

сверстников нередко приводит к недопониманию, усилению напряженности и формированию неблагоприятного психологического климата в классе.

**Заключение.** Таким образом, проведенное исследование показало, что у значительной части младших подростков наблюдается низкий уровень развития межличностных компонентов эмоционального интеллекта – понимания и управления эмоциями других людей. При этом большинство учащихся демонстрируют положительные нравственные установки и приверженность гуманистическим ценностям. Формирование способности к пониманию и сопереживанию является важным условием гармонизации отношений в системе «ученик–ученик», снижения конфликтности и создания благоприятной образовательной среды.

1 Выготский, Л. С. Педагогическая психология / Л. С. Выготский. – Москва : АСТ, 2008. – 672 с.

2 Особенности эмоционального интеллекта подростков, склонных к интернет-зависимости // CyberLeninka. – 2023. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/osobennosti-emotsionalnogo-intellekta-podrostkov-sklonnyh-k-internet-zavisimosti> (дата обращения: 01.03.2026). – Текст : электронный.

3 Ильин, Е. П. Эмоции и чувства / Е. П. Ильин. – 2-е изд. – Санкт-Петербург : Питер, 2011. – 784 с.

4 Развитие эмпатии у младших школьников : монография / Могилев. гос. ун-т им. А. А. Кулешова. – Могилев : МГУ им. А. А. Кулешова, 2020. – URL: <https://libr.msu.by/bitstream/123456789/15520/1/6409n.pdf> (дата обращения: 01.03.2026). – Текст : электронный.

5 Люсин, Д. В. Современные представления об эмоциональном интеллекте / Д. В. Люсин // Социальный интеллект: теория, измерение, исследования / под ред. Д. В. Люсина, Д. В. Ушакова. – Москва : Институт психологии РАН, 2004. – С. 29–36.

## ОСОБЕННОСТИ САМОАКТУАЛИЗАЦИИ СОВРЕМЕННЫХ СТУДЕНТОВ

**Валуев В.Ю.,**

*студент 5 курса ВГУ имени П.М. Машерова, г. Витебск, Республика Беларусь*

Научный руководитель – Милашевич Е.П., ст. преподаватель

Актуальность изучения данной темы состоит в том, что обучение в вузе, это время возможностей для самораскрытия и личностного роста. Этот этап жизни студентов важен с позиции осознания своей индивидуальности и принятия себя, а также выявления своих скрытых талантов и раскрытия внутреннего потенциала. Расширение знаний и развитие новых умений становится основой для повышения профессиональной подготовленности и уверенности в своих силах при столкновении с различными трудностями [1].

Самоактуализация – это процесс, благодаря которому, человек способен понять свой максимальный потенциал и реализовать его [2].

В этом контексте рассматривать процесс самоактуализации важно в учебной среде, где формируются профессиональные задатки, проявляются личностные качества и формируется фундамент у будущих специалистов [3].

Необходимо отметить, что понятие самореализация тесным образом связано с категорией самоактуализации, которая, по сути, является мощной мотивирующей силой для самореализующейся личности. Так в статье Юнель С.А. отмечается, что студенческий возраст – ключевой период для самореализации. В это время учащимся важно утвердиться как в обществе, так и начинать утверждаться профессионально. Препятствием в самореализации, во время обучения, становится «Я-профессиональное» и на этом фоне появляется трудность выбора направления в своем совершенствовании [4].

Целью данной работы является определение уровня самоактуализации современных студентов и выявление их внутреннего потенциала.

**Материал и методы.** В российской психологии проблемами самореализации и самоактуализации личности занимались такие ученые, как Е.И. Горячева, А.В. Лазукин, Д.А. Леонтьев, В.И. Слободчиков и другие. В данном исследовании мы опирались на теоретические положения феноменологического подхода, ориентированного на более глубокое понимание сущности личности и ее взаимодействия с социумом. Уровень самоактуализации означает степень выраженности стремления человека к саморазвитию, реализации своих возможностей и способностей, осознанность своей жизни. Уровень

самоактуализации включает такие показатели как ценности, потребность в познании, осознание актуальности времени, креативность, коммуникабельность, психологическое здоровье личности, уверенность в себе, принятие себя и самопонимание.

