

# МОТИВАЦИЯ И ДУХОВНОСТЬ ЛИЧНОСТИ

В.Н. Иванченко, Е.С. Плотникова

## САМОДЕТЕРМИНАЦИЯ В СТРУКТУРЕ ЛИЧНОСТНОГО САМООПРЕДЕЛЕНИЯ В ЮНОШЕСКОМ ВОЗРАСТЕ

**Аннотация.** Статья посвящена изучению и обоснованию места самодетерминации в структуре личностного самоопределения в юношеском возрасте и определению влияния самодетерминации на процесс самоопределения. Объектом исследования выступает самодетерминация как психологический феномен. Предметом исследования является самодетерминация в структуре личностного самоопределения в юношеском возрасте. В данной работе представлен анализ взаимосвязи самодетерминации с параметрами личностного самоопределения (ценностные ориентации, осмысленность жизни, способность к самоуправлению, самоактуализация), который позволил представить роль самодетерминации в процессе личностного самоопределения в юношеском возрасте. Диагностический инструментарий эмпирического исследования составили следующие методы: «Тест самодетерминации» Е.Н. Осина – модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона; «Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева; тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова, «Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз. Анализ взаимосвязи отдельных параметров самодетерминации с личностным самоопределением (с помощью корреляционного и регрессионного анализа) позволил установить их роль в успешности проявления данного феномена. Так была выявлена взаимосвязь самодетерминации с такими параметрами личностного самоопределения, как: осмысленность жизни, ориентация во времени, способность к самоуправлению и самоактуализация.

**Ключевые слова:** самодетерминация, детерминация, личностное самоопределение, осмысленность жизни, способность к самоуправлению, самоактуализация, ориентация во времени, свобода выбора, саморазвитие, юношеский возраст.

**Abstract.** The article is devoted to studying and justifying the role of self-determination in the process of personality identity formation at youthful age as well as defining the effect of self-determination in the process of identity formation. The object of the research is self-determination as a psychological phenomenon. The subject of the research is self-determination as part of personal identity formation process at youthful age. In their research the authors of the article carry out analysis of the relationship between self-determination and parameters of personal identity formation (values, sense of the life purpose, capacity to self-regulation, self-actualization). The analysis allowed to describe the role of self-determination in the process of identity formation at youthful age. The diagnostic methods used during the empirical study included the following: Test of life orientations by Dmitry Leontiev, The ability to self-regulation test by Peysakhov, The test of self-determination by E.N. Osin (modification of the self-determination scale by K. Sheldon), Personal Orientation Inventory by E. Shostrom (adapted by L.Y. Gozman and M.V. Croze). Analysis of the relationship between certain parameters of self-determination and identity formation process (using the correlation and regression analysis methods) allowed to specify the role of these parameters in successful identity formation. The authors have revealed the correlation of self-determination with such parameters of self-identity formation process the sense of the life purpose, temporal orientation, capacity to self-regulation and self-actualization.

**Key words:** freedom of choice, self-actualization, temporal orientation, capacity to self-regulation, sense of the life purpose, personal identity formation, determination, self-determination, self-development, youthful age.

Самоопределение является важнейшей формой включения человека в общество и характеризуется, как способность осознавать себя, свои интересы, определять своё место в жизни и обществе. Основы подхода к самоопре-

делению как «поиску себя» в условиях разрешения внутренних противоречий заложены представлениями С.Л. Рубинштейна, К.А. Абульхановой-Славской, Л.И. Анцыферовой, Ф.Е. Василюка, А.С. Чернышева, А.С. Осницкого и др. [1; 2; 3; 4]. Рассмотрение

самоопределения как выхода из проблемной ситуации связано с представлениями о детерминации ситуационными факторами поведения человека (М. Аргайл, В.В. Новиков, Д. Майерс) [5; 6; 7]. Самоопределение обуславливается системой детерминант (причины, внешние факторы, внутренние факторы, общие и специальные предпосылки, опосредующие звенья), соотношение между которыми очень динамично и подвижно.

