

УДК 159.923.2  
DOI: 10.26140/anip-2020-0902-0087

## ГЕНДЕРНЫЕ РАЗЛИЧИЯ САМОРЕАЛИЗАЦИИ И САМОАКТУАЛИЗАЦИИ

© 2020  
SPIN: 7062-9100  
AuthorID: 655893

**Плотникова Елена Сергеевна**, старший преподаватель  
кафедры психологии

*Приамурский государственный университет имени Шолом-Алейхема  
(679000, Россия, Биробиджан, улица Широкая, 70А, e-mail: plotnikova88@inbox.ru)*

SPIN: 7633-9242  
AuthorID: 680768

**Гордеева Вероника Викторовна**, кандидат педагогических наук, доцент кафедры  
«Дошкольное и дефектологическое образование»

*Пензенский государственный университет  
(440011, Россия, Пенза, ул. Лермонтова, 17, e-mail: b.veronika1982@mail.ru)*

**Аннотация.** В статье описано исследование особенностей и различий самореализации и самоактуализации у юношей и девушек. Методологический инструментарий исследования составили следующие методики: «Опросник самореализации» С.И. Кудинова и «Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз. С помощью факторного анализа по методу главных компонент путем вращения корреляционной матрицы по типу varimax были выявлены существенные различия составляющих самореализации и самоактуализации у юношей и девушек. В процессе самореализации юношам свойственно проявление субъектно-личностных установок, девушкам, напротив, важны интересы общества, и они руководствуются социально-корпоративными установками самореализации. Общим для обоих полов является выдвижение на первый план таких личностных качеств, как креативность и конструктивность. В отличие от девушек, у юношей были выявлены барьеры самореализации, такие как: инертность (низкая энергичность и длительная переключаемость субъекта с одного предмета на другой), личностные барьеры (определенные личностные качества) и пессимистичность (негативная эмоциональная оценка процесса самореализации). Анализ составляющих самоактуализации показал выраженность у юношей устремленности на принятие общества и понимание общественных отношений (позитивный взгляд на природу человека, синергия), тогда как у девушек первым значимым составляющим самоактуализации является процесс самопринятия и проявление гибкости. Общим для обеих групп испытуемых оказалось проявление контактности, как качества самоактуализирующей личности.

**Ключевые слова:** самореализация, самоактуализация, гендерные различия, барьеры самореализации, самореализация девушек, самореализация юношей, личность, виды самореализации, личностная самореализация, социальная самореализация, деятельностная самореализация.

## GENDER DIFFERENCES OF SELF-REALIZATION AND SELF-ACTUALIZATION

© 2020

**Plotnikova Elena Sergeevna**, Senior Lecturer,  
Department of Psychology

*Sholom-Aleichem Priamursky State University  
(679000, Russia, Birobidzhan, Shirokaya street, 70A, e-mail: plotnikova88@inbox.ru)*

**Gordeeva Veronika Viktorovna**, Ph.D., associate professor  
of «Pre-school education and defectological»

*Penza State University  
(440011, Russia, Penza, Lermontova street, 17, e-mail: b.veronika1982@mail.ru)*

**Abstract.** The article describes a study of the features and differences of self-realization and self-actualization in boys and girls. The methodological tools of the study consisted of the following methods: «Questionnaire of self-realization» S.I. Kudinov and «Self-actualization test (CAT)» L.Y. Gozman and M.V. Croz. Using factor analysis by the method of principal components by rotation of the correlation matrix of the varimax type, significant differences in the components of self-realization and self-actualization were revealed in young men and women. In the process of self-realization, boys are characterized by the manifestation of subjective-personal attitudes, girls, on the contrary, have important public interests, and they are guided by social and corporate attitudes of self-realization. Common to both sexes is the highlighting of such personal qualities as creativity and constructiveness. Unlike girls, young men revealed barriers to self-realization, such as inertia (low energy and long switching of the subject from one subject to another), personality barriers (certain personal qualities) and pessimism (negative emotional assessment of the process of self-realization). An analysis of the components of self-actualization showed that young men express their aspiration for society's acceptance and understanding of social relations (a positive look at the nature of man, synergy), while for girls the first significant component of self-actualization is the process of self-acceptance and flexibility. The manifestation of contact as a quality of a self-actualizing personality turned out to be common for both groups of subjects.

