (In Russ.)

Malenov A.A. *Resursy lichnosti i ikh realizatsiia v prostranstve psikhologicheskogo obrazovaniia: diss. ... kand. psikhol. nauk* [Personal resources and their implementation in the space of psychological education: DSc thesis]. Omsk, 2021, 220 p. (In Russ.)

Os'muk L.A. *Samorealizatsiia studentov s invalidnost'iu kak bazovyi mekhanizm sotsial'noi inklui-*

zii [Self-realization of students with disabilities as a basic mechanism of social inclusion]. *Psikhologicheskaya nauka i obrazovanie* [Psychological Science and Education], 2018, vol. 23, No. 2, pp. 59–67. DOI: 10.17759/pse.2018230207 (In Russ.)

Os'muk L.A., Mel'nikova M.S. *Psikhosotsial'noe blagopoluchie studentov s ogranichennymi vozmozhnostyami zdorov'ia v sisteme vysshei shkoly* [Psychosocial well-being of students with disabilities health opportunities in the system of higher education]. *Psikhologo-pedagogicheskie issledovaniia* [Psychological and pedagogical research], 2019, vol. 11, No. 3, pp. 84–94. DOI: 10.17759/psyedu.2019110307 (In Russ.)

Rodzher K. *Vzgliad na psikhoterapiu. Stanovlenie cheloveka* [A look at psychotherapy. Becoming a man]. Moscow, Progress Publ., 1994, p. 478 (In Russ.)

Rybalko E.F. *Dinamika osnovnykh kharakteristik cheloveka v razlichnye periody ego zrelosti* [Dynamics of the main characteristics of a person in different periods of his maturity]. *Khrestomatiia po vozrastnoi psikhologii* [Reader on developmental psychology], 1996, 304 pp. (In Russ.)

Selezneva E.V. *Smyslovye determinanty samorealizatsii* [Semantic determinants of self-realization]. *Mir*

psikhologii [World of psychology], 2010, No. 4 (64), pp. 78-91 (In Russ.)

SHipova N.S., Opekina T.P. *Kompleksnyj analiz fenomena samorealizatsii: perspektiva sozdaniya sistemnoj modeli* [Comprehensive analysis of the phenomenon of self-realization: the prospect of creating a system model]. *Vestnik Kostromskogo gosudarstvennogo universiteta. Ser.: Pedagogika. Psihologiya. Sociokinetika* [Bulletin of the Kostroma State University. Series: Pedagogy. Psychology. Sociokinetics], 2021, No. 4 (27), pp. 178-188. URL: <https://doi.org/10.34216/2073-1426-2021-27-4-178-188>.

Shcherbakova A.M. *Rol' sredy v samorealizatsii cheloveka s intellektual'noi nedostatochnost'iu* [The role of the environment in the self-realization of a person with intellectual disabilities]. *Inklyuzivnoe obrazovanie: metodologiya, praktika, tekhnologii* [Inclusive education: methodology, practice, technology]. Moscow, 2011, pp. 44-46 (In Russ.)

Статья поступила в редакцию 14.04.2022; одобрена после рецензирования 03.07.2022; принята к публикации 03.07.2022.

The article was submitted 14.04.2022; approved after reviewing 03.07.2022; accepted for publication 03.07.2022.

НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОЕ ИЗДАНИЕ

ВЕСТНИК

Костромского государственного университета

Серия:
ПЕДАГОГИКА. ПСИХОЛОГИЯ. СОЦИОКИНЕТИКА

2022 – № 2

Учредитель и издатель

Федеральное государственное бюджетное
образовательное учреждение высшего образования
«Костромской государственный университет»

Главный редактор

Самохвалова Анна Геннадьевна

доктор психологических наук, кандидат педагогических наук, доцент,
Костромской государственный университет

Компьютерная верстка

А.Н. Коврижных

Журнал зарегистрирован
Федеральной службой по надзору в сфере связи,
информационных технологий и массовых коммуникаций (Роскомнадзор)
Свидетельство о регистрации: ПИ № ФС 77-75261 от 07.03.2019 г.

Подписано в печать 08.06.2022.
Дата выхода в свет .11.2022.
Формат 60×90 1/8. Усл. печ. л. 23,3.
Уч.-изд. 24,2 л.
Тираж 500 экз.
Заказ № 100.

Подписной индекс: **18988**
Адрес редакции, адрес издательства, адрес типографии:
156961, Костромская обл., г. Кострома, ул. 1 Мая, д. 14.
Телефон: **(4942) 39-16-56**, факс: **(4942) 31-13-22**,
E-mail: vestnik@ksu.edu.ru

Цена свободная
При перепечатке ссылка обязательна