Процесс самодетерминации является сложным образованием личности, обеспечивающим человека свободой выбора пути своего развития (Э. Дейси и Р. Райан) и способностью действовать независимо от внешних обстоятельств и непредсказуемо для сторонних наблюдателей, но при этом следуя своей логике и убеждениям (Д.А. Леонтьев) [8; 9]. Проблема самодетерминации является одной из актуальных и малоисследованной в современной психологии. В отечественной психологии самодетерминация в основном связывается с понятием субъектности (Б.Г. Ананьев, К.А. Абульханова-Славская, А.К. Осницкий, С.Л. Рубинштейн), а в зарубежной – с понятием свободы (Э. Дейси, Р. Райан, Э. Фромм и др.).

В основе самоопределения в период юности лежит личностное самоопределение, которое предполагает активное определение своей позиции относительно общественно выработанной системы ценностей, определение на той основе смысла своего собственного существования.

Главными структурными элементами самоопределения выступают осмысленность себя, своей жизни и потенциала, самоуправление, ценностно-смысловой компонент, ориентация во времени (способность жить настоящим).

Эмпирическое исследование личностного самоопределения было затруднено выбором диагностического инструментария, так как разработанные на современном этапе психологии тесты и методики для исследования самоопределения посвящены, прежде всего, профессиональному самоопределению. В связи с этим, мы составили диагностический инструментарий для исследования личностного самоопределения в соответствии с параметрами данного явления, выделяемые различными учёными. Так, для экспериментального исследования самоопределения личности в юношеском возрасте мы выделили следующие параметры: осмысленность жизни, самоуправление, ориентация во времени. Параметры самоопределения личности и диагностический инструментарий исследования представлены в табл. 1.

Диагностический инструментарий эмпирического исследования самодетерминации составил

«Тест самодетерминации» Е.Н. Осина – модификация шкалы самодетерминации К. Шелдона.

Исследование проводилось на базе ФГБОУ ВО «Приамурского государственного университета имени Шолом-Алейхема» (г. Биробиджан), в котором принимало участие 204 студента 1-5 курсов гуманитарных специальностей.

Количественный анализ результатов исследования по «Тесту самодетерминации» помог нам выявить три неравнозначные по количеству группы испытуемых:

- Первая группа (78 человек) – испытуемые с высоким уровнем самодетерминации;
- Вторая группа (104 человека) – испытуемые со средним уровнем самодетерминации;
- Третья группа (22 человека) – испытуемые с низким уровнем самодетерминации.

Дальнейший анализ данных сводился к сравнению у данных групп показателей самоопределения личности, а также описанию корреляционного и регрессионного анализа взаимосвязей показателей самоопределения с самодетерминацией.

По результатам сравнительного анализа осмысленности жизни (по тесту СЖО Д.А. Леонтьева) в исследуемых группах можно выделить следующие характеристики:

- в первой группе (испытуемые с высоким уровнем самодетерминации) большинство респондентов (59%) имеет средний уровень осмысленности жизни; высокий уровень по данному показателю выявлен у трети испытуемых (28%);
- во второй группе (испытуемые со средним уровнем самодетерминации) также как и в первой большинство испытуемых имеют средний уровень осмысленности жизни, однако, в данной группе выявлен 41% респондентов, имеющих высокий уровень осмысленности жизни. Процентное соотношение количества испытуемых с выявленным низким уровнем осмысленности жизни в первой и во второй группах не различаются;
- в третьей группе (испытуемые с низким уровнем самодетерминации) выявлены преимущественно низкие и средние показатели осмысленности жизни. Такие низкие значения в данной группе означают, что испытуемые со слабой самодетерминацией испытывают трудности с обретением осмысленности жизни.