**Keywords:** self-realization, self-actualization, gender differences, barriers of self-realization, self-realization of women, self-realization of men, personality, types of self-realization, personal self-realization, social self-realization, activity self-realization.

## ВВЕДЕНИЕ

Явления самореализации и самоактуализации в психологии часто рассматриваются как тождественные и связываются с осознанием и воплощением в реальной деятельности ресурсных характеристик личности (способности, черты характера и свойства темперамента, соответствующие определенной деятельности). На современном этапе развития психологии актуальным стано-

вится вопрос гендерных особенностей самореализации личности и изучение установок, проявляющихся в процессе самореализации у мужчин и женщин.

Самореализация - это процесс и результат продуктивного использования, применения и осуществления во внешней деятельности всех своих способностей, качеств и личностных свойств (К.А. Абульханова-Славская, К. Роджерс и др.). Реализация чаще осуществляется с вы-

годой для себя и других.

Термин «самоактуализация» чаще используется в зарубежной психологии, где впервые был раскрыт К. Гольштейном, который определял ее как основной и единственный мотив организма, направленный на максимальную актуализацию заложенных в него способностей, при этом остальные мотивы являются лишь проявлением самоактуализации [1]. В дальнейшем акцент на биологической природе самоактуализации прослеживается в трудах А. Маслоу, который рассматривал данное явление как иерархически высшую потребность личности, направляющую ее активность на актуализацию генетически заложенных возможностей и ресурсов [2]. Это возможность для человека «стать тем, кем он может стать» и максимальная реализация своей потенциальной сущности, способностей и истинной природы [3].

С точки зрения К. Роджерса, самоактуализация является центральным источником развития личности, активизирующийся во взаимодействии личности с миром [4].

Термин «самореализация» чаще используется в трудах отечественных ученых (К.А. Альбуханова-Славская, Б.Г. Ананьев, Л.С. Выготский, С.И. Кудинов, С.Л. Рубинштейн), в которых раскрывается как показатель социально-психологических основ самоосуществления личности или реализации собственного потенциала, включающая в себя формирование образа будущего, жизненных планов и процесс их осуществления [5], [6], [7].

В современной отечественной психологии наиболее раскрытой является структурная модель самореализации С.И. Кудинова – концепция самореализации, отражающая сферы самореализации личности, ее виды и личностные характеристики [8]. Согласно полисистемной модели самореализации С.И. Кудинова, изучаемый феномен отражает совокупность мотивационно-смысловых и инструментально-стилевых характеристик, обеспечивающих постоянство стремлений и готовность к самовыражению личности в разных сферах жизнедеятельности в процессе онтогенеза [9].

В.В. Ковров, сравнивая явления самоактуализации и самореализации, определяет второе явление как целостный процесс самосовершенствования, который сочетает в себе самоизменение и самостановление на протяжении всей жизни человека. Процесс самоактуализации, по мнению В.В. Коврова, является составной частью процесса самореализации [10].

И.Б. Дерманова соотносит самореализацию с различными формами самовыражения, самопроявления и самоутверждения личности, тогда как понятие «самоактуализация» толкуется как определенный взнос в свое развитие, личностный рост, актуализацию потенциальных возможностей [11].

По мнению А.А. Григорьевой и Ю.П. Поваренкова, самореализация и самоактуализация личности являются взаимосвязанными, но не взаимозаменяемыми феноменами, т.к. они ориентированы на решение разных задач в процессе профессионального становления личности. Самореализация является способностью личности оптимально использовать и видоизменять свои ресурсы и возможности в конкретной деятельности, осознавая внешние и объективные показатели эффективности данного процесса. Самоактуализация – это внутренняя активность личности, направленная на выявление и изучение своих ресурсных возможностей. В профессиональной деятельности самоактуализация создает готовность субъекта труда к самореализации в рамках конкретной профессии. [12].

