

УДК 316.614

**ОСОБЕННОСТЬ САМОРЕАЛИЗАЦИИ МОЛОДЫХ ЛЮДЕЙ С
НАРКОТИЧЕСКОЙ ЗАВИСИМОСТЬЮ***Носачёва Анжела Сергеевна**психолог**Кайгородова Надежда Захаровна**Доктор биологических наук, профессор кафедры общей и прикладной психологии Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия
e-mail: kaigorodova56@gmail.com**Волкова Татьяна Геннадьевна**Кандидат психологических наук, доцент кафедры общей и прикладной психологии**Алтайский государственный университет, г. Барнаул, Россия
e-mail: v.t.g@mail.ru*

Целью исследования явилось изучение особенностей самореализации жизненных сфер наркозависимых лиц в контексте стилевой саморегуляции. В исследовании принимали участие студенты Алтайского госуниверситета и пациенты Алтайского краевого наркологического диспансера в возрасте от 18 до 35 лет. Полученные данные свидетельствуют о различии между наркозависимыми и здоровыми лицами как в значимости жизненных сфер, так и в самореализации в значимых жизненных сферах. Это может послужить основой для формирования аддиктивного поведения и более низкого уровня психологического благополучия по шкалам «Личностный рост» и «Самопринятие» в группе пациентов. Студенты в большей степени, чем пациенты чувствуют свою собственную ответственность за то, как складывается их жизнь в целом.

Ключевые слова: самореализация, значимость жизненных сфер, самореализация жизненных сфер, психологическое благополучие, стилевая саморегуляция.

**FEATURE OF SELF-REALIZATION OF YOUNG PEOPLE WITH DRUG
DEPENDENCE***Nosacheva Angela Sergeevna**Psychologist**Kaigorodova Nadezhda Zakharovna**Doctor of Biological Sciences, Professor of the Department. General and Applied Psychology, Altai State University, Barnaul, Russia
e-mail: kaigorodova56@gmail.com**Volkova Tatyana Gennadyevna*

*Candidate of psychological sciences, associate professor General and Applied
Psychology
Altai State University, Barnaul, Russia
e-mail: v.t.g@mail.ru*

The aim of the study was to study the features of self-realization of life spheres of drug addicts in the context of style self-regulation. The study involved students of Altai State University and patients of the Altai Regional Narcological Dispensary aged 18 to 35. The data obtained indicate a difference between drug addicts and healthy persons both in the importance of life spheres and in self-realization in significant life spheres. This can serve as the basis for the formation of addictive behavior and a lower level of psychological well-being on the scales of personal growth and self-acceptance in a group of patients. Students, to a greater extent than patients, feel their own responsibility for how their life in general develops.

Key words: self-realization, the significance of life spheres, self-realization of life spheres, psychological well-being, style self-regulation.

Самореализация — понятие, которое в настоящее время все чаще используется в науках о человеке. Оно имеет давнюю традицию, но до настоящего времени не получило однозначного толкования как в зарубежной, так и в отечественной литературе [6]. Повышение внимания к феномену самореализации, на наш взгляд, объясняется все более растущим пониманием ее ведущей роли в жизнедеятельности личности.

В самом общем виде самореализация – это процесс реализации себя, включающий становление самого себя в жизни и повседневной деятельности, поиск и утверждение своего пути в этом мире, своих ценностей, смысла существования в каждый момент времени.

В зарубежной психологии представления о самореализации восходят к идеям А.Адлера и А. Маслоу. А. Адлер отмечал, что человек является творцом своей личности, т.к. если обладает большим творческим потенциалом, то ставит перед собой цели и разрабатывает пути их достижения [1]. А. Маслоу использовал концепцию самореализации для описания процесса потенциальной реализации человека. Он считает, что развитие является неотъемлемой потребностью людей [5]. По мнению Э.Фромма, самореализация имеет социально детерминированный характер [7].

