

Журнал «Вестник Санкт-Петербургского университета»

серия: «Философия  
и социально-политические науки»

ОЛЬВИНСКАЯ Ю.Л.

ГАРМОНИЧНОСТЬ ПСИХОЛОГИЧЕСКОЙ ОРГАНИЗАЦИИ  
ЛИЧНОСТИ КАК ОСНОВА ДЛЯ РАЗВИТИЯ ПОТЕНЦИАЛА  
САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

Санкт-Петербург

2006 г.

В современную эпоху быстрых социальных изменений, заставляющих личность постоянно перестраивать свои сложившиеся жизненные отношения и преобразовывать себя, проблема использования и развития человеческого потенциала встает качественно новым образом. Особенно актуальным становится вопрос о необходимости создания условий для самоактуализации, развития творческого потенциала, мотивации к личностному росту психологов, педагогов, воспитателей, врачей, социальных работников, в сферу профессиональной деятельности которых входит воспитание, обучение и оказание помощи другим людям. Для людей этих специальностей высокий уровень личностной зрелости, психическое здоровье и степень самоактуализации являются не только профессионально значимыми характеристиками, но и основными факторами, определяющими эффективность работы.

Несмотря на активный интерес современных исследователей к концепции самоактуализации, автором которой считается А. Маслоу, единого представления о том, что представляет собой феномен самоактуализации, до сих пор не выработано. В настоящее время отсутствует целостный подход к психологическому анализу проблемы самоактуализации личности: существуют различия в интерпретации основных терминов, таких, например, как «самоактуализация», «самореализация», «личностный рост», «гармоничная личность», не разработаны четкие общепринятые определения и критерии. Все это сдерживает развитие дальнейших исследований в направлении развития потенциала самоактуализации личности.

В основу разрабатываемой модели самоактуализирующейся личности, интегрирующей большинство представлений о феномене самоактуализации, были положены: 1) фундаментальные положения гуманистиче-

ской психологии, определяющие личность как самосовершенствующуюся систему, поведение которой основано на субъективных переживаниях, стремлении к самоактуализации (self-actualization), самореализации (self-realization), и реализации своих возможностей (self-fulfillment) (А. Маслоу, К. Роджерс, Э. Шостром, Р. Мэй); 2) теоретические и экспериментальные исследования проблем индивидуальности, процессов гармонического развития и гармонического воспитания личности, развития личности в процессе жизнедеятельности, соотношения внешнего и внутреннего факторов в развитии индивидуальности (С. Л. Рубинштейн, Б.Г. Ананьев, Б.И. Додонов, Л.И. Божович, Л.И. Анцыферова, К.А. Абульханова - Славская, В.Э. Чудновский и др.); 3) идеи и представления отечественных и зарубежных исследователей: о критериях личностного роста, методах психокоррекции личности (С.Л. Братченко и М.Р. Миронова, Г.Л. Исурина, С.И. Макшанов, Е.В. Сидоренко, Н.Ю. Хрящева и др.); о психологических механизмах самодетерминации, лежащих в основе свободы человека (Д.А. Леонтьев), а также результаты многолетнего авторского исследования феномена самоактуализации личности, проводимого с 1993 г.

Анализ психологических исследований, проведенный с точки зрения соотнесения основных положений теории самоактуализации А. Маслоу с подходами, принятыми в отечественной науке, позволил выявить, что понятие «самоактуализирующаяся личность» в теории А. Маслоу по основным характеристикам соответствует понятию «гармоничная личность» в отечественной психологии. Во многих случаях эти термины употребляются как синонимы. Однако, несмотря на то, что в психологической литературе вопросы детерминирующих факторов гармоничного развития лич-

ности в раннем онтогенезе рассматриваются достаточно подробно, проблема развития уровня самоактуализации взрослых людей, не имевших в детском возрасте оптимальных условий для гармоничного развития, остается недостаточно разработанной.

Также, можно отметить, что характеристики самоактуализирующихся людей <sup>1</sup>, критерии личностной зрелости <sup>2</sup> и признаки гармоничной личности <sup>3</sup> носят преимущественно описательный и несистематизированный характер. В большинстве случаев оценить личность по этим критериям возможно лишь при более или менее продолжительном наблюдении за реальным поведением людей.

Наиболее известными тестами для оценки уровня самоактуализации являются «Самоактуализационный тест» (САТ) <sup>4</sup> и тест по оценке уровня самоактуализации личности (САМОАЛ) <sup>5</sup>. Обе методики разработаны на основе теста Э. Шостром «Personal Orientation Inventory» (POI).