Н.В. Овчаренко раскрывая и сопоставляя исследуемые понятия, говорит о том, что самореализация представляет собой воплощение личностью имеющихся способностей в реальность с целью самоутверждения. Данный феномен носит в основном практически-утилитарный характер, т.к. может подчиняться внешним влия-

ниям и ориентироваться эгоцентрическом направлении с преобладанием утилитарных целей над духовными. Самоактуализация же протекает во внутреннем мире человека и основывается на духовных ценностях, развертывании потенциала личности, который отражает ее индивидуальные особенности в виде определенного идеала. [13]. Похожую идею высказывает О.А. Толмачева, определяя самоактуализацию как выход глубинной сущности человека на поверхность и его примирение с внутренней самостью через максимальное самовыражение, т. е. реализацию скрытых способностей и потенциальных возможностей [14].

В последние годы вопрос самореализации и самоактуализации все более усиливается как в отечественных, так и зарубежных психологических исследованиях. При этом различные ученые выделяют достаточно много факторов, влияющих на данные процессы среди которых актуализируется влияние пола.

Т.В. Михалкина, в исследовании факторов, противодействующих профессиональной самореализации женщин и мужчин в России, выявила негативное влияние факторов окружающей социальной среды на профессиональную самореализацию женщин, которая проявляется в сложившихся в обществе предубеждениях. Во-первых, считается, что женщины менее ценны и компетентны, как мужчины. Во-вторых, в обществе присутствуют предубеждения о том, что «женщины не должны» проявлять себя в традиционных «мужских» сферах самореализации. И, в-третьих, даже если женщина компетентна и строит свою карьеру в нетрадиционной сфере, она может не получить соответствующего вознаграждения, а также подвергаться общественному осуждению (например, из-за отсутствия детей и семьи). Эти предубеждения становятся барьерами в самореализации женщин, выступая препятствием к выбору, освоению и становлению их карьеры в нетрадиционных для них профессиональных сферах [15].

Неверные предубеждения и общественные установки по поводу нетрадиционных и традиционных профессиональных сфер мужчин также играют свою роль в их профессиональной самореализации уже на начале карьеры в процессе обучения в вузе и выборе профессии. Так, педагогические профессии, особенно «учитель начальных классов», как известно, не пользуются популярностью у юношей, а завершившие обучение по данному направлению мужчины часто не идут работать по специальности.

#### МЕТОДОЛОГИЯ

С целью изучения гендерных различий самоактуализации и самореализации, мы провели эмпирическое исследование на базе «Приамурского государственного университета имени Шолом-Алейхема», в котором принимало участие 100 студентов 1-4 курсов (50 юношей и 50 девушек). Методологический инструментарий исследования составили следующие методики: «Опросник самореализации» С.И. Кудинова и «Самоактуализационный тест (САТ)» Л.Я. Гозмана и М.В. Кроз. Методом количественной обработки данных послужил факторный анализ (метод выделения главных компонент путем вращения корреляционной матрицы по типу varimax). Основные расчеты были произведены с помощью программы SPSS Statistics.

#### РЕЗУЛЬТАТЫ

Рассмотрим средние показатели самореализации у юношей и девушек, полученные с помощью Опросника самореализации С.И. Кудинова, которые представлены в таблице 1.

Шкала Социально-корпоративные установки самореализации устанавливает степень проявления установок к самореализации, связанных со стремлением человека проявить свои возможности с целью повышения социального статуса и улучшения качества отношений в коллективе. По данной шкале у обеих групп испытуемых выявлены преимущественно средние показатели,

что указывает на их умеренное стремление реализовать себя во благо других людей и общего дела. У юношей и девушек показатели по данной шкале не различаются.