В отечественной психологии научный подход к изучению проблемы самореализации личности относится ко второй половине XX в. (исследования К. Абульхановой-Славской, А. Асмолова, А. Бодалева, И. Беха, А. Деркача, В. Муляра, Л. Овсянецкой, А. Реана и др.). В настоящее время интерес к данному феномену возрастает [2, 4, 6]. Согласно Л.Н. Когану, самореализация – это соответствующее внутреннему миру личности, её установкам, ценностным ориентациям, интересам успешное освоение ролевых функций в семейной, трудовой и социальной жизни [3].

Особенностью лиц с зависимым поведением является сужение жизненных интересов, изменение потребностей и системы ценностей, что не может не отразиться на их самореализации.

В связи с этим данное исследование направлено на изучение особенностей самореализации молодых людей с наркотической зависимостью.

Объект – самореализация личности.

Предмет – самореализация в жизненных сферах наркозависимых лиц.

Цель исследования – изучение особенностей самореализации жизненных сфер наркозависимых лиц в контексте стилевой саморегуляции.

Методы исследования. Диагностика личностных ценностей (Д.В. Каширский): Методика №1. Значимость жизненных сфер. Методика №2. Достижения и самореализация в жизненных сферах; Шкалы психологического благополучия (К. Рифф и П.П. Фесенко); Тест на уровень субъективного контроля (Тест УСК) Дж. Роттера (адаптация Е.Ф. Важина, С.А. Голынкиной, А.М. Эткинды). Методы математико-статистической обработки данных: сравнение при помощи непараметрического критерия Манна-Уитни (U) и корреляционный анализ с применением статистического пакета SPSS v.23.0.

Эмпирическую базу исследования составили студенты ФГБОУ ВО «Алтайский государственный университет» и пациенты КГБУЗ «Алтайский краевой наркологический диспансер» в возрасте от 19 до 35 лет (в периодизации Э.Х. Эриксона период 20-25 лет – ранняя зрелость, молодость).

Общий объём выборки составил 28 человек (1-я группа – студенты, 2-я группа – пациенты).

В начале была проведена оценка значимости жизненных сфер в сравниваемых группах испытуемых. Полученные результаты представлены на рис. 1.

Сравнение при помощи непараметрического критерия Манна-Уитни (U) значения жизненных сфер по шкалам опросника позволило выявить, что для пациентов наркодиспансера наиболее значимыми сферами жизни являются «здоровье» ($p=0,024$), «познание нового в мире, природе, человеке» ($p=0,014$), «помощь другим людям и милосердие к ним» ($p=0,009$), «высокое образование» ($p=0,009$), «вера в Бога» ($p=0,056$).

Наименее значимы для респондентов этой группы были такие сферы жизни, как «высокий социальный статус, управление людьми» ($p=0,024$), «высокое материальное благосостояние» ($p=0,009$), «интересная работа» ($p=0,039$).