Несмотря на несомненные достоинства, данные методики не позволяют однозначно определить границы между высокой, средней и низкой степенью самоактуализации. Предельные значения параметров теста САТ авторами рекомендуется интерпретировать как проявление «псевдосамоактуализации», что, на наш взгляд, может затруднять дифференциацию испытуемых с объективно высоким уровнем самоактуализации и людей, демонстрирующих проявления «псевдосамоактуализации». Кроме того, сам феномен «псевдосамоактуализации» авторами теста САТ подробно не описан. САТ и САМОАЛ ориентированы преимущественно на когнитивную сферу испытуемого и являются восприимчивыми к выбору ответов «социальной желательности». Данные обстоятельства могут существенно

затруднять диагностическую и коррекционную работу в области развития потенциала самоактуализации личности.

Исследование эффективности использования теста САТ при определении степени самоактуализации личности, проведенное в 1993-1999 гг. среди студентов минских вузов и слушателей курсов повышения квалификации социологических специальностей (общее количество испытуемых составило 442 чел. в возрасте от 17 до 54 лет) позволило рассчитать диапазон «нормы», а также обратить внимание на ряд несоответствий между результатами диагностики по тесту САТ и результатами наблюдений за поведением испытуемых в процессе тренингов. Так, например, у отдельных испытуемых после прохождения тренингов личностного роста было зафиксировано незначительное, но, тем не менее, снижение результатов по базовым шкалам теста САТ (шкалы «Ориентация во времени» и «Поддержка»). Однако эти же испытуемые во время выполнения практических упражнений демонстрировали поведение, соответствующее критериям самоактуализирующейся личности: открытость новому опыту, эмоционально благоприятное отношение к себе и к окружающим, адекватное выражение эмоций, способность к конструктивному разрешению конфликтных ситуаций и т.п.

Также был отмечен ряд особенностей поведения испытуемых, результаты тестирования которых превышали верхнюю границу рассчитанного диапазона «нормы» (выше  $T=60$ ), что свидетельствовало о проявлении феномена «псевдосамоактуализации». У таких испытуемых при выполнении тренинговых заданий активность и успешность проявлялись в основном на вербальном уровне. Наибольший интерес у них был прояв-

лен к содержанию теоретических и информационных модулей тренинговой программы, а также к анализу поведения других участников группы.

В то же время отмеченные испытуемые демонстрировали низкий уровень самораскрытия и мотивации к самоанализу. Наиболее сложным модулем тренинговой программы, как правило, для них оказывался блок, связанный с интеграцией эмоционального, интеллектуального и поведенческого компонентов личности. При хорошем уровне осведомленности о психологических особенностях и закономерностях поведения людей, обширных знаниях о природе человека, данные испытуемые обнаруживали серьезные затруднения при выполнении тренинговых заданий, требующих проявления таких личностных качеств как спонтанность, гибкость поведения, эмоционально-положительное отношение к самому себе, принятие и анализ собственного негативного опыта, адекватное выражение эмоций.

Кроме того, в процессе наблюдения отмечалось, что в структуре высказываний испытуемых преобладали высказывания, характерные для проявления иррациональных убеждений: потребность в одобрении, высокий уровень ожиданий от себя, склонность к обвинениям, эмоциональная безответственность, тревожная сверхзабоченность, избегание проблем, зависимость от других, беспомощность относительно изменений и т.п.

Таким образом, было выявлено, что отмеченные испытуемые демонстрировали поведение, по основным характеристикам не соответствующее описаниям самоактуализирующихся личностей, что противоречило высоким результатам по тесту САТ. Последующее тестирование, по методике «Индекс жизненного стиля» (ИЖС) <sup>6</sup> показало практически у всех испытуемых, результаты которых превышали диапазон «нормы» по тесту САТ,

наличие высокой степени напряженности механизмов психологических защит. Сопоставление результатов тестов САТ и интерпретации проективной методики «Рисунок несуществующего животного» (РНЖ) <sup>7</sup> отмеченных испытуемых с их реальным поведением в ситуации тренинга позволило обнаружить большее соответствие между реальным поведением и интерпретацией симптомокомплексов РНЖ, и меньшее соответствие между реальным поведением испытуемых и показателями теста САТ.

На основании данного опыта и имеющейся теоретической информации нами была разработана модель самоактуализирующейся личности.

На наш взгляд, основой и необходимым условием для процесса самоактуализации является гармоничность психологической организации личности.

Гармоничность психологической организации самоактуализирующейся личности определяется:

- **сформированностью** интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности личности;
- **сбалансированностью** (соразмерностью) развития интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности личности;
- **интегрированностью** (тесной взаимосвязью и внутренней согласованностью) интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности личности.