Самодетерминация способствует построению стратегии самостоятельного развития личности, что значительно зависит от того, насколько осмысленно человек проживает собственную жизнь. Самодетерминация и осмысленность жизни в данном случае имеет двойственную связь: с одной сторо-

Таблица 1.

**Параметры самоопределения личности и диагностический инструментарий их исследования**

Параметры самоопределения личности	Диагностический инструментарий исследования
Осмысленность жизни	«Тест смысловых ориентаций» Д.А. Леонтьева
Самоуправление	Тест «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова
Ориентация во времени	«Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз (шкала «Ориентация во времени»)
Уровень самоактуализации	Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз (шкала «Ориентация во времени»)

ны, не имея смысла жизни, человек не способен к самостоятельному развитию и, чаще всего, реализует чужие цели в ущерб своим, с другой стороны – нацеленность человека на самостоятельный выбор собственного пути развития предполагает поиск своего смысла.

Рассмотрим взаимосвязь между уровнем самодетерминации личности и осмысленностью жизни. При расчёте коэффициента корреляции Пирсона оказалось, что  $r(\text{хуэмп})=0,299$  (при  $r=0,14$  для  $P \leq 0,05$  и  $r=0,18$  для  $P \leq 0,01$ ). Данное значение попадает в зону значимости, в связи с этим можно сделать вывод, что исследуемые нами показатели связаны друг с другом.

В виде регрессии данная корреляционная связь показана на рис. 1.

Таким образом, самодетерминация и осмысленность жизни связаны друг с другом, причём данная связь может быть двусторонней. С одной стороны самодетерминация позволяет человеку выбирать и реализовывать собственные цели жизни, действовать согласно своим осознанным желаниям и интересам, с другой – осмысленность жизни позволяет чётко представлять перспективу собственного развития и в соответствии с ней делать независимый выбор. Однако, согласно сравнительному и регрессионному анализу, высокий уровень самодетерминации не всегда предполагает высокий уровень осмысленности жизни, тогда как средний уровень самодетерминации может способствовать данному явлению. Самодетерминация на среднем уровне определяет гармонию между внутренними и внешними детерминантами становления смысла жизни человека, т.е., обладая данной гармонией человек выстраивает свой смысл жизни полагаясь на внешние и внутренние обстоятельства окружающей среды.

Далее рассмотрим сравнительный анализ с результатов исследования способности к самоуправлению по тесту «Способность к самоуправлению» Н.М. Пейсахова. По результатам сравнительного анализа в исследуемых группах испытуемых можно выделить их следующие характеристики:

- в первой группе (испытуемые с высоким уровнем самодетерминации) большинство респондентов (59%) имеет низкий уровень способ-

ности к самоуправлению; высокий уровень по данному показателю выявлен у трети испытуемых (30%); средний уровень способности к самоуправлению имеют 11% испытуемых;

- во второй группе (испытуемые со средним уровнем самодетерминации) также как и в первой большинство испытуемых имеют низкий уровень способности к самоуправлению, однако, в данной группе выявлен 20% респондентов, имеющих средний уровень по данному параметру;

- в третьей группе (испытуемые с низким уровнем самодетерминации) все испытуемые имеют низкий уровень способности к самоуправлению. Такие низкие значения в данной группе означают, что испытуемые со слабой самодетерминацией испытывают трудности с самоуправлением, т.е. отличаются слаборазвитым целеполаганием, планированием, умением принимать решения, что в значительной мере затрудняет их самоопределение.

Рассмотрим взаимосвязь между уровнем самодетерминации личности и способности к самоуправлению. При расчёте коэффициента корреляции Пирсона оказалось, что  $r(\text{хуэмп})=0,613$ . Данное значение попадает в зону значимости, в связи с этим можно сделать вывод, что исследуемые нами показатели связаны друг с другом на высоком уровне значимости. В виде регрессии данная корреляционная связь показана на рис. 2.