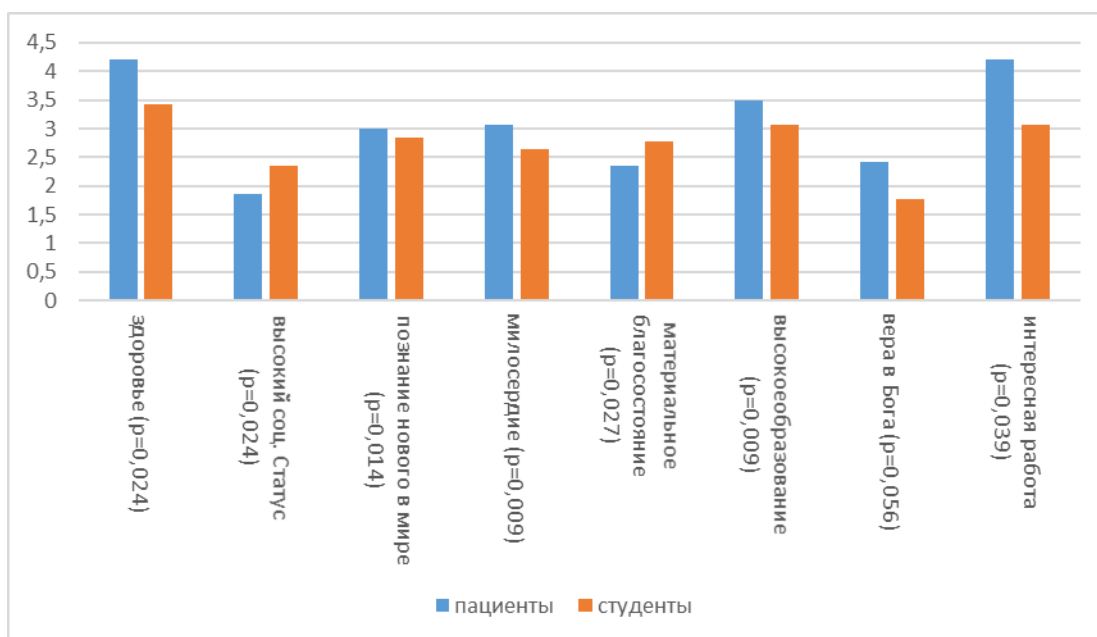
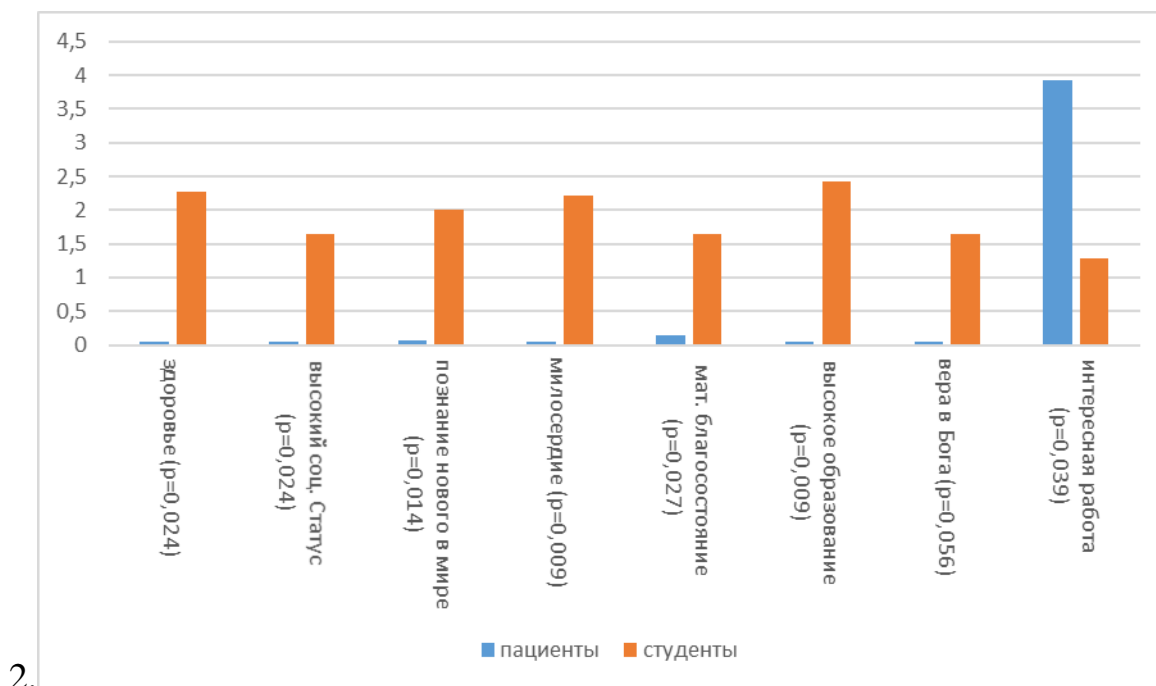


Рис. 1. Значимость жизненных сфер в группах пациентов диспансера (пациенты) и студентов (студенты).

Для студентов, наоборот, наиболее значимыми сферами жизни являются «высокий социальный статус», «высокое материальное благосостояние», «интересная работа», а наименее значимыми – «здоровье», «познание нового в мире, природе, человеке», «помощь другим людям и милосердие к ним», «высокое образование», «вера в Бога», т.е. в большей степени выражены ценности, направленные на будущее.