Таблица 1 - Средние показатели самореализации у юношей и девушек

Шкалы «Опросника самореализации» С.И. Кудинова	Юноши	Девушки
социально-корпоративные установки самореализации	38,22833	38,35766
субъектно-личностные установки самореализации	15,67476	15,72128
активность	30,95167	33,15532
инертность	18,78286	19,26702
оптимистичность	39,815	40,07128
пессимистичность	10,11881	10,57894
интернальность	52,64548	50,59106
экстернальность	12,6981	11,9383
социоцентрическая мотивация	43,32024	43,61723
эгоцентрическая мотивация	28,57167	29,31468
креативность	48,47905	46,98596
консервативность	10,11905	10,16553
конструктивность	53,63833	52,42383
деструктивность	8,003095	8,215532
социальные барьеры	25,92571	26,06362
личностные барьеры	23,74286	24,40851
общий уровень самореализации	34,04357	33,49362

Шкала «Субъектно-личностные установки самореализации» противоположна предыдущей и измеряет доминирование установок к позиционированию своей персоны и стремление добиться признания в группе. Показатели по данной шкале у испытуемых имеют преимущественно низкие значения, это указывает на наличие стремления как у юношей, так и у девушек к саморазвитию и самосовершенствованию и отсутствие у них желания позиционировать свои достижения в обществе.

Шкала «Активность» выявляет силу и слабость свойств нервной системы (свойств темперамента) в проявлениях самореализации. По шкале «Активность» у испытуемых были выявлены преимущественно средние показатели, это говорит о том, что они умеренно проявляют инициативу и активность действий при достижении цели; они могут быть достаточно легки на подъем, однако также могут пасовать перед трудностями и иногда проявлять инертность. Как видно в сравнении, показатели по данной шкале более выражены у девушек.

Шкала «Инертность» противоположна по содержанию шкале «Активность»; она указывает на преобладание стереотипности, пассивности, низкую энергичность, отсутствие желания участвовать в какой-либо деятельности, лень, низкую инициативность и целеустремленность. У испытуемых по данной шкале выявлены преимущественно низкие показатели, что свидетельствует о преобладании в их поведении активности при достижении цели. Однако, сравнивая показатели по данной шкале у юношей и девушек было выявлено, что у женской группы испытуемых инертность проявляется чаще, что противоречит исследованию по шкале «Активность». Поэтому, можно предположить, что инертность и активность у девушек сменяют друг друга чаще, чем у юношей в следствии более выраженной природной эмоциональности и импульсивности женщин.

Шкала «Оптимистичность» измеряет особенности психоэмоционального настроения. По данной шкале у испытуемых преобладают средние показатели, что свидетельствует о доминировании у них положительных эмоций и проявлении оптимизма в начале всяких новых дел. И в то же время возможны негативные реакции на возникающие неудачи, предрасположенность к которым выявляет следующая шкала «Пессимистичность». Данная шкала выявляет негативный психоэмоциональный настрой субъекта самореализации. По шкале

«Пессимистичность» у испытуемых были выявлены низкие показатели, что еще раз подтверждает их позитивный психоэмоциональный настрой по отношению к самореализации. По обеим шкалам выявлены небольшие различия – в группе девушек данные показатели проявляются более выражено.

Шкала «Интернальность» измеряет уровень самоконтроля и самоорганизации личности в процессе самореализации. По этой шкале у испытуемых обеих групп был выявлен средний уровень, который сочетает в себе способность контролировать свое поведение, брать ответственность за свои неудачи с умением принимать внешние условия и требования. По данной шкале показатели у юношей выше, чем у девушек, что указывает на наличие у них более развитого самоконтроля.

Шкала «Экстернальность» противоположна по содержанию изучаемых качеств предыдущей шкале и выявляет слабость самоконтроля субъекта самореализации и предрасположенность перекладывать ответственность во всем над других людей и внешние обстоятельства. По данной шкале у испытуемых выявлены преимущественно низкие показатели, что подтверждает их достаточно высокий уровень самоконтроля и самоорганизации. Показатели экстерналистичности у юношей немного выше, чем у девушек, что противоречит показателям по данной шкале.

