

УДК 159.923.2

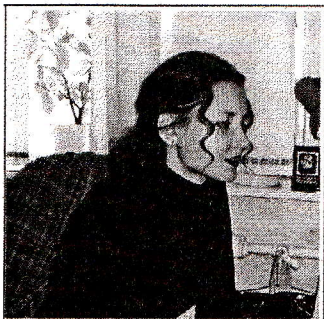
САМОАКТУАЛИЗАЦИЯ И ТРЕВОЖНОСТЬ КАК ФАКТОРЫ МЕЖЛИЧНОСТНЫХ ОТНОШЕНИЙ СТУДЕНТОВ ГУМАНИТАРНЫХ СПЕЦИАЛЬНОСТЕЙ

© В. Е. Якунин

© М. В. Скворцова



Якунин Валерий Ефимович
профессор, доктор
медицинских наук, профессор
кафедры психологии
филиала Самарской
гуманитарной академии
в г. Тольятти



Скворцова
Мария Владимировна
кандидат психологических наук,
ст. преподаватель кафедры
общей психологии
Тольяттинского государственного
университета

Изучены связи самоактуализации, тревожности и межличностных отношений у студентов гуманитарных специальностей. Различия в уровне тревожности детерминируют социально-психологические особенности протекания самоактуализации студентов. Характер межличностных отношений в группе является одним из факторов, определяющих путь самоактуализации ее членов.

Ключевые слова: самоактуализация, тревожность, личностное развитие, личностная ориентация, межгрупповые отношения.

Исследование процесса и результатов самоактуализации востребовано всей современной социокультурной ситуацией. Психология второй половины XX века сделала попытку понять и описать такие психические реалии, на осмысление которых раньше претендовала лишь философия, а практические методы работы с которыми до начала XX века были прерогативой почти исключительно религии. К таким явлениям относится и потребность человека трансцендировать самого себя, расширить пределы своего опыта, реализовать весь свой потенциал. Эта потребность получила название стремления к *самоактуализации*.

Изучение процесса самоактуализации студентов важно потому, что от него зависит интеллектуальное и культурное будущее нашей страны. За последнее десятилетие увеличилось не только количество вузов, но и почти в 3 раза возросла доля студентов среди молодежи. Через 15-25 лет нынешние студенты (особенно — студенты-гуманитарии) будут определять приоритеты развития культуры, и при этом во многом они будут опираться на те ценности, которые сложились у них еще в студенческие годы. Анализ трудностей, с которыми сталкивается молодой человек при попытках реализации своего потенциала, может помочь созданию более благоприят-

ных социально-психологических условий для личностного роста молодых людей. Студенты рассматривались в социально-психологической литературе как субъекты образовательного процесса [1], как субъекты творчества [7, 13]; изучалось дезадаптивное поведение и тревожность студентов, социально-психологический климат студенческих групп [2], особенности социальной перцепции студентов [4]. Вместе с тем, до сих пор недостаточно разработана проблема взаимосвязи процессов личностного роста и самоактуализации студентов с особенностями их межличностных отношений в группах.

Без учёта специфических взаимосвязей стремления к самоактуализации с личностной тревожностью трудно понять, почему так легко распространяются в молодёжной среде идеи некоторых тоталитарных сект, почему некоторым талантливым и творческим студентам особенно трудно завершить своё высшее образование; невозможно объяснить и многие другие социально-психологические феномены.

Самоактуализация — многогранный и сложный феномен, впервые описанный К. Гольдштейном и более подробно изученный психологами гуманистического направления [10, 14 и др]. В той или иной форме она изучалась в смежных и близких к гуманистической психологии направлениях — социокультурном психоанализе К. Хорни и Э. Фромма, гештальттерапии Ф. Пёрлза, экзистенциальной психологии [5, 11], философских работах М. К. Мамардашвили [9]. В настоящее время все чаще рассматриваются социально-психологические аспекты личностного роста и самоактуализации [3, 6, 12].

Самоактуализация, в общих чертах, представляет собою *процесс и результат максимально-полного проявления человеком своих способностей, развития задатков и реализации всего потенциала своей личности*. Согласно замечанию В. П. Зинченко, в психологии часто изучаются нормы развития, но «норма» предполагает границу, предел, стандарт. Но то, к чему способен человек при максимальном проявлении своих свойств, до сих пор неизвестно. Поэтому «значительно продуктивнее говорить о развитии как норме». Естественно, субъектом этого процесса выступает не изолированная личность, а человек социализированный, включённый в разнообразные межличностные и социальные отношения. То есть, она происходит не только на личностном, но и на микро-социальном уровне, роль которого очень велика. Практически все исследователи процесса личностного роста и развития человеческого потенциала приходили к выводу, что *нельзя недооценивать влияние на этот процесс ближайшего окружения личности*.