Самоуправление в психологии, прежде всего, определяется как знание личности о себе и своём поведении, своих действиях и поступках, мыслях, эмоциях и мотивах; это целенаправленное изменение своей активности (общения, деятельности, выражения эмоций и др.). Связь самодетерминации и самоуправления достаточно значима и прямолинейна – чем выше уровень самодетерминации, тем выше уровень самоуправления (причём данная связь действует и в обратном направлении). Поскольку самоуправление – это уже сам процесс преобразования активности, а самодетерминация – это способность к свободному, самостоятельному выбору, то можно предположить, что самодетерминация определяет самоуправление.

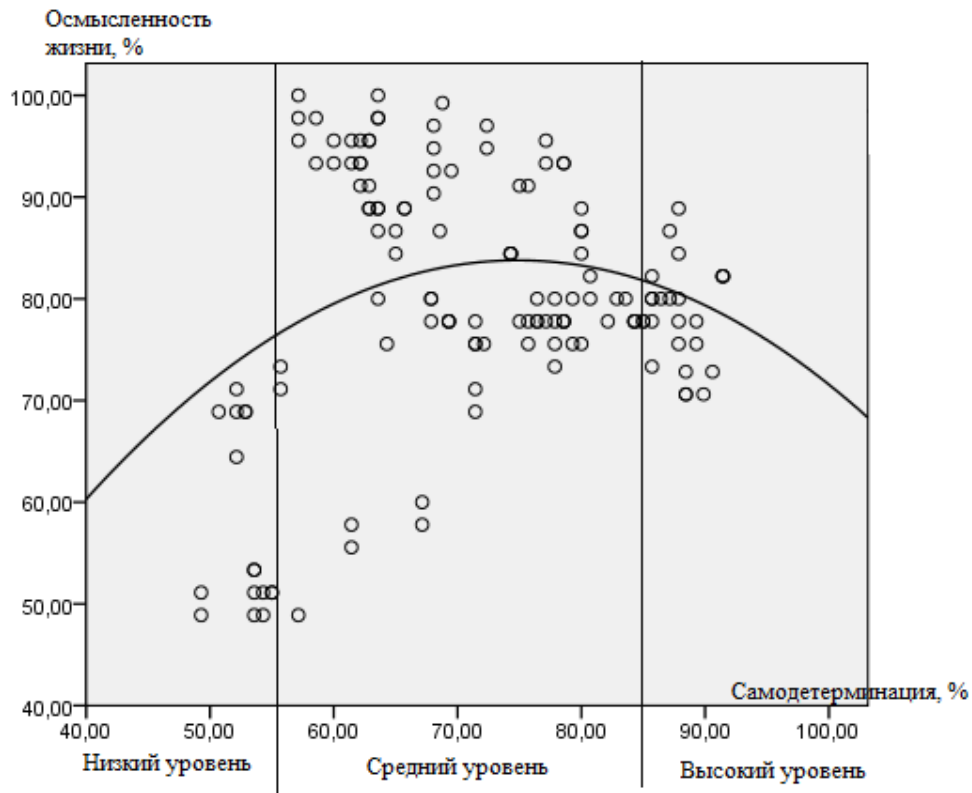


Рис. 1. Взаимосвязь самодетерминации и осмысленности жизни

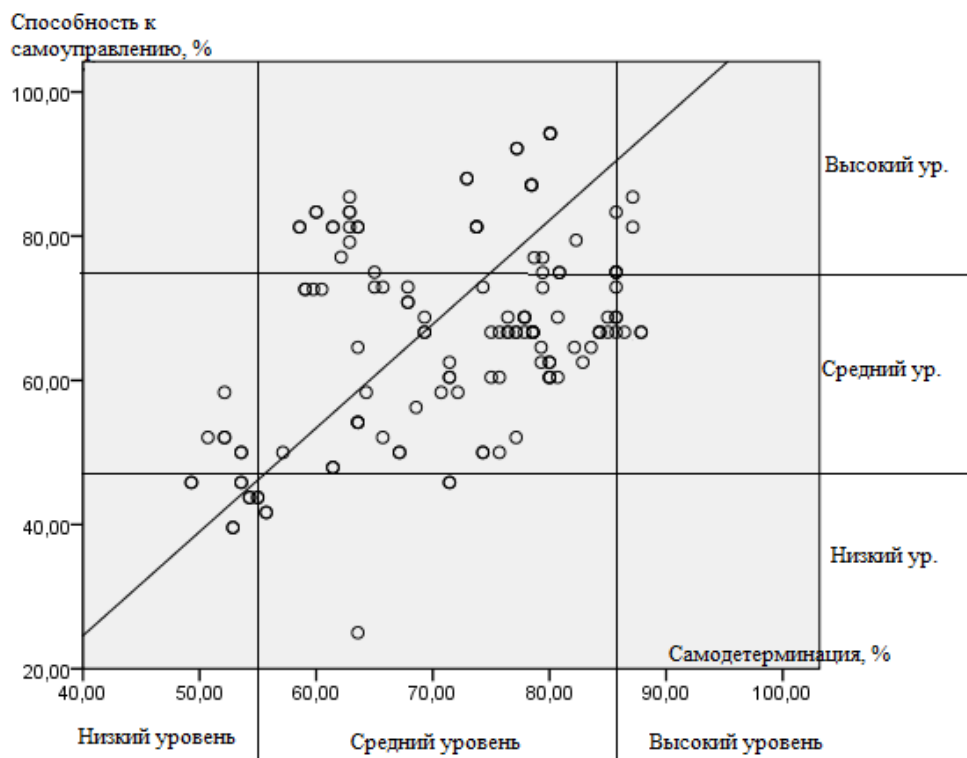


Рис. 2. Взаимосвязь самодетерминации и способности к самоуправлению

Далее рассмотрим результаты эмпирического исследования ориентации во времени по тесту САТ Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз. По результатам сравнительного анализа ориентации во времени в исследуемых группах испытуемых можно выделить их следующие характеристики:

- в первой группе (испытуемые с высоким уровнем самодетерминации) большинство респондентов (54%) имеет низкий уровень ориентации во времени; высокий уровень по данному показателю выявлен лишь у 10% испытуемых; средний уровень способности к самоуправлению имеют 35% испытуемых;