Под сферой жизнедеятельности здесь понимается область проявления комплексов психологических свойств личности, происходящих в интра- и интерперсональных планах. Выделение интеллектуального, эмоционального и поведенческого аспектов позволяет описать характерные проявления личности в этих сферах жизнедеятельности <sup>8</sup>.

Основой интраперсонального плана в каждой из сфер является наличие разнообразного опыта, закрепленного в соответствующих навыках: в интеллектуальной сфере — наличие опыта решения различных интеллектуальных задач, в том числе, задач, связанных с самим процессом жизнедеятельности личности; в эмоциональной сфере — наличие разнообразного эмоционального опыта, опыта переживаний; в поведенческой сфере — наличие разнообразного поведенческого опыта, опыта саморегуляции.

Основой интерперсонального плана в каждой из сфер является наличие разнообразного опыта реализации личностью внутренних психологических ресурсов при взаимодействии с внешним миром.

Характеристики *сформированности* каждой из сфер жизнедеятельности во многом совпадают с характеристиками, традиционно применяемыми при описании личности, достигшей уровня личностной зрелости<sup>9</sup>, однако здесь предпринята попытка описать эти характеристики в более конкретизированной форме и систематизировать их по сферам проявления. Также, необходимо отметить, что в контексте развития потенциала самоактуализации термин «сформированность», в отличие от понятия «зрелость», представляется более корректным, так как предполагает результат целенаправленной работы и исключает иллюзию того, что, - по выражению Д.А. Леонтьева, - «что-то будет расти само»<sup>10</sup>.

Приведем наиболее значимые, на наш взгляд, параметры, характеризующие *сформированность* каждой из сфер жизнедеятельности.

### **Интеллектуальная сфера**

#### ***Интраперсональные критерии:***

— наличие опыта решения различных интеллектуальных задач, в том числе, задач, связанных с самим процессом жизнедеятельности личности;



- наличие наиболее полной, адекватной и точной информации о себе, о людях, о мире, сформированность картины мира;
- умение получать необходимую информацию о себе, о людях, о мире;
- умение распознавать истинную и ложную, объективную и субъективную информацию о себе, о людях, о мире;
- внутренняя открытость, готовность к восприятию новых знаний о себе, о людях, о мире.

***Интерперсональные критерии:***

- отсутствие иррациональных убеждений;
- умение использовать имеющуюся информацию о себе, о людях, о мире;
- независимость, автономность суждений о себе, о людях, о мире;
- активный интерес к новым знаниям о себе, о людях, о мире.

Основным психологическим механизмом, обеспечивающим эффективную реализацию внутренних предпосылок в интеллектуальной сфере при взаимодействии личности с внешним миром и другими людьми, а также механизмом, обеспечивающим развитие интеллектуальной сферы является *понимание*. В данном контексте понимание трактуется по Д.А. Леонтьеву — как процесс познания, сопровождаемый переструктурированием картины реальности, при котором плавное накопление новой информации приводит к скачкообразному изменению структурного порядка.

**Эмоциональная сфера**

***Интраперсональные критерии:***

- наличие разнообразного эмоционального опыта, опыта переживаний;
- эмоционально позитивное отношение к себе;
- богатство, насыщенность эмоциональных переживаний;

- принятие себя, людей, мира такими, какие они есть;
- открытость для нового эмоционального опыта, например, опыта пиковых переживаний.

***Интерперсональные критерии:***

- преимущественно позитивное, доброжелательное отношение к окружающим людям и к миру в целом;
- способность к искреннему взаимодействию с людьми, к эмпатии, сопереживанию, способность к эмоциональному восприятию окружающего мира, природы, искусства;
- способность к переживанию нового эмоционального опыта, способность к пиковым переживаниям.

Основным психологическим механизмом, обеспечивающим эффективную и адекватную реализацию внутренних предпосылок в эмоциональной сфере при взаимодействии личности с внешним миром, является ***принятие***, а, при взаимодействии с другими людьми, основной способностью можно назвать способность к ***сопереживанию***.

**Поведенческая сфера**

***Интраперсональные критерии:***

- отсутствие поведенческих стереотипов;
- наличие опыта саморегуляции, в т.ч. опыта преодоления неблагоприятных ситуаций;
- открытость для нового поведенческого опыта.

***Интерперсональные критерии:***

- способность к спонтанному поведению;

- способность к гибкому произвольному поведению, основанному на понимании и принятии внутренних мотивов, своих целей и особенностей актуальной внешней ситуации;
- способность к обучению новым стратегиям поведения в различных ситуациях.

При взаимодействии с другими людьми основной способностью в поведенческой сфере можно назвать способность к *содействию и сотрудничеству*.