Отношения самоактуализирующейся личности с другими людьми противоречивы: с одной стороны, она стремится к максимальной свободе и самовыражению, с другой же — такая личность, по словам К. Роджерса, «неизлечимо социальна» и имеет глубокую потребность во взаимоотношениях. Именно привычно-нездоровые межличностные отношения со «значимыми другими» удерживают большинство людей от развития своего потенциала (Ф. Пёрлз). В то же время, существует и обратная связь: развивающаяся, самоактуализирующаяся личность неизбежно преобразовывает окружающие социальные обстоятельства.

Зачастую процесс самоактуализации рассматривается как нечто безусловно-позитивное, не имеющее никаких «теневых сторон». При таком подходе личностная тревожность понимается как свойство, прямо противоположное самоактуализационной тенденции, которое должно уменьшаться при приближении к высокому уровню самоактуализации. Однако при более глубоком рассмотрении выясняется, что личностный рост и проявление человеческого потенциала — это сложный процесс, при котором возможно *обострение* состояния тревоги и даже на каком-то этапе — усиление личностной тревожности как свойства личности. Такое представление мы находим в работах фило-

софов и многих классиков экзистенциально-гуманистической психологии [5, 8-11]. Р. Мэй считает, что одновременно с возрастанием позитивного потенциала, приближением к актуализированному состоянию *неизбежно и закономерно* увеличится и усилится негативная сторона личности.

Проанализировав существующие точки зрения на процесс самоактуализации, мы выдвигаем гипотезу о возможности как минимум двух различных путей самоактуализации, а также о возможности обнаружить два, во многом несхожих, типа людей, реализующих мотив самоактуализации. Один из них будет характеризоваться высоким уровнем самоактуализационной тенденции и низкой тревожностью, а другой — не менее высоким стремлением к самоактуализации при высокой тревожности. Достижение состояния самоактуализации, впрочем, скорее всего, нивелирует это различие между описанными двумя типами. Однако следует помнить, что достижение этого состояния, как писал А. Маслоу, становится возможным лишь в зрелом возрасте.

Если высказанное выше предположение является верным, то можно обнаружить и различия в процессе социализации людей этих двух типов. Можно предположить, что люди первого типа будут получать большее признание в своём окружении, в то время как люди второго типа самоактуализации, вероятно, встретятся с различными трудностями при контактах с окружающими. Однако эта закономерность может нарушаться в том случае, когда группа по какой-либо причине заинтересована в максимальном проявлении способностей своих членов; в таком случае она превращается в «группу поддержки», помогающую снизить остроту внутреннего конфликта людям, идущим по пути личностного роста и самоактуализации.

Прояснение вопроса о соотношении самоактуализационной тенденции с тревожностью позволяет глубже понять процессы, протекающие в группе, когда один или несколько ее членов начинают активно стремиться к реализации своего личностного потенциала.

Целью исследования было выявление связи между выраженностью у студентов стремления к самоактуализации, уровнем их тревожности и характером межличностных отношений, в которые они включены в своей учебной группе.

Анализ литературы показал, что «самоактуализация» может трактоваться по-разному:

- как актуализация чего-либо, находящегося пока в не-актуальном (потенциальном) состоянии, опираясь на самого себя, *свои собственные силы*. В таком случае акцент делается на *самодетерминированность* некоего развития, на его внутренние причины, на «самостоятельность» личности. Этот взгляд, в частности, выражал Ф. Пёрлз.

- как актуализация *самого себя*, то есть некоей «самости», являющейся истинной сутью актуализирующейся личности (К. Р. Роджерс, А. Маслоу). При таком понимании главным становится представление о врожденных, биологически заданных свойствах, которые можно «реализовать» или «актуализировать».

- как «усиление себя», утверждение своего «Я», придание *смысла* и осознанности своему существованию, принятие ответственности за свою жизнь (Д. Бьюдженталь, Р. Мэй и др.). Так, Р. Мэй говорит о «...способности заявить, что *я есть*», способности «утвердить себя в мире» и даже предполагает, что провозглашенная в своё время Ф. Ницше «воля к власти» имеет отношение не к власти в современном понимании слова, а именно к самоактуализации и самореализации. Описанная Мэем «сила как возможность», по сути, очень близка к идеям о стремлении к самоактуализации.

Итак, самореализация и самоактуализация понимаются и проявляются в разных аспектах и могут изучаться и как качество самоактуализирующейся личности, и как осо-

бая потребность, и как деятельность (по самореализации), и как процесс личностных изменений.

Развившись внутри гуманистической психологии, идея самоактуализации со всей неизбежностью ставит вопрос о так называемой «природе человека», о природе «самости». Возникает вопрос: что именно актуализируется, когда человек «актуализирует самого себя»? Кто такой «сам»? Этот вопрос выходит далеко за рамки социальной психологии и даже психологии вообще. Собственно, это — один из тех «вечных» философских вопросов, ответ на который определяет тип мирозерцания целых культур.