Причины отклоняющегося поведения пациентов могут содержаться в препятствиях на пути реализации личностных ценностей. Ценности этих респондентов могут не найти соответствующих сред для реализации в обществе, что может послужить основой для формирования побуждений к девиантному поведению. При этом рост депрессивной симптоматики может быть связан с более выраженной ориентацией субъекта на религиозные ценности.

На следующем этапе было проведено исследование особенностей достижения и самореализации в жизненных сферах в выделенных группах испытуемых. Полученные результаты представлены на рис.



2.

Рис. 2. Достижение и самореализация в значимых жизненных сферах в группах пациентов диспансера (пациенты) и студентов (студенты)

Были выявлены достоверные различия между сравниваемыми группами по шкалам: «здоровье», ($p=0,024$), «познание нового в мире» ($p=0,014$), «помощь другим людям и милосердие к ним» ($p=0,009$), «высокое образование» ($p=0,009$), «вера в Бога» ($p=0,056$), «высокий социальный статус» ($p=0,024$), «высокое материальное благосостояние» ($p=0,027$), уровни которых достоверно выше были в группе здоровых, а уровень такой шкалы, как «интересная работа» ($p=0,039$) – выше в группе пациентов.

Таким образом, достижение и самореализация в значимых жизненных сферах ниже у пациентов, что подтверждает наше предположение о том, что отсутствие реализации целей может послужить основой для формирования аддиктивного поведения. У студентов низкий уровень достижения и самореализации в сфере «интересная работа» обусловлен, на наш взгляд, отсутствием значительного опыта профессиональной деятельности.

Известно, что ценностно-смысловая сфера личности тесно связана с психологическим благополучием. В связи с этим на следующем этапе была проведена сравнительная оценка шкал психологического благополучия в группах пациентов диспансера и студентов (Рис. 3).

В целом психологическое благополучие в обеих группах соответствовало среднему уровню. За исключением шкалы «самопринятие», уровень которой в группе пациентов соответствовал низкому значению.

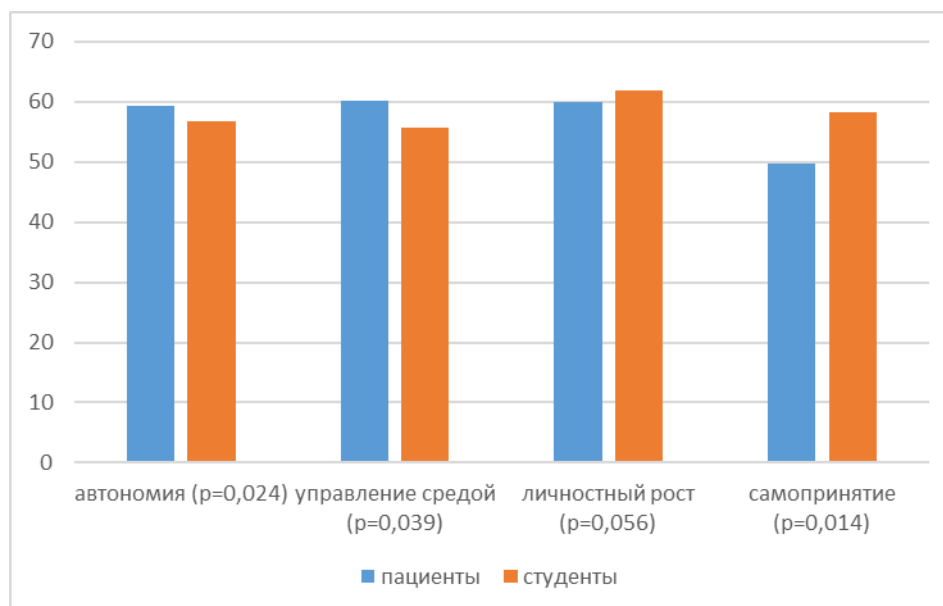


Рис. 3. Шкалы психологического благополучия в группах пациентов диспансера (пациенты) и студентов (студенты).