Необходимо отметить, что общими характеристиками сформированности для каждой из сфер являются: 1) наличие определенного жизненного опыта и 2) открытость новому жизненному опыту.

Анализ содержательных аспектов имеющегося жизненного опыта во многом позволяет определить потенциал самоактуализации личности. Так, например, опыт удовлетворения базовых потребностей (физиологических, потребностей в безопасности, потребностей в любви), закрепленный в эмоциональной, интеллектуальной и поведенческой сферах, является основой для развития мотивации роста. На содержание жизненного опыта обращал внимание и А. Маслоу: «Можно предположить, что у людей, которые большую часть жизни, и особенно в раннем детстве, были удовлетворены в своих базовых потребностях, развивается особый иммунитет к возможной фрустрации данных потребностей, что фрустрация не страшит их хотя бы потому, что они обладают сильным, здоровым характером, истоки которого лежат в базовом чувстве удовлетворенности»<sup>11</sup>.

Также определяющим содержательным критерием для оценки потенциала самоактуализации личности, на наш взгляд, является наличие осмысленных целей, истоки которых лежат выше уровня дефицитарных

потребностей: по иерархии, предложенной А. Маслоу – это области потребностей в любви и принадлежности (семья, дружба), в уважении (самоуважение, признание) и потребностей в самовыражении (развитие способностей, самоактуализация).

Здесь важно отметить, что с социологической точки зрения люди с разными психологическими потребностями могут вести сходный образ жизни и декларировать сходные цели. Однако, в основе сознательно поставленных внешних целей могут лежать потребности, находящиеся на разных уровнях (по иерархии А. Маслоу). Так, например, выбор «помогающей» профессии (врача, педагога, психолога) у одного человека может быть обусловлен потребностью реализовать свои способности, например, способность к обучению других людей, а у другого человека тот же профессиональный выбор является результатом стремления компенсировать ранее неудовлетворенные потребности в безопасности, любви и принадлежности. При этом истинные потребности не всегда могут осознаваться самим человеком. Для определения потенциала самоактуализации личности важно выяснить, каково психологическое обеспечение одного и того же социального образа жизни у разных индивидов, какой психологической ценой платит человек за свой сознательный выбор. На наш взгляд, **большим** потенциалом самоактуализации обладает тот человек, истинные потребности которого согласованы с сознательно поставленными целями и его реальным образом жизни.

В качестве параметров **интегрированности** сфер жизнедеятельности личности нами выделяются *согласованность* и *взаимосвязь*.

**Согласованность** означает соответствие внешнего поведения внутренним мотивам на фоне полного осознания и позитивного эмоциональ-

ного отношения личности к этому процессу. В основе согласованности лежит соответствие глубинных, бессознательных мотивов личности и осознаваемых личностью целей. Для самого человека критериями согласованности могут служить соответствие полученного результата поставленным целям, внутренним прогнозам и ожиданиям, эмоциональное удовлетворение результатом своей деятельности и принятие способов достижения этого результата. Высшая степень согласованности проявляется в одновременности, синхронности функционирования интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер.

На наш взгляд, именно эту особенность отмечал А. Маслоу при описании пиковых переживаний: «Мы обнаружили, что пиковое переживание содержит два компонента: эмоциональный (экстаз) и интеллектуальный (озарение, просветление)»<sup>12</sup>.

В основе *взаимосвязи* лежит эффективный информационный обмен между всеми сферами жизнедеятельности личности. Для самого человека критерием хорошей взаимосвязи между интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сферами может служить адекватное поведение, соответствующее особенностям внешней ситуации, основанное на понимании и принятии внутренних мотивов, истинных целей при полном осознании собственного отношения к этому процессу. *Осознавание* является сквозным процессом и основным механизмом, обеспечивающим тесную взаимосвязь и согласованное функционирование трех сфер жизнедеятельности личности.

Взаимосвязь и согласованность между сферами жизнедеятельности А Маслоу описывал как внутреннюю синергию здорового человека: «Синергия может ... существовать внутри индивидуума как единство между

мыслью и действием. Принуждение себя к действию указывает на определенный конфликт мотивов. В идеале человек делает то, что ему следует делать»<sup>13</sup>.

Таким образом, *потенциал самоактуализации личности* можно определить:

- гармоничностью психологической организации внутреннего мира личности,
- наличием опыта удовлетворения базовых потребностей,
- согласованностью истинных потребностей и реально достигаемых целей.