- во второй группе (испытуемые со средним уровнем самодетерминации) большинство испытуемых имеют средний уровень ориентации во времени, а высокий – выявлен у 13% респондентов;
- в третьей группе (испытуемые с низким уровнем самодетерминации) большинство испытуемых (82%) имеют низкий уровень способности к самоуправлению. Низкие показатели в данной группе говорят о том, что респонденты ориентируется во времени неправильно, они либо живут прошлым (их мучает раскаяние за совершенные поступки, беспокоят воспоминания о нанесённых обидах, испытывают постоянные угрызения совести), либо они живут будущим (строят неосуществимые планы, надеются на невозможное, ставят перед собой нереальные цели). Таким людям свойственно считать, что идеалы и цели могут являться средствами, с помощью которых удовлетворяются потребности в привязанности, любви, признании, восхищении. Нереальные цели возникают у человека тогда, когда он не способен принять себя таким, каков он в действительности. Это задерживает естественное развитие личности и способствует возникновению у человека чувства неполноценности. Стремясь к ложным целям, человек превращает свою жизнь в ад. Людям, живущим в основном будущим, присущ страх за свою жизнь.

Далее рассмотрим взаимосвязь между уровнем самодетерминации личности и ориентацией во времени. При расчёте коэффициента корреляции Пирсона оказалось, что  $r(\text{хуэмп})=0,217$ . Данное значение попадает в зону значимости, в связи с этим можно сделать вывод, что исследуемые нами показатели связаны друг с другом. В виде регрессии данная корреляционная связь показана на рис. 3.