Шкала «Социоцентрическая мотивация» исследует доминирование социально-одобряемых мотивов самореализации личности, таких как улучшение взаимоотношений среди членов коллектива, желание изменить мир в лучшую сторону, помочь другим людям. У испытуемых обеих исследуемых групп был выявлен преимущественно средний уровень по данной шкале, что свидетельствует о гармоничном сочетании у них социально-одобряемых и узколичностных мотивов, результаты по следующей шкале («Эгоцентрическая мотивация самореализации») подтверждают данный вывод. Шкала «Эгоцентрическая мотивация самореализации» выявляет доминирование узколичностных мотивов субъекта самореализации (стремление к финансовой независимости, мотив власти, желание развить в себе отдельные свойства и способности). По данной шкале были также выявлены преимущественно средние показатели, однако они оказались выше, чем по шкале «Социоцентрическая мотивация самореализации», что говорит о большей актуальности у испытуемых узколичностной мотивации. Эгоцентрическая мотивация более выражена у девушек по сравнению с юношами.

Шкала «Креативность» характеризует проявление неординарных способов и приемов самовыражения личности, умение быстро переключаться с одной деятельности на другую и использовать широкий набор нестандартных средств деятельности. По данной шкале у испытуемых выявлены преимущественно средние показатели, поэтому можно считать, что перечисленные характеристики развиты у них на среднем уровне. У юношей показатели креативности значительно выше, чем у девушек, что говорит о более высоком уровне развития у них данного качества.

Шкала «Консервативность» исследует интеллектуальную, коммуникативную и поведенческую стереотипность. По данной шкале как у юношей, так и у девушек выявлены преимущественно низкие показатели, поэтому можно считать, что у испытуемых креативность преобладает над консервативностью.

Шкала «Конструктивность» измеряет результативность процесса самореализации, которую оценивает сам испытуемый. По данной шкале у испытуемых выявлены преимущественно средние показатели, а у юношей они значительно выше, чем у девушек. Это говорит о том, что юношам более характерно быстрое и качественное освоение специфических действий, приемов, способов самовыражения и освоения новых специализаций, либо навыков собственного самосовершенствования.



Шкала «Деструктивность» измеряет степень несовершенства, непродуктивности в оценке результатов самореализации личности, в том числе, указывает на разочарование в своих способностях, утрату веры в себя, примитивность увлечений и др. У испытуемых обеих групп выявлены преимущественно низкие значения по данной шкале, что подтверждает конструктивность их самореализации. Однако, стоит отметить, что деструктивность более выражена у девушек – они чаще, чем юноши чувствуют несоответствие возможностей и способностей своим ожиданиям или предъявляемым средой требованиям. Можно предположить, что данное обстоятельство может быть следствием различий мужчин и женщин в уровне физической силы, который часто определяет не только физическую, но и социальную активность женщины. Также, это может быть следствием воздействия на сознание девушек общественных полоролевых установок и стереотипов о женской слабости.

Показатели по шкале «Социальные барьеры» характеризуют трудности в проявлении самореализации, обусловленные недостаточной сформированностью способностей и приемов самовыражения личности (малая информированность индивида, недостаточный опыт и знания, неблагоприятные внешние условия). Средние значения, выявленные по данной шкале, свидетельствуют о наличии социальных барьеров самореализации у испытуемых исследуемой выборки. При этом выраженность показателей по данной шкале выше у девушек, чем у юношей.

Шкала «Личностные барьеры» диагностирует личностные особенности, выступающие препятствием для полноценной самореализации субъекта, таких как: тревожность, скованность, ригидность поведения, неуверенность и др. По данной шкале у испытуемых были выявлены преимущественно низкие значения, которые меньше чем значения предыдущей шкалы. Это говорит о том, что на самореализацию испытуемых исследуемой группы больше влияют внешние условия, чем личностные качества, особенно это характерно для девушек.