В случае наличия целей, направленных на реализацию потребностей, находящихся в областях потребностей в любви, принадлежности, уважении и самовыражении, активности, направленной их достижение, а также реальных результатов, свидетельствующих о реализации этих целей, с большей долей уверенности можно утверждать, что личность является не только гармоничной, но и самоактуализирующейся.

Схема модели гармоничного соотношения, сбалансированности и взаимодействия трех сфер жизнедеятельности самоактуализирующейся личности может быть представлена в виде трех пересекающихся друг с другом окружностей одинакового радиуса. Сами окружности символизируют три сферы жизнедеятельности – интеллектуальную, эмоциональную и поведенческую. Зоны пересечения окружностей друг с другом символизируют области взаимодействия каждой из сфер жизнедеятельности личности. Зона пересечения всех трех окружностей в символическом виде отображает область интеграции – чем больше площадь пересечения, тем более интегрированная личность представлена в данной модели.

В процессе проведения тренингов личностного роста описанная модель была использована в качестве визуальной метафоры, иллюстрирующей соотношение и взаимосогласованность трех сфер жизнедеятельности личности. Наибольшая площадь пересечения всех трех окружностей (зона интеграции) достигалась путем совмещения всех трех сфер жизнедеятельности, в результате чего образовывался круг, что как нельзя лучше иллюстрировало такие понятия как «целостность» или «абсолютная интеграция» - состояния, характерные для пиковых переживаний (по А. Маслоу). В развитие данной метафоры трем зонам жизнедеятельности были присвоены условные цвета: эмоциональной зоне – красный, интеллектуальной – синий, поведенческой – зеленый. Выбор цветов был обусловлен наиболее часто встречающимися в литературе символическими значениями этих цветов <sup>14</sup>. Исходя из данного выбора, согласно закону слагательного смешения цветов <sup>15</sup>, при сложении красного, синего и зеленого цветов, результирующим (суммарным) цветом будет белый. Таким образом, абсолютное единство чувства, мысли и действия можно было отобразить в виде белого круга, что символизировало то состояние, которое сам А. Маслоу, описывая вершинные переживания, называл просветлением.

Описанная визуальная модель, несомненно, является очень общей метафорой, однако, на наш взгляд, обладает большим объяснительным потенциалом при описании различных психологических состояний человека и динамики взаимодействия его основных сфер жизнедеятельности в контексте развития потенциала самоактуализации личности.

Теоретическая модель гармоничной организации внутреннего мира личности, по нашему мнению, позволяет:

- 1) выделить критерии дисгармоничности;
- 2) описать наиболее типичные проявления дисгармоничности психологической организации личности;
- 3) определить методы диагностики дисгармоничности психологической организации личности;
- 4) определить цели и задачи по коррекции и развитию каждой из сфер жизнедеятельности личности;
- 5) определить методы гармонизации и развития потенциала самоактуализации личности.

Согласно данной модели гармоничности психологической организации личности, в качестве **критериев дисгармоничности** можно выделить:

- *несформированность* интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности;
- *несбалансированность* (несоразмерность) развития интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности личности;
- *дезынтегрированность* (отсутствие взаимосвязи и внутренней согласованности) интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер жизнедеятельности личности.

Приведем характеристики *несформированности* каждой из сфер жизнедеятельности.

#### **Интеллектуальная сфера:**

- отсутствие необходимых знаний, либо неточная, искаженная информация о себе, о людях, о мире, несформированность адекватного представления о себе, несформированность определенной картины мира;
- небольшой опыт решения различных интеллектуальных задач, в том числе, задач, связанных с самим процессом жизнедеятельности личности;



- неумение получать и грамотно использовать информацию о себе, о людях, о мире;
- неумение распознавать объективную и субъективную информацию;
- закрытость для новых знаний.

В качестве *критериев несформированности* интеллектуальной сферы можно выделить: наличие большого количества иррациональных убеждений; оценочную позицию по отношению к себе, людям, миру; зависимость суждений о себе о людях, о мире; отсутствие интереса к самопознанию, познанию людей, окружающего мира.

#### **Эмоциональная сфера:**

- отсутствие разнообразного эмоционального опыта, опыта переживаний;
- бедность эмоциональных реакций, переживаний, определенная степень «эмоциональной тупости»;
- преимущественно негативное отношение к себе, к людям, к миру;
- неспособность к искреннему выражению собственных эмоций;
- неспособность к сопереживанию, эмпатии;
- закрытость для нового эмоционального опыта.

В качестве *критериев несформированности* эмоциональной сферы можно выделить: наличие высокой степени напряженности психологических защит, низкую самооценку, преобладание пониженного фона настроения и преимущественно негативного отношения к себе, окружающим людям и миру в целом.