Таким образом, самодетерминация связана с ориентацией во времени следующим образом: при средних показателях самодетерминации способ-

ность к самоуправлению имеет более высокие значения, чем при низких и высоких её значениях. Самоуправление целенаправленное изменение своих форм активности: общения, поведения, деятельности и переживаний. При этом цель человек ставит самостоятельно, так как данный процесс носит творческий характер, он связан с созданием нового, встречей с необычной ситуацией или противоречием, необходимостью постановки новых целей, поиском новых решений и средств достижения целей. Однако влияние самодетерминации на данный процесс неоднозначно, так как при высоких и низких её значениях человек перестаёт обладать способностью к самоуправлению.

Далее рассмотрим результаты эмпирического исследования самоактуализации по тесту САТ Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз, который представлен на рисунке. По результатам сравнительного анализа самоактуализации в исследуемых группах испытуемых можно выделить их следующие характеристики:

- в первой группе (испытуемых 61,5%) имеет средний уровень ориентации во времени; высокий уровень по данному показателю выявлен лишь у 13% испытуемых; низкий уровень самоактуализации имеют четверть респондентов (25,5%);
- во второй группе (испытуемые со средним уровнем самодетерминации) ярко выражено количество испытуемых со средним уровнем самоактуализации – 85,8%, высокий уровень самоактуализации выявлен у 12,5 % респондентов;
- в третьей группе (испытуемые с низким уровнем самодетерминации) большинство испытуемых (54,5%) имеют низкий уровень самоактуализации, остальная часть группы – средний.

Самоактуализация есть всестороннее и непрерывное развитие творческого и духовного потенциала человека, это максимальная реализация всех его возможностей, адекватное восприятие окружающих, мира и своего места в нём, богатство эмоциональной сферы и духовной жизни, высокий уровень психического здоровья и нравственности. Самоактуализация как потребность человека стать тем, кем он способен стать напрямую определяет личностное самоопределение. Самодетерминация оказывает неоднозначное влияние на самоактуализацию личности в связи с тем, что именно она определяет ход и направление развития личности. Однако связь самодетерминации и самоактуализации неоднородна – исходя из результатов сравнительного анализа, можно сделать вывод, что более