МЕТОДИКА

В литературе подробно описаны признаки, которые отличают самоактуализирующуюся личность. Для изучения процесса самоактуализации потребовалось составить батарею психодиагностических методик, с помощью которых оценили личность по параметрам, соответствующим этому описанию. Основой этой батареи методик стал широко известный опросник РОГ Э. Шострома, адаптированный вариант которого называется «ЛиО» (Опросник личностных ориентаций), или «СаТ» (Самоактуализационный тест). Однако данные, полученные с помощью этого инструмента, очень субъективны. Для придания большей объективности результатам нами были использованы тесты креативности — тест Торренса (вербальная и образная батареи) и Тест отдаленных ассоциаций (РАТ) Медника. Результатам тестов креативности мы придаем такое большое значение на основании мнения А. Маслоу, который считал творческие способности неотъемлемым атрибутом самоактуализации. Поскольку одним из важнейших признаков стремления к самоактуализации является специфическая система ценностей, для ее диагностики была применена шкала Рокича. С помощью факторного анализа ответы испытуемых в шкале Рокича свели к восьми главным факторам (четыре из них показывают ценности субъекта, и еще четыре — самооценку реализованности этих ценностей).

Кроме того, использовалась шкала, разработанная автором на основе идеи А. Маслоу об иерархии потребностей, позволяющая проводить диагностику выраженности потребностей различного уровня — от физиологических до метапотребностей.

Для оценки эмоционального состояния и уровня тревожности испытуемых использовались шкалы тревожности Спилбергера и Тейлор, методика Айзенка для диагностики тревожности, ригидности, фрустрированности и агрессии; шкала оценки психических защит Элерса; шкала дифференциальных эмоций (ШДЭ) К. Изарда, а также отдельные параметры опросника 16PF Кеттелла (факторы О, С, Q4).

Социально-психологические параметры малых групп изучались с помощью социометрии (кроме традиционных вопросов, испытуемых спрашивали о том, кого из членов группы они назвали бы наиболее креативными и наиболее тревожными). Поведение испытуемых в конфликтах изучалось с помощью теста Томаса. Важную информацию о поведении испытуемых в группах дали некоторые шкалы опросника 16PF (факторы Е, F, Н, G, Q3). Особенности аффилиации и уровень стремления к достижениям измерялись с помощью шкал Мехрабиана, уровень субъективно переживаемого одиночества — с помощью шкалы Фидпера и Рассела, а склонность к риску в поведении — по шкале Шубарта.

Все перечисленные выше методики позволили получить количественные оценки показателей, которые могут прямо или косвенно указывать на уровень выраженности самоактуализационной тенденции. Однако количественные оценки во многом нивелируют реальные различия между людьми, поэтому в исследовании также применялись

методы, в которых ответы испытуемых были менее унифицированы. Это — известная методика «Незаконченные предложения» (в варианте, предложенном А. М. Прихожан) и разработанная автором рисуночная методика «Творческая и нетворческая части личности». Результаты, полученные с помощью этих методик, подвергались качественному анализу и служили для создания более полного представления о взаимоотношениях с группой и ценностях отдельных испытуемых.

РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Нами ставилась задача — сравнить между собой студентов, в разной степени проявляющих стремление к самоактуализации, и выявить между ними значимые различия в параметрах тревожности и в построении межличностных отношений. Для решения этой задачи сначала требуется дифференцировать всех испытуемых по критерию стремления к самоактуализации. Традиционным инструментом для выделения контрастных групп является кластерный анализ. При выборе параметров для кластерного анализа мы исходили из того, что выделять контрастные группы следует, опираясь на данные о ценностях испытуемых и об уровне их креативности. Нами были отобраны следующие параметры:

- Шесть важнейших шкал *опросника личностных ориентаций (ЛиО)* (шкалы **Tc** «Компетентность во времени», **I** «Опора на себя», **SaV** «Ценности самоактуализации», **Ex** «Экзистенциальность», **S** «Спонтанность», **C** «Способность к близким контактам»). Этот опросник традиционно используется для оценки уровня самоактуализированности субъекта.

- Два контрастных показателя *шкалы выраженности потребностей* («Выраженность физиологических потребностей» и «Выраженность потребности в самоактуализации»). Шкала была разработана автором исследования.

- Четыре основных ценностных фактора, полученных в результате факторного анализа данных *шкалы Рокича*. Эти факторы были обозначены как «Ценности житейского благополучия», «Ценности самоконтроля и социализированности», «Ценности свободного художника» и «Альтруизм и ориентация на близкие отношения».

- Показатель образной креативности по *Торренсу* (индекс образной оригинальности, то есть отношение образной оригинальности к образной беглости) показывает, каков средний уровень оригинальности рисунков, выполненных в образной батарее теста Торренса. Этот параметр позволяет устранить искажающее влияние показателя беглости на показатель оригинальности.

- Показатель вербальной оригинальности по тесту отдаленных ассоциаций (*RAT*) Медника.