#### **Поведенческая сфера:**

- преобладание ролевого поведения, наличие большого количества поведенческих стереотипов, неспособность к спонтанному и гибкому произвольному поведению;

- неумение адекватно действовать в соответствии с собственными целями, особенностями актуальной ситуации при внутренней рассогласованности чувств и мыслей;
- взаимодействие с людьми при помощи различного рода психологических «игр» и манипуляций;
- неспособность к содействию и конструктивному сотрудничеству;
- закрытость для нового поведенческого опыта.

**Критерии несформированности** поведенческой сферы: низкая степень саморегуляции, наличие защитного поведения, неумение адекватно действовать в нестандартной ситуации.

#### **Критерии несбалансированности.**

Под несбалансированностью здесь понимается несоразмерное развитие одной из сфер жизнедеятельности по сравнению с другими. Причем, к несоразмерности развития можно отнести как чрезмерное развитие одной из сфер при несформированности других, так и недостаточное развитие одной из сфер жизнедеятельности при сформированности остальных.

#### **Критерии дезынтегрированности.**

Взаимосвязь между интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сферами жизнедеятельности, предполагающая хороший информационный обмен между всеми сферами, возможна при отсутствии психологических барьеров между ними. В качестве основных психологических барьеров, препятствующих осуществлению информационного обмена, а, следовательно, и согласованного взаимодействия всех сфер жизнедеятельности, можно выделить: а) в *эмоциональной* сфере — наличие высокой степени напряженности психологических защит; б) в *интеллектуальной* — наличие большого количества иррациональных убеждений;

в) в поведенческой — наличие большого количества неосознаваемых поведенческих стереотипов, обусловленных как психологическими защитами (в интраперсональном плане), так и ролевым поведением (в интерперсональном плане).

Таким образом, феномен псевдосамоактуализации личности может быть описан как частный случай дисгармоничности психологической организации личности: дисбаланс соотношения развития интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сфер – преимущественное развитие интеллектуальной сферы на фоне отсутствия интеграции имеющегося интеллектуального знания в собственный эмоциональный и поведенческий опыт.

Также можно предположить, что комбинируя возможные сочетания сформированности, сбалансированности и взаимосвязи трех сфер жизнедеятельности личности, можно обнаружить многочисленные соответствия между определенными моделями дисгармоничности личности и различными типологиями характера, такими, например, как акцентуации характера. Однако, это направление выходит за рамки данной статьи и подробно здесь рассмотрено не будет.

На основе модели гармоничной организации личности был сформирован диагностический комплекс, включающий стандартизированные и проективные методики, позволяющий, более точно оценивать потенциал самоактуализации личности и проводить дифференциацию между самоактуализацией и псевдосамоактуализацией.

В диагностический комплекс были включены: 1) «Самоактуализации тест»; 2) «Рисунок несуществующего животного»; 3) «Индекс жизненного стиля».

Шкалы *ценностной ориентации, представлений о природе человека, синергии, познавательных потребностей* и *креативности* теста САТ позволяют оценить степень сформированности интеллектуальной сферы; шкалы *самоуважения* и *самопринятия* — степень сформированности эмоциональной сферы; шкалы *сензитивности* и *принятия агрессии* отражают степень взаимодействия интеллектуальной и эмоциональной сфер; шкалы *спонтанности* и *контактности* — степень взаимодействия эмоциональной и поведенческой сфер; шкала *гибкости поведения* определяет степень взаимодействия интеллектуальной и поведенческой сфер. Большая разница между результатами по любым из выделенных шкал теста САТ может свидетельствовать об определенном психологическом дисбалансе. Результаты по базовым шкалам — *компетентности во времени* и шкале *поддержки*, определяющим степень самоактуализации личности, — рекомендуется сопоставлять с результатами теста РНЖ.

Графический тест РНЖ относится к категории проективных методов, позволяющих исследовать трудно объективируемые, ускользающие при использовании традиционных психодиагностических методик, глубинные слои личности, и позволяет оценивать степень выраженности тревожности, агрессивности, уверенности и иных психологических характеристик испытуемого, а также выдвигать гипотезы о наличии скрытых внутриличностных конфликтов<sup>16</sup>. Интерпретация графических и содержательных признаков рисунка дает возможность оценить степень сформированности эмоциональной, интеллектуальной и поведенческой сфер. При обнаружении противоречий между результатами интерпретации РНЖ и результатами по тесту САТ необходимо учитывать психологические особенности испытуемых, «проявленные» в проективном графическом тесте.

ИЖС позволяет оценивать степень напряженности механизмов психологических защит. Высокие баллы по данному тесту могут свидетельствовать о наличии психологических барьеров, а, следовательно, и о низкой степени взаимосвязи между интеллектуальной, эмоциональной и поведенческой сферами.