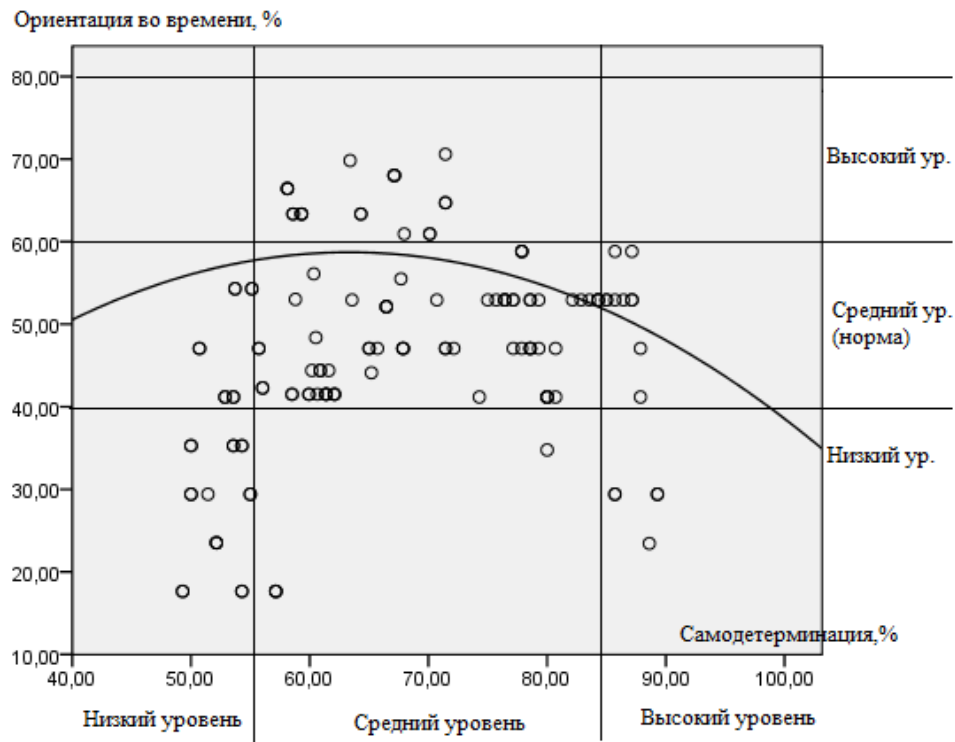


Рис. 3. Взаимосвязь самодетерминации и ориентации во времени

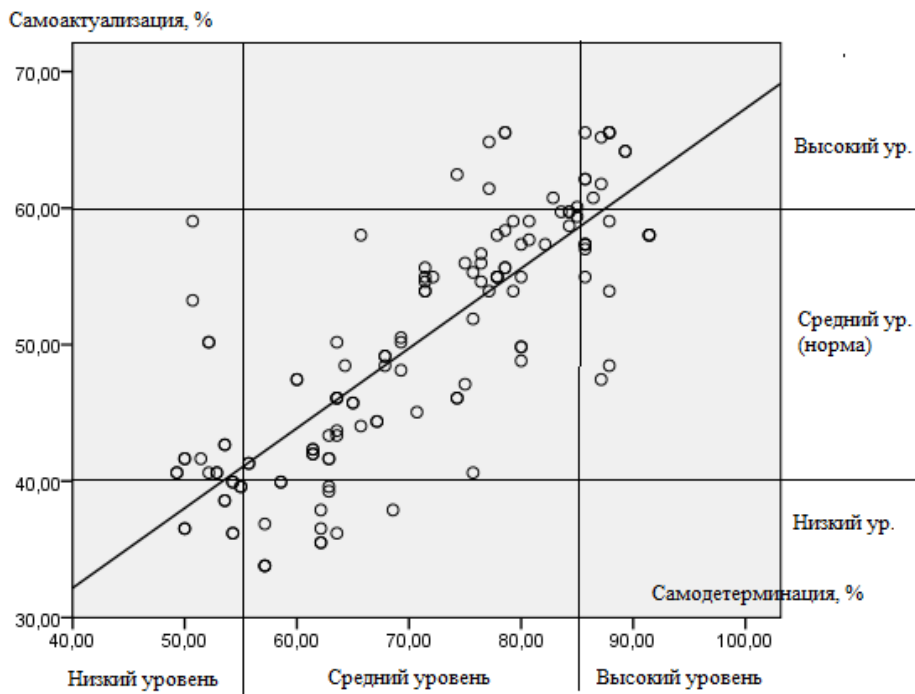


Рис. 4. Взаимосвязь самодетерминации и самоактуализации

благоприятным уровнем для самоактуализации является средний. Однако более подробно данное положение мы рассмотрим с помощью корреляционного и регрессионного анализа.

Далее рассмотрим взаимосвязь между уровнем самодетерминации личности и ориентацией во времени. При расчёте коэффициента корреляции Пирсона оказалось, что  $r(\text{хуэмп})=0,253$ . Данное значение попадает в зону значимости, в связи с этим можно сделать вывод, что исследуемые нами показатели связаны друг с другом. В виде регрессии данная корреляционная связь показана на рис. 4.

Таким образом, самодетерминация играет важную роль в процессе самоактуализации личности. Способность делать самостоятельный, свободный выбор пути собственного развития позволяет человеку реализовывать свой потенциал, занимаясь той деятельностью, которая человеку действительно интересна. При этом самодетерминация обеспечивает гармонию внешних и внутренних факторов саморазвития личности.