Сравнение по шкалам опросника позволило выявить следующие значимые различия между сравниваемыми группами: «автономия» ($p=0,024$), «управление средой» ($p=0,039$), уровни которых достоверно выше были в группе пациентов, а уровни таких шкал, как «личный рост» ($p=0,056$), «самопринятие» ($p=0,014$) – выше в группе студентов.

Как можно видеть на рис. 3, пациенты наркодиспансера имеют более удовлетворительные, доверительные отношения с окружающими, они способны противостоять попыткам общества заставить думать и действовать определенным образом, самостоятельно регулируют собственное поведение, эффективно используют предоставляющиеся возможности, способны улавливать или создавать условия и обстоятельства, подходящие для удовлетворения личных потребностей и достижения целей, придерживаются убеждений, которые являются источниками их целей в жизни. Все эти особенности этой группы респондентов ориентированы, по-видимому, на поиск психоактивных веществ, а не на самореализацию.

Это подтверждается тем, что респонденты этой группы не испытывают чувства самореализации, не имеют интереса к жизни, ощущают неспособность устанавливать новые отношения или изменить свое поведение. Они не довольны собой, испытывают беспокойство по поводу некоторых личных качеств, желают быть не тем, кем они являются.

Студенты в большей степени, чем наркозависимые обладают чувством непрекращающегося развития, воспринимают себя «растущими» и самореализовывающимися, изменяющимися в соответствии с собственными познаниями и достижениями; позитивно относятся к себе, знают и принимают свои как хорошие, так и плохие качества, положительно оценивают свое прошлое; отличаются наличием жизненных целей и присутствием смысла жизни. Настоящее и прошлое ими воспринимаются как осмысленные, они оценивают себя как целеустремлённого человека. У них формируются целостный, реалистичный взгляд на жизнь, открытость новому опыту, непосредственность и естественность переживаний. Выявленные особенности студентов могут способствовать эффективной самореализации.

Самореализация, безусловно, связана с особенностями самоконтроля. В связи с этим на следующем этапе был проведен корреляционный анализ с целью выявления взаимосвязей между особенностями самореализации, шкалами психологического благополучия и самоконтролем в группе пациентов и студентов.

Данные, полученные в группе студентов, показывают, что значимость сферы «самореализация» связана с такими шкалами психологического благополучия, как «личностный рост» ($r=0,58$, при $p=0,005$) и «человек как открытая система» ($r=0,48$, при $p=0,008$). Это говорит о том, что студенты связывают воплощение в жизни своего потенциал с непрерывным личностным развитием как в позитивных, так и в негативных условиях.

Самоконтроль в области межличностных отношений был связан со сферой «творчество» ($r=0,52$, при $p=0,001$). Вероятно, студенты считают, что, создавать

что-то новое, нестандартное и оригинальное возможно, если вы в силах контролировать свои отношения с другими людьми.

Достижение в сфере «полная самореализация» в этой группе респондентов также связано со шкалами «личностный рост» ($r=0,51$, при $p=0,009$) и «человек как открытая система» ($r=0,52$, при $p=0,001$) психологического благополучия. Это свидетельствует о том, что, реализуя свой потенциал, воспринимая и интегрируя новый опыт, индивид полностью самореализуется, воплощает в жизнь весь свой потенциал, свои возможности.

Общая интернальность в группе студентов значимо была связана со сферами «уважение и влияние на окружающих» ($r=0,53$, при $p=0,007$) и «время» ($r=0,54$, при $p=0,005$). Таким образом высокий уровень субъективного контроля позволяет студентам завоевать в жизни такое положение, которое обеспечит им уважение и признание людей, правильно и по назначению использовать своё время.

Самоконтроль в области межличностных отношений был связан со сферами «социальный статус» ($r=0,51$, при $p=0,003$), «активность для достижения позитивных изменений в обществе» ($r=0,51$, при $p=0,001$). Это говорит о том, что респонденты этой группы активную личностную позицию реализуют при умении вызывать к себе уважение и симпатию.

У пациентов значимость сферы «самореализация» не была достоверно связана ни с одной из шкал психологического благополучия и самоконтроля.