Сопоставление результатов тестов САТ, РНЖ и ИЖС, как показал опыт, дает более точную картину соответствия психологических характеристик испытуемого характеристикам самоактуализирующейся личности.

Представляется, что данный психодиагностический комплекс может дополняться и изменяться в рамках изложенной модели. Так, например, дополнительное тестирование по методике Эллиса может выявить степень иррациональных убеждений, свидетельствующую о наличии/отсутствии психологических барьеров в интеллектуальной сфере. Также весьма продуктивным представляется использование теста «Смыслжизненных ориентаций» (СЖО) <sup>17</sup>, позволяющего определить степень субъективной осмысленности жизни. Степень субъективной осмысленности жизни, при условии гармоничности психологической организации личности, может служить одним из критериев уровня самоактуализации. Основными принципами, которые должны сохраняться при формировании диагностического комплекса, определяющего степень гармоничности личности, являются принцип охвата всех перечисленных ранее сфер жизнедеятельности человека, и принцип сочетания проективных методик со стандартизированными методами, что позволяет усилить результативность диагностики и прогноза, глубже проникнуть в глубины личности, выделяя среди известной типологии индивидуальные особенности, свойственные данной личности и конкретному возрастному периоду.

Результаты диагностики особенностей психологической организации внутреннего мира позволяют разработать конкретные методы по развитию каждой из сфер жизнедеятельности личности, способствующие гармонизации ее психологической организации, а, следовательно, и развитию потенциала самоактуализации личности в целом.

---

<sup>1</sup> Маслоу А. 1) Дальние пределы человеческой психики. СПб., 1999. 432 с. 2) Психология бытия. М., 1997. 304 с. 3) Мотивация и личность. СПб., 1999. 478 с. 4) Новые рубежи человеческой природы. М., 1999. 425 с.

<sup>2</sup> Братченко С.Л., Миронова М.Л. Личностный рост и его критерии. // Психологические проблемы самореализации личности / Под. ред. А.А. Крылова, Л.А. Коростылевой. СПб., 1997. С.38 — 46.

<sup>3</sup> Абульханова-Славская К.А. Развитие личности в процессе жизнедеятельности // Психология формирования и развития личности. М., 1981. С. 19—44. Анцыферова Л.И. К психологии личности как развивающейся системы // Психология формирования и развития личности. М., 1981. С. 3—19. Божович Л.И. Психологический анализ условий формирования и строения гармонической личности // Психология формирования и развития личности. М., 1981. С. 257—284.

<sup>4</sup> Алешина Ю.Е., Гозман Л.Я., Дубовская Е.М. Социально-психологические методы исследования супружеских отношений. М., 1987. 120 с.

<sup>5</sup> Маслоу А. Психология бытия. С. 283—300.

<sup>6</sup> Психологическая диагностика индекса жизненного стиля. Пособие для врачей и психологов / под ред. Л.И. Вассермана. СПб., 1999. 48 с.

<sup>7</sup> Бурлачук Л.Ф., Морозов С.М. Словарь-справочник по психодиагностике. СПб., 1999. С. 206—207.

---

<sup>8</sup> *Исурина Г.Л.* Личностно-ориентированная (реконструктивная) психотерапия и основные тенденции ее развития // Психотерапия: от теории к практике / Сб. материалов I съезда Российской Психотерапевтической Ассоциации. СПб., 1995. С.81—88.

<sup>9</sup> *Братченко С.Л., Миронова М.Л.* Указ. соч. С. 44—46.

<sup>10</sup> *Леонтьев Д.А.* Симбиоз и адаптация или автономия и трансценденция: выбор личности в непредсказуемом мире. // Личность в современном мире: от стратегии выживания к стратегии жизнотворчества / под ред. Е.И. Яцуты. Кемерово, 2002. С. 3—34.

<sup>11</sup> *Маслоу А.* Мотивация и личность. С. 98.

<sup>12</sup> *Маслоу А.* Новые рубежи человеческой природы. С. 85.

<sup>13</sup> *Фейдимен Д., Фрейгер Р.* Личность и личностный рост / Вып. 3. М., 1993. 137 с.

<sup>14</sup> *Базыма Б.А.* Цвет и психика. Харьков, 2001. 172 с.

<sup>15</sup> *Миронова Л.Н.* Цветоведение. Минск., 1984. 286 с.