Всего для кластерного анализа выборки отобрали 14 параметров, связанных с ценностными ориентациями и креативностью. В анализе выделились 3 контрастных кластера со следующими показателями. В первый кластер вошли 29,3% испытуемых (41 чел.), в наибольшей степени соответствующих описанию Маслоу: они склонны разделять ценности самоактуализирующихся людей и отличаются большей креативностью. В третий кластер вошли 28,6% испытуемых (40 человек), наиболее далеких от стремления к самоактуализации, а также менее креативных. Оставшийся второй кластер занимает промежуточное положение между 1-м и 3-м кластерами, в нем оказались 42,1% испытуемых (59 чел.). По признаку вербальной креативности не выявили существенных различий, а по остальным параметрам кластеры заметно отличались друг от друга. Расстояния между кластерными центрами таковы, что можно сделать вывод: первый и третий кластер наиболее удалены друг от друга, а второй находится между ними.

Таким образом, кластерный анализ позволил нам разделить выборку на три группы испытуемых-студентов, различающиеся по стремлению к самоактуализации. Для дальнейшего анализа были взяты контрастные первый и третий кластеры, которые сравнили по различным параметрам, связанным с уровнем тревожности и социально-психологической адаптированности.

Между контрастными группами, отличающимися по параметру стремления к самоактуализации, обнаружилось множество статистически значимых различий. Студенты, которых мы сочли более склонными к самоактуализации, отличались меньшей фрустрированностью и ригидностью, меньшей выраженностью психических защит, большей готовностью к риску. Вместе с тем, они выше оценили свой уровень эмоций гнева и презрения и имели гораздо высокий уровень принятия своей и чужой агрессии и низкий — страха отвержения. Анализ факторов опросника Кеттелла показывает, что испытуемые, оказавшиеся в первом кластере, более доминантны (фактор Е), беспечны (фактор F), отличаются большей социальной смелостью (фактор Н), но значительно меньшей силой Супер-эго (фактор G). Они же оказались и более креативными. Это проявилось как в образных, так и в вербальных тестах креативности. Впрочем, последний результат был вполне предсказуем, так как показатели креативности были в числе тех параметров, по которым проводилась кластеризация выборки. Но и в тех параметрах креативности, которые не были непосредственным основанием кластеризации, также выявлены значимые различия. Например, студенты, более склонные к самоактуализации, давали своим рисункам в тесте Торренса более абстрактные названия и проявляли большую вербальную гибкость и оригинальность. Особо отмечаем высокий уровень достоверности различий по шкале «Устойчивость к замыканиям» теста Торренса: испытуемые, более склонные к самоактуализации, гораздо чаще в тесте Торренса изображали незамкнутые фигуры. По предположению Торренса, этот параметр отражает степень терпимости к неопределенности. Следовательно, мы имеем еще одно подтверждение того, что самоактуализация напрямую связана с умением без избыточных психических защит действовать в неопределенных ситуациях. Результаты, полученные с помощью шкал Айзенка и Спилбергера, показали, что испытуемые, включенные в первый кластер, в целом отличались меньшей тревожностью.

С помощью U-критерия Манна-Уитни контрастные группы, отличающиеся по выраженности стремления к самоактуализации, были сравнены по показателям социометрии и по другим параметрам, не образующим нормального распределения. Оказалось, что студентов, принадлежащих к первому кластеру, чаще называли более креативными (многие из них оказались своеобразными «креативными звездами»). У них были ниже показатели актуальности физиологических потребностей, потребности в стабильности и самоутверждении, но выше — стремление к самоактуализации и выраженность метапотребностей.

Мы сравнили между собой два кластера, предположительно различившихся выраженностью стремления к самоактуализации. Свойства испытуемых кластера № 1 намного больше совпадают с картиной, описанной А. Маслоу. *Поскольку совпадения между описанием Маслоу и свойствами испытуемых кластера № 1 весьма значительны, мы делаем вывод о том, что для кластерного анализа были выбраны вполне обоснованные критерии и испытуемые кластера № 1 действительно отличаются более высоким стремлением к самоактуализации.*

Несмотря на то, что в целом испытуемые кластера № 1 (более склонные к самоактуализации) производили впечатление менее тревожных, этот кластер является достаточно рассеянным по признаку тревожности.

Далее мы разделили всю выборку испытуемых на контрастные группы по признаку тревожности. Как отмечалось выше, в нашем исследовании использовались как различные специализированные шкалы тревожности (шкала Айзенка, шкала Спилбергера, шкала Тейлор), так и другие методики, свидетельствующие о тревожности (опросник Кеттелла). В этой связи мы приняли решение не разделять испытуемых на более и менее тревожных, опираясь на данные какой-либо одной шкалы, а вновь прибегнуть к кластерному анализу, чтобы учесть все полученные результаты. Основанием для кластеризации послужили показатели по всем перечисленным методикам. Было выделено два контрастных кластера. Расстояния между кластерными центрами и другие результаты кластерного анализа приведены в таблице 1.