Самоконтроль в области межличностных отношений был связан в этой группе респондентов со сферой «здоровье» ($r=0,75$, при $p=0,005$). По-видимому, пациенты считают, что, контролируя свои отношения с другими людьми, можно заботится о своем здоровье.

В то же время достижение в сфере «самореализация» в этой группе респондентов было связано с такими шкалами психологического благополучия, как «автономия» ($r=0,57$, при $p=0,003$), «цели в жизни» ($r=0,54$, при $p=0,001$) и

такой шкалой субъективного контроля, как «интернальность межличностных отношений» ($r=0,58$, при $p=0,005$).

Полученные результаты свидетельствуют о том, что, контролируя свои неформальные отношения с другими людьми, регулируя собственное поведение, реализуя свои жизненные цели, можно максимально развивать способности и воплощать в жизнь весь спектр своих возможностей.

Более низкий уровень достижения и самореализации в таких жизненных сферах как: здоровье, познание нового в мире, помощь другим людям и милосердие к ним, высокое образование, вера в Бога, при высокой их значимости - может послужить основой для формирования аддиктивного поведения и более низкого уровня психологического благополучия по шкалам «личностный рост» и «самопринятие» в группе пациентов. Студенты в большей степени, чем пациенты чувствуют свою собственную ответственность за эти события и за то, как складывается их жизнь в целом. Взаимосвязь между особенностями самореализации, шкалами психологического благополучия и самоконтролем в группах пациентов и студентов также существенно различается, что свидетельствует о том, что представители сравниваемых групп самоконтроль направляют на реализацию разных жизненных сфер.

Список литературы

1. Адлер А. Индивидуальная психология / История зарубежной психологии / ред. П.Я. Гальперин, А.Н. Ждан. М.: Изд-во МГУ, 1986. С. 131–140.
2. Байлук В.В. Человечествознание. Самореализация личности: общие законы успеха. Екатеринбург: Изд-во Урал. гос. пед. ун-та, 2011. 383 с.
3. Коган Л.Н. Человек и его судьба М.: Мысль, 1988. 283 с.
4. Козлова Т.З. Самореализация личности по возрастным интервалам (на примере современных россиян) // Социология и жизнь. 2017. № 3. С. 63–69.
5. Маслоу А. Психология бытия. М.: «Рефл-бук», К.: «Ваклер», 1997. – 367 с.
6. Самохина Н.Н. Психологические аспекты проблемы самореализации личности в воззрениях отечественных и зарубежных исследователей // Приволжский научный вестник. 2013, № 9. С. 79–84.

7. Fromm E. Man for himself. The study of psychological problems of ethics (trans. from English. L.A. Chernyshevoj) Minsk: Collegium, 1992. 253 p.

References:

1. Adler A. Individual'naya psihologiya / Istorija zarubezhnoj psihologii / red. P.YA. Gal'perin, A.N. Zhdan. M.: Izd-vo MGU, 1986. P. 131–140.
2. Bajluk V.V. Chelovekoznanie. Samorealizaciya lichnosti: obshchie zakony uspekha. Ekaterinoburg : Izd-vo Ural. gos. ped. un-ta, 2011. 383 p.
3. Kogan L.N. Chelovek i ego sud'ba M.: Mysl', 1988. 283 p.
4. Kozlova T.Z. Samorealizaciya lichnosti po vozrastnym intervalam (na primere sovremennyh rossiyan) // Sociologiya i zhizn'. 2017. № 3. P. 63–69.
5. Maslou A. Psihologiya bytiya. M.: «Refl-buk», K.: «Vakler», 1997. 367 p.
6. Samohina N.N. Psihologicheskie aspekty problemy samorealizacii lichnosti v vozzreniyah otechestvennyh i zarubezhnyh issledovatelej // Privolzhskij nauchnyj vestnik. 2013, № 9. P. 79–84.
7. Fromm E. Man for himself. The study of psychological problems of ethics (trans. from English. L.A. Chernyshevoj) Minsk: Collegium, 1992. 253 p.