Таким образом, анализ результатов исследования самореализации, полученных с помощью «Опросника самореализации» С.И. Кудинова показывает более высокие показатели исследуемого феномена у юношей. Так, у девушек были выявлены проблемные стороны самореализации, такие как: наличие социальных и личностных барьеров, проявление инертности в процессе саморазвития и деструктивности оценок результатов самореализации.

Далее рассмотрим средние показатели видов самореализации у юношей и девушек, полученные с помощью Опросника самореализации С.И. Кудинова, которые представлены в таблице 2.

Таблица 2 - Средние показатели видов самореализации у юношей и девушек

Виды самореализации	Юноши	Девушки
личностная самореализация	39,58357	38,8934
социальная самореализация	18,49476	18,0217
деятельностная самореализация	24,61738	26,53255

Из таблицы 2 можно сделать вывод о том, что личностная самореализация более выражена у обеих групп испытуемых, однако, юноши более активно реализуют себя в личностном и в социальном плане, а девушки более эффективно реализуются в деятельностном плане. Доминирование у испытуемых личностной самореализации указывает на их стремление к самосовершенствованию, к постоянному личностному росту, к самовыражению своих личностных качеств с целью достижения высоких результатов в личностном и духовном развитии.

Для более детального исследования различий самореализации у юношей и девушек, обратимся к результатам факторного анализа. Сравнивая список значимых

составляющих самореализации юношей и девушек (см. Таблицу 3), можно выделить ряд закономерных различий.

Таблица 3 - Значимые составляющие самореализации юношей и девушек

Значимые составляющие самореализации юношей	Значимые составляющие самореализации девушек
1. Субъектно-личностные установки самореализации 2. Социодцентрическая мотивация 3. Экстернальность 4. Креативность 5. Конструктивность 6. Инертность 7. Личностные барьеры 8. Пессимистичность	1. Социально-корпоративные установки самореализации 2. Креативность 3. Оптимистичность 4. Социодцентрическая мотивация 5. Конструктивность 6. Эгоцентрическая мотивация 7. Интернальность 8. Активность

Сравнивая полученные результаты можно предположить, что в процессе самореализации юноши и девушки ориентируются совершенно разными установками: юношам свойственно развитие в сторону своей персоны – продвижения по службе, получение больших благ и т.д., девушкам, напротив, важна работа в команде, стремление к продвижению значимой группы. Однако, при этом для юношей остаются значимыми общественно одобряемые мотивы, такие как: внести вклад в развитие группы, улучшить взаимоотношения среди коллег или одноклассников. Стоит отметить, что общим для самореализации юношей и девушек является выдвижение на первый план таких личностных качеств, как креативность и конструктивность.

Барьерами самореализации юношей чаще выступают такие проявления, как: инертность (низкая энергичность и длительная переключаемость субъекта с одного предмета на другой), личностные барьеры (определенные личностные качества) и пессимистичность (негативная эмоциональная оценка процесса самореализации). Барьеры самореализации у девушек в списке значимых составляющих самореализации выявлены не были.

Результаты факторного анализа составляющих самоактуализации у юношей и девушек представлены в Таблице 4.

Таблица 4 – Значимые составляющие самоактуализации юношей и девушек

Значимые составляющие самоактуализации юношей	Значимые составляющие самоактуализации девушек
1. Позитивный взгляд на природу человека 2. Синергия 3. Познавательные потребности 4. Креативность 5. Контактность	1. Самопринятие 2. Контактность 3. Гибкость поведения 4. Ценностные ориентации 5. Опора на себя

Выраженной тенденцией самоактуализации юношей является устремленность на принятие общества и понимание общественных отношений (позитивный взгляд на природу человека, синергия), тогда как у девушек первым значимым составляющим самоактуализации является процесс самопринятия. Контактность, как качество самоактуализирующейся личности почти в равной степени значима как для мужчин, так и для женщин, но, стоит отметить, что для вторых она более значима. Стремление к приобретению новых знаний о мире является важной частью самоактуализации юношей, однако для девушек оно менее значимо, можно предположить, что они заменяют знание фактов интуитивным познанием всего сущего, проявляя при этом гибкость поведения. Тогда как мужчинам чаще удается оперировать фактами, женщина, при отсутствии определенных знаний может легко изменить стратегию поведения и выдвинуть новую идею на основе даже неточных представлений.