Таблица 1

РАЗДЕЛЕНИЕ ИСПЫТУЕМЫХ НА ДВА КЛАСТЕРА ПО ПРИЗНАКАМ ТРЕВОЖНОСТИ

Параметры	Кластеры	
	1	2
Количество испытуемых в кластере (чел.)	75	65
В процентах от всего количества испытуемых, склонных к самоактуализации	53,6%	46,4%
Положения кластерных центров каждого из двух кластеров:	Кластеры	
	1	2
Уровень тревожности по шкале Айзенка	10,1	5,8
Уровень тревоги по шкале Тейлор	25,7	14,1
Ситуативная тревога по Спилбергеру	51,1	36,0
Личностная тревожность по Спилбергеру	50,8	38,6
Фактор О по Кеттеллу	60	48

Можно убедиться, что в первый кластер вошли испытуемые с высокой тревожностью, а во второй — с низкой. Следующей нашей задачей было выделение в выборке нескольких групп на основании различий в уровне самоактуализированности и тревожности. Выше было описано, как с помощью кластерного анализа вся выборка была разделена на три группы по признаку стремления к самоактуализации и на две — на основании уровня тревожности. Теперь мы объединяем эти результаты, получая деление всех испытуемых на шесть групп (таблица 2).

Итак, мы выделили в выборке шесть групп (итоговых кластеров) по признакам тревожности и стремления к самоактуализации, обозначив их латинскими буквами *A, B, C, D, E, F*.

Испытуемых кластеров *A* и *B* характеризует равно высское стремление к самоактуализации, но у них различный уровень тревоги. Нам необходимо сравнить их по различным социально-психологическим и личностным параметрам. Для сравнения средних значений будем, как обычно, использовать *t*-критерий Стьюдента или *U*-критерий Манна-Уитни, в зависимости от того, является ли параметрической или интервальной шкала, по которой измерен признак. Результаты этих сравнений приведены в таблицах 3 и 4.

Таблица 2

РАЗДЕЛЕНИЕ ВЫБОРКИ НА ШЕСТЬ ГРУПП ПО ПРИЗНАКАМ ТРЕВОЖНОСТИ И СКЛОННОСТИ К САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

		Самоактуализация		
		высокая	средняя	низкая
Тревожность	высокая	А 12,1% 17 чел.	С 20,7% 29 чел.	Е 20,7% 29 чел.
	низкая	В 17,1% 24 чел.	Д 21,4% 30 чел.	F 7,1% 10 чел.

Таблица 3

СВОЙСТВА САМОАКТУАЛИЗИРУЮЩИХСЯ ИСПЫТУЕМЫХ, ОТЛИЧАЮЩИХСЯ ПО ПРИЗНАКУ ТРЕВОЖНОСТИ (параметры, измеренные интервальными шкалами)

Параметр	Кластер А		Кластер В		<i>t</i>	<i>p</i>
	$X_{\text{средн}}$	σ	$X_{\text{средн}}$	σ		
Уровень фрустрации по шкале Айзенка	7,46	2,63	5,08	3,74	2,25	0,031
Уровень Страх по шкале Изарда	7,41	2,78	5,29	1,78	2,84	0,009
Уровень одиночества по шкале Рассела и Фидлера	39,47	12,14	20,56	9,55	2,78	0,009
Фактор С по Кеттеллу (эмоциональная устойчивость)	52,29	6,37	58,28	8,21	-2,44	0,019
Фактор Н по Кеттеллу (социальная смелость)	51,02	9,63	58,74	10,54	-2,33	0,025
Фактор N по Кеттеллу (дипломатичность)	53,48	8,69	46,67	7,58	2,53	0,017
Компетентность во времени (<i>Te</i>) по тесту ЛиО	14,47	2,60	17,39	2,79	-3,40	0,002
Опора на себя (<i>I</i>) по тесту ЛиО	79,11	10,82	85,87	7,18	-2,23	0,034
Самоуважение (<i>Sr</i>) по тесту ЛиО	9,29	3,17	11,60	2,08	-2,62	0,015
Страх отвержения в тесте аффилиации по Мехрабиану	122,5	22,91	105,0	20,36	2,53	0,017

где — *t* — коэффициент Стьюдента, *p* — вероятность статистической ошибки, $X_{\text{средн}}$ — среднее арифметическое

СВОЙСТВА ВЫСОКОТРЕВОЖНЫХ ИСПЫТУЕМЫХ,
РАЗЛИЧАЮЩИХСЯ ПО СТРЕМЛЕНИЮ К САМОАКТУАЛИЗАЦИИ
(параметры, измеренные интервальными шкалами)