В результате исследования самодетерминации в структуре личностного самоопределения в юношеском возрасте, мы выявили следующие закономерности:

- высокий уровень самодетерминации не всегда предполагает высокий уровень осмысленности жизни, тогда как средний уровень самодетерминации может способствовать данному качеству личности;

- связь самодетерминации и самоуправления достаточно значима и прямолинейна – чем выше уровень самодетерминации, тем выше уровень самоуправления;
- самодетерминация связана с ориентацией во времени следующим образом: при средних показателях самодетерминации способность к самоуправлению имеет более высокие значения, чем при низких и высоких её значениях;
- взаимосвязь самодетерминации и самоактуализации прямолинейна – чем выше уровень самодетерминации, тем выше уровень самоактуализации личности.

Высокий уровень самодетерминации предполагает высокий уровень способности к самоуправлению и самоактуализации, которые в свою очередь являются опорой для самоопределения личности. Осмысленность жизни и ориентация во времени, развиты у человека на высоком уровне только тогда, когда самодетерминация имеет средние значения, т.е. гармонирует с внешней детерминацией.

Продуктивность процесса личностного самоопределения определяется гармонией самодетерминации и детерминации, а также высоким уровнем осмысленности человеком своей жизни и ценностными ориентациями. При этом осмысленность позволяет осознавать не только цели жизни, но и свой потенциал в совокупности с внешними условиями, формировать ценности, удобные как для самой личности, так и для общества.

## Список литературы:

1. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности // Вопросы психологии. 1986. № 4. С. 101-108.
2. Абульханова К.А. Социально-философская и психологическая проблема субъекта // Мир психологии. 2013. № 2. С. 262-275.
3. Анциферова Л.И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысление, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. Т. 15. № 1. С. 22-30.
4. Василюк Ф.Е. Психология переживания (анализ преодоления критических ситуаций). М.: Изд-во МГУ, 1984. 200 с.
5. Аргайл М. Психология счастья. М.: Прогресс, 1990. 216 с.
6. Новиков В.В. Социальная психология: феномен и наука. М.: Изд-во Института Психотерапии, 2003. 367 с.
7. Майерс Д. Социальная психология. СПб.: Питер Ком, 1998. 302 с.
8. Леонтьев Д.А. Психология свободы К постановке проблемы самодетерминации личности // Психологический журнал. 2000. Т. 21. № 1. С. 24-25.
9. Леонтьев Д.А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой реальности. М., 1999. 487 с.

## References (transliterated):

1. Rubinshtein S.L. Printsip tvorcheskoi samodeyatel'nosti // Voprosy psikhologii. 1986. № 4. S. 101-108.
2. Abul'khanova K.A. Sotsial'no-filosofskaya i psikhologicheskaya problema sub'ekta // Mir psikhologii. 2013. № 2. S. 262-275.
3. Antsiferova L.I. Lichnost' v trudnykh zhiznennykh usloviyakh: pereosmyslivanie, preobrazovanie situatsii i psikhologicheskaya zashchita // Psikhologicheskii zhurnal. 1994. T. 15. № 1. S. 22-30.
4. Vasilyuk F.E. Psikhologiya perezhivaniya (analiz preodoleniya kriticheskikh situatsii). M.: Izd-vo MGU, 1984. 200 s.
5. Argail M. Psikhologiya schast'ya. M.: Progress, 1990. 216 s.
6. Novikov V.V. Sotsial'naya psikhologiya: fenomen i nauka. M.: Izd-vo Instituta Psikhoterapii, 2003. 367 s.
7. Maiers D. Sotsial'naya psikhologiya. SPb.: Piter Kom, 1998. 302 s.
8. Leont'ev D.A. Psikhologiya svobody K postanovke problemy samodeterminatsii lichnosti // Psikhologicheskii zhurnal. 2000. T. 21. № 1. S. 24-25.
9. Leont'ev D.A. Psikhologiya smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoi real'nosti. M., 1999. 487 s.