<sup>16</sup> *Ольвинская Ю.Л.* 1) Возможности проективных технологий в современной системе образования. // Образование, повышение квалификации и региональное развитие; Материалы междунар. конф. - Мн.: ИПК и П РРСО, 1994. - С. 300-302; 2) Проективные методы психологии в обеспечении диагностико-коррекционной работы с подростками // Образование и повышение квалификации работников образования. - Вып. 6.- Мн.: ИПК и П РРСО, 1994.- С. 64-74; 3) Проективные методы психологии в обеспечении развития потенциала самоактуализации личности // Материалы V Международной конференции «Социально-психологическая реабилитация населения, пострадавшего от экологических и техногенных катастроф». Минск, 1999. С. 68.

<sup>17</sup> *Леонтьев Д.А.* Указ. соч.

---

Печатается в соответствии с решением редколлегии журнала «Вестник Санкт-Петербургского университета» серия: «Философия и социально-политические науки».

Депонированная рукопись

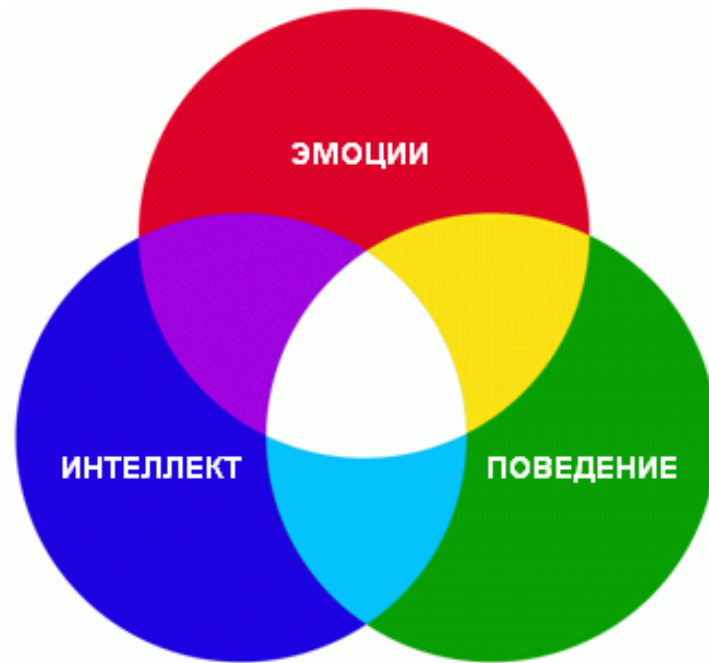
Гармоничность психологической организации личности как основа для развития потенциала самоактуализации / Ольвинская Ю. Л. - СПбГУ. - СПб., 2005. – 23 с. - Библиогр. 17 назв. - Рукопись деп. в ИНИОН РАН № 59603 от 29.12.05.

Актуальность данной темы определяется потребностью системы современного образования в научно обоснованных методах развития потенциала самоактуализации личности, создания условий для развития мотивации к личностному росту психологов, педагогов, воспитателей, врачей, социальных работников, в сферу профессиональной деятельности которых входит воспитание, обучение и оказание помощи другим людям.

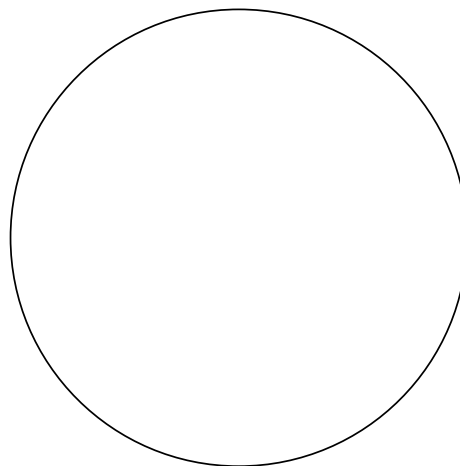
В статье рассматривается вопрос о соотношении понятий «гармоничная личность» и «самоактуализирующаяся личность»: систематизируются характеристики, выделяются критерии гармоничной личности, предлагается теоретическая модель самоактуализирующейся личности, интегрирующая большинство представлений о феномене самоактуализации; приводится описание диагностического комплекса, позволяющего проводить дифференциацию между самоактуализацией и псевдосамоактуализацией, а также разрабатывать практические методы, способствующие развитию потенциала самоактуализации личности взрослых людей.



Приложение к статье Ольвинской Ю. Л.  
«Гармоничность психологической организации личности  
как основа для развития потенциала самоактуализации»



**Рис. 1.** Модель гармоничного соотношения, сбалансированности и взаимодействия трех сфер жизнедеятельности самоактуализирующейся личности



**Рис. 2.** Модель абсолютно интегрированной личности, либо психологического состояния личности в момент «пиковых» переживаний.