Исследование проводилось на базе ВГУ имени П.М. Машерова, в котором приняли участие студенты, в возрасте от 17 до 24 лет, в количестве 98 человек, среди них 75 девушек и 23 юноши.

С целью определения уровня самореализации респондентов был использован модифицированный опросник диагностики самоактуализации личности (САМОАЛ) А.В. Лазукина в адаптации Н.Ф. Калина. Данная психодиагностическая методика создана на основе теории самоактуализации А.Маслоу.

**Результаты и их обсуждение.** После проведения данной методики и её обработки, было установлено, что из 98 респондентов – 15,3% студентов обладают высокими показателями уровня самоактуализации. Из них 3 респондента мужского пола и 12 девушек, которые набрали выше 71 балла по шкале общей самоактуализации. Для таких студентов важно жить настоящим, не откладывая жизнь «на потом», они хорошо понимают экзистенциальную ценность жизни, способны наслаждаться актуальным моментом. Обладают стремлением к гармоничным и здоровым отношениям с людьми. Присуще творческое отношение к жизни. Студенты чувствительны к своим желаниям и потребностям. Имеют устойчивую адекватную самооценку. Часто, это общительные личности, которые способны устанавливать прочные и доброжелательные отношения с окружающими. Стараются избегать социальных стереотипов, способны адекватно самовыражаться в общении.

84,7% студентов имеют средний уровень самоактуализации. Из них 20 юношей и 63 девушки. При данном показателе самоактуализации респонденты живут настоящим, понимают ценность жизни. Отмечается стремление к здоровым отношениям с людьми и творческое отношение к жизни. Но важно отметить, что эти моменты у студентов со средним показателем самоактуализации выражены менее ярко, чем у респондентов с высоким показателем.

**Заключение.** В результате эмпирического исследования установлено, что у студентов преобладает средний уровень самоактуализации. Это свидетельствует о том, что участники опроса успешно справляются с повседневными вызовами умеренной сложности, не проявляя особого стремления к достижению более амбициозных целей. Но важно отметить здесь то, что третья часть студентов из исследуемой выборки, имеет близкие показатели к высокому уровню самоактуализации. Респонденты с высоким уровнем самоактуализации характеризуются постоянным личностным ростом и стремлением справляться со сложными задачами.

Выявленный общий показатель самоактуализационных тенденций респондентов позволяет видеть перспективу в развитии личностных потенциалов студентов и в формировании потребностей в более успешной самореализации и самоактуализации.

В современной образовательной ситуации и будущей профессии современному студенту необходимо мотивировать себя на более высокие показатели в учебно-профессиональной деятельности, на личные достижения, успехи.

---

1 Тагиева, О. В. Теоретические аспекты процесса самоактуализации личности в студенческом / О. В. Тагиева // Universum: психология и образование : электрон. научн. журн. – 2022. – №3 (93). – С. 42-43. – URL: <https://cyberleninka.ru/article/n/teoreticheskie-aspekty-protsesssa-samoaktualizatsii-lichnosti-v-studencheskom-vozzraste> (дата обращения: 08.03.2026). – Текст электронный.

2 Косоротова, А.А. Проблемы самоактуализации личности / А.А. Косоротова // Теория и практика современной науки. -2021. --№1 (67). – С.444-447.

3 Морозова, В. В. Самоактуализация личности студентов-психологов / В. В. Морозова ; науч. рук. Н. И. Циркунова // Психологическая студия: сборник статей лицейстов, студентов, магистрантов, аспирантов, молодых исследователей кафедры психологии ВГУ имени П. М. Машерова. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2025. – Вып. 18. – С. 110-111. – URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/46840>( дата обращения: 08.03.2026). – Текст электронный

4 Юнель, С. А. Особенности самореализации студентов вуза в условиях современной образовательной среды / С. А. Юнель // Психологический Vademecum: профессиональный рост личности в поликультурной среде: региональный аспект : сборник научных статей. – Витебск : ВГУ имени П. М. Машерова, 2023. – С. 355-358. – URL: <https://rep.vsu.by/handle/123456789/41103> (дата обращения: 08.03.2026). – Текст электронный.