#### ВЫВОДЫ

Результаты проведенного исследования указывают на наличие различий самореализации и самоактуализации мужчин и женщин, заключающихся в основном на

различие их установок. Мужчинам свойственна ориентация на личностную самореализацию (развитие определенных психологических качеств, проявление активности в достижении узколичностных мотивов), женщины в процессе самореализации во многом проявляют социальный интерес (стремление наладить отношения, улучшить социально-психологический климат в группе).

Дальнейшее исследование данной проблемы требует расширения возрастных границ испытуемых и предполагает изучение влияния возраста и пола на самореализацию и самоактуализацию личности, что будет отражено в наших следующих публикациях.

#### СПИСОК ЛИТЕРАТУРЫ:

1. Холл С.К., Линдсей Г. Теории личности / пер. И.Б.Гриншпун. М.: «КСП+». 1997. 720 с.
2. Маслоу А. Мотивация и личность / пер. А. М. Татлыбаевой. СПб.: Евразия, 1999. 478 с.
3. Маслоу А. Психология бытия. - М., 1997. - 304 с.
4. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека. - М.: Прогресс, 1994. - 478 с.
5. Абульханова К.А. Психология и сознание личности. Проблемы методологии, теории и исследования реальной личности. - М.; Воронеж, 1999. - 243с.
6. Ананьев, Б.Г. Избранные психологические труды / под ред. А.А. Бодалева и др. В 2-х т. - Т.2 - М.: Педагогика, 1980. - 287 с.
7. Выготский, Л.С. Психология развития как феномен культуры. - М.: «Институт практической психологии». - Воронеж: НПО «МОДЭК». - 1996. - 512 с.
8. Кудинов С.И. Полисистемный подход исследования самореализации личности // Сибирский педагогический журнал. 2007. №11. С. 335-344.
9. Кудинов С.И. Психодиагностика личности: учебн. пособие / С.И. Кудинов, С.С. Кудинов. - Тольятти: Изд-во ТГУ, 2012. - 270 с.
10. Ковров В.В. Психолого-педагогический анализ сущности феномена самореализации человека // Вестник Вятского государственного гуманитарного университета. 2006. № 14. С. 127-135.
11. Дерманова И.Б. К вопросу о самоактуализации и самореализации в юношеском возрасте // Психологические проблемы самореализации личности / под ред. Л. А. Коростылева. СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 2004. Вып. 8. С. 89-101.
12. Григорьева А.А., Поваренков Ю.П. Проблема соотношения и взаимодействия профессиональной самоактуализации и профессиональной самореализации личности // Ярославский педагогический вестник. - 2015. - № 3. - 166-174.
13. Овчаренко Н.В. Сравнительный анализ понятий «самореализация» и «самоактуализация» как составляющих категориального аппарата философии образования / Н.В. Овчаренко // Исторические, философские, политические и юридические науки, культурология и искусствоведение. Вопросы теории и практики. - 2015. - № 3-3(53). - С. 141-144.
14. Толмачева О.А. Проблема личностной зрелости и самоактуализации. Гуманистический взгляд. // Психология и Психотехника. - 2015. - № 6. - С. 602-610.
15. Михалкина Т.В. Факторы профессиональной самореализации мужчин и женщин в России // Сборник конференции НИЦ Социосфера. - Изд-во: Vedecko vydavatelske centrum SocioSfera-CZ s.r.o. - Прага. 2010. - С. 78-87.

Статья поступила в редакцию 21.01.2020

Статья принята к публикации 27.05.2020