Параметр	Кластер А		Кластер Е		t	p
	$X_{\text{средн}}$	σ	$X_{\text{средн}}$	σ		
Фактор F по Кеттеллу	52,29	8,71	45,65	9,79	2,24	0,03
Фактор G по Кеттеллу	54,04	9,08	59,99	10,04	-1,96	0,05
Выраженность защит (по Элерсу)	13,61	5,81	18,92	4,02	-3,37	0,00
Фрустрация (по Айзенку)	7,61	2,39	9,70	3,26	-2,05	0,05
Ригидность (по Айзенку)	8,61	2,66	11,55	3,02	-2,98	0,00
«Ценности самоконтроля и социализированности»	-0,41	0,84	0,22	0,93	-2,06	0,05
«Ценности свободного художника»	0,54	1,18	-0,16	0,97	1,99	0,05
Самооценка конвенциональности	-0,09	0,93	0,49	0,69	-2,23	0,03
Образная разработанность (по Торренсу)	230,2	38,72	169,6	64,12	3,34	0,00
Абстрактность названий (по Торренсу)	12,4	6,12	7,5	4,27	3,05	0,00
Устойчивость к замыканиям	13,93	3,36	11,64	3,91	1,95	0,05
Вербальная гибкость	48,00	10,45	39,8	9,45	2,64	0,01
Вербальная оригинальность	95,52	56,87	58,80	29,65	2,74	0,00
Мнение о высокой социальной приспособ- ленности творческого человека	-0,52	0,48	1,35	1,03	-2,66	0,01

Таблица 5

СРАВНЕНИЕ СВОЙСТВ ВЫСОКОТРЕВОЖНЫХ ИСПЫТУЕМЫХ,
РАЗЛИЧАЮЩИХСЯ ПО СТРЕМЛЕНИЮ К САМОАКТУАЛИЗАЦИИ
(параметры не образующие нормального распределения)

Параметр	А - $X1_{\text{средн}}$	Е - $X2_{\text{средн}}$	U	p
Презрение (по Изарду)	7,17	5,35	145	0,03
Социометрический индекс № 1 (признание креативности)	0,18	0,05	130	0,00
Нор (в тесте Медника)	0,64	0,43	67	0,00
На (в тесте Медника)	1,06	0,98	146	0,04
Нун (в тесте Медника)	0,46	0,21	82	0,02
Страх и тревога в рисунке «нетворческая часть моего Я»	1,64	1,34	118	0,02
Оригинальность рисунка «творческая часть моего Я»	1,27	0,87	128	0,05

где — А - $X_{\text{средн}}$ и Е - $X2_{\text{средн}}$ — средние значения в кластерах А и Е; U — значение критерия Манна-Уитни; P — вероятность статистической ошибки.

Приведенные выше данные показывают, что между испытуемыми, в равной степени проявляющими склонность к самоактуализации, но различающимися по выраженности тревоги, существуют определенные достоверные различия. В первую очередь, обращает на себя внимание различие в показателях самоактуализационного теста (опросника ЛиО). Несмотря на то, что мы из всей выборки в 140 отобрали 41 испытуемого с наибольшими показателями по ключевым шкалам опросника ЛиО, в этой отобранной группе вновь проявилась отрицательная связь между самоактуализационной тенденцией и тревожностью: как известно, большинство шкал опросника ЛиО отрицательно коррелирует со всеми показателями тревожности. Однако мы замечаем, что эта общая статистическая закономерность не мешает некоторым высокотревожным испытуемым разделять ценности самоактуализации и проявлять высокую креативность, то есть проявлять все признаки стремления к самоактуализации.

Более тревожные из самоактуализирующихся студентов оказались также и намного более фрустрированными, склонными испытывать эмоции страха и вины, у них почти в два раза выше уровень одиночества, более выражен страх отвержения и гораздо ниже показатель социальной смелости. По всей видимости, это свидетельствует о больших сложностях в общении и межличностных контактах, чем у их столь же креативных и самоактуализирующихся, но менее тревожных ровесников. Видимо, они в большей степени склонны уступать партнерам в общении, чем отстаивать свои интересы (фактор С в опроснике Кеттелла).

Для окружающих людей, для группы эта высокая тревожность интересующих нас субъектов не является тайной: по данным социометрии, студенческие группы, называя «наиболее тревожных и беспокойных» своих членов, чаще указывают именно на испытуемых с высокими показателями по шкалам тревожности. *Одно из основных различий между высоко- и низкотревожными самоактуализирующимися студентами — это их позиция по отношению к партнерам по общению, к другим людям.* Высокотревожные испытуемые, склонные к самоактуализации, намного больше склонны считаться с интересами других — часто, видимо, в ущерб собственным интересам. Так, если испытуемые из кластера **В** ставят в шкале Рокича ценность «Счастье других» в среднем на 15 место, то высокотревожные из кластера **А** — на 12 место. Зато с ценностью «Высокие запросы» все обстоит с точностью до наоборот: высокотревожные студенты ставят ее на 15-16 место, а низкотревожные — на 12-е. Складывается впечатление, что высокая тревожность в сочетании с гуманистическими ценностями побуждает людей уступать другим, жертвуя собственными высокими запросами, в то время как эти же ценности, но при отсутствии тревожности не подталкивают к подобным уступкам. Об этом говорит и различие в показателях фактора N (дипломатичность) в тесте Кеттелла: у высокотревожных он значительно выше. Вместе с тем, каких-либо различий в опроснике Томаса (поведение в конфликте) обнаружено не было: то есть, низкотревожные студенты, по их собственным оценкам, не являются более конкурентными, а высокотревожные не обязательно склонны к избеганию, сотрудничеству и компромиссу. Видимо, здесь мы имеем дело не столько с поведенческими различиями, сколько с отличием в социальных установках. Это показывает и следующий факт: не было обнаружено значимых различий в показателях агрессии между высокотревожными и низкотревожными испытуемыми (шкала Айзенка); вместе с тем, в описании не себя, а абстрактной творческой личности такие различия были, причем очень заметные. Самоактуализирующиеся испытуемые с низкой тревожностью, оценивая агрессивность творческого человека, в среднем показали результат 5,66 балла из 7 возможных — то есть, для них некоторая

агрессия является одним из естественных проявлений творчества. Столь же креативные, но более тревожные испытуемые при описании творческого человека оценивали выраженность его агрессивности как среднюю (4,33 балла из 7 возможных).

Для того чтобы осуществлять подобную линию в межличностных контактах — ограничивать себя, уступать другим, сдерживать агрессию — требуется высокий уровень самоконтроля. И мы видим, что тревожные испытуемые гораздо выше себя оценивают по этому показателю. Подобная установка на «жертвенность» и избыточный самоконтроль в межличностных контактах, возможно, и приводит талантливых, но высокотревожных студентов к переживанию одиночества. Они также более низко оценивают значимость ценности «Жизнерадостность» в шкале Рокича — видимо, для них переживание эмоционального удовлетворения не столь важно (или не столь возможно?), как для их низкотревожных однокурсников.

Итак, можно сказать следующее: даже и при высокой тревожности стремление к самоактуализации может быть очень выраженным, но при разных уровнях тревожности это стремление будет проявляться по-разному. Низкая тревожность дает человеку возможность утверждать себя в общении с другими, стремиться к развитию своего потенциала в уверенной манере. Высокая же тревожность побуждает субъекта гораздо больше считаться с интересами окружающих и даже бояться их, испытывать чувство вины при отстаивании своих интересов. Вместе с тем, мы не можем утверждать, что тревожные самоактуализирующиеся студенты более конформны — они идут скорее не по пути конформного приспособления к окружающим, а по пути самоизоляции, ухода в свой внутренний мир, что выражается в обостренном чувстве одиночества.

Проанализировав результаты, приведенные в таблице 5, можно сказать, что высокая тревожность проявляется по-разному при различных уровнях стремления к самоактуализации, при различии в ценностях и уровне креативности.

Высокотревожные студенты, у которых нет стремления к самоактуализации, менее беспечны и сильнее стремятся себя контролировать (факторы F и G Кеттелла). У них больше склонность избегать неудач, они более фрустрированы и главное — намного более ригидны (шкала Айзенка). У них выше значения по фактору «Ценности самоконтроля и социализированности» и ниже — по фактору «Ценности свободного художника» (шкала Рокича). Это значит, что при высокой тревожности и отсутствии стремления к самоактуализации человек обесценивает свободу, смелость в отстаивании своего мнения, независимость, творчество, красоту природы и искусства, жизненную мудрость. Этим ценностям он предпочитает ответственность, счастливую семейную жизнь, честность, интересную работу, общественное признание, материальную обеспеченность, высокие запросы и рационализм. Эти соображения подкрепляются тем фактом, что испытуемые кластера Е сочли творческих людей более социально-приспособленными, чем респонденты из кластера А. То есть, людям с высокой тревожностью и низким стремлением к самоактуализации творческая личность представляется ответственной, практичной, решительной, собранной, не одинокой и не тревожной. Они мыслят творчество как инструмент для достижения успехов, в противоположность студентам с высоким стремлением к самоактуализации. Вновь мы встречаемся с тем, что люди более креативные и стремящиеся к самоактуализации не смотрят на креативность и гуманистические ценности как на средство приспособления к социуму.

Высокая тревожность в сочетании с высокой креативностью и стремлением к самоактуализации приводит к тому, что в рисунке «нетворческая часть моего Я» более вы-

ражены страх и тревога. Видимо, у студентов из кластера *A* собственная нетворческая часть личности вызывает большее отторжение, чем у респондентов кластера *E*. Вместе с тем, их рисунки «творческой части Я» отличаются более «жесткими» и угловатыми линиями, что в очередной раз подтверждает отсутствие у них «радужного» взгляда на процесс творчества.

Таким образом, мы увидели, что креативность испытуемых из кластера *A* более признана членами их группы, что соответствует и более высоким показателям в тестах креативности. Вместе с тем, отношение студентов типа *A* к окружающим окрашено некоторым презрением, они более дистанцированы от своей группы, менее склонны считаться с социальными условностями и контролировать себя. Они более гибки в поведении и менее фрустрированы, считают себя менее конвенциональными.

ВЫВОДЫ

1. Различия в уровне тревожности детерминируют социально-психологические особенности протекания самоактуализации.

2. Процесс самоактуализации может быть исследован с достаточным уровнем объективности, если учитывать не только ценностные ориентации испытуемых, но и уровень творческих способностей, особенности межличностных взаимоотношений, в которые они включены, уровень тревожности и пути ее преодоления.

3. Студенты с выраженным стремлением к самоактуализации могут быть как низко-, так и высокотревожными. Это позволяет выделить два контрастных социально-психологических типа самоактуализирующихся студентов (кластеры *A* и *B*). Одно из основных различий между ними — это позиция по отношению к партнерам по общению, к другим людям.

4. При высокой тревожности стремление к самоактуализации может быть очень выраженным, но социально-психологические особенности его проявления будут не вполне соответствовать описаниям самоактуализирующейся личности, приводимым в литературе. Высокая тревожность в сочетании с гуманистическими ценностями побуждает людей уступать другим, жертвуя собственными высокими запросами, в то время как эти же ценности, но при отсутствии тревожности не подталкивают к подобным уступкам.

5. Тревожные самоактуализирующиеся студенты не всегда более конформны — они идут скорее не по пути конформного приспособления к окружающим, а по пути самоизоляции, ухода в свой внутренний мир, что выражается в обостренном чувстве одиночества.

6. Характер межличностных взаимоотношений в группе является одним из факторов, определяющих путь самоактуализации ее членов.

Таким образом, гипотеза о том, что высокая тревожность не является непреодолимым препятствием для самоактуализации и в некоторых случаях закономерно сопутствует ей, нашла ряд подтверждений в нашем исследовании. Среди студентов, проявивших склонность к самоактуализации, почти половина — люди с умеренно-повышенной и даже высокой тревожностью. Полученные результаты позволили показать различия в стиле проявления самоактуализационной тенденции, связанные с различной степенью тревоги. При низкой тревожности личностное развитие идет в активных межличностных контактах, человек занимает одно из ключевых мест в своей малой группе. При высокой тревожности личностный рост идет как бы втайне от группы, человек выбирает путь самоизоляции, у него малое количество контактов с окружающими и, как следствие, высокий уровень субъективно-переживаемого одиночества.

СПИСОК ИСПОЛЬЗОВАННОЙ ЛИТЕРАТУРЫ

1. *Акопов Г. В., Горбачева А. В.* Социальная психология студента как субъекта образовательного процесса. М., 2003.
2. *Андреева, И. Н.* Методологические основы изучения социально-психологического климата в академической группе вуза : дис. ... канд. психол. наук. М., 1985.
3. *Асмолов, А. Г.* Психология личности. М. : МГУ, 1990.
4. *Бабанский, М. Ю.* Психологические особенности познания студентами-первокурсниками друг друга : дис. ... канд. психол. наук. М., 1986.
5. *Бьюдженталь, Д.* Искусство психотерапевта. СПб. : Питер, 2001.
6. *Вахромов, Е. Е.* Психологические особенности самоактуализации подростков с отклоняющимся поведением : автореф. дис. ... канд. психол. наук. М., 2003.
7. *Галактионов, И. В.* Психологические особенности творческой личности студента педвуза : дис. ... канд. психол. наук. М., 1997.
8. *Леонтьев, Д. А.* Психология смысла. М., 1999.
9. *Мамардашвили, М. К.* Лекции о Прусте, психологическая типология Пути. М., 1995.
10. *Маслоу, А.* Мотивации и личность. СПб. : Евразия, 1999.
11. *Мэй, Р.* Смысл тревоги. М. : Класс, 2001.
12. *Немиринский, О. В.* Личностный рост в психотерапевтической группе. М. : Смысл, 1999.
13. *Осипова, Т. Ю.* Психологические условия развития коммуникативной креативности у студентов технического вуза : дис. ... канд. психол. наук. Томск, 2000.
14. *Роджерс, К.* Взгляд на психотерапию. Становление человека. М. : Прогресс, 1994.

SELF-ACTUALIZATION AND ANXIETY AS FACTORS OF INTERPERSONAL RELATIONS OF THE STUDENTS OF HUMANITIES

V. E. Yakunin, M. V. Skvortzova

Relationships between self-actualization, anxiety and interpersonal relations of the students of humanities have been studied. Socio-psychological characteristics of the students' self-actualization are determined by differing anxiety levels. The character of interpersonal relations is a factor of group members' self-actualization.

Key words: self-samoactualization, anxiety, personal development, personality orientation, interpersonal relations.