Методики диагностики самоактуализации личности С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина в контексте сравнительно-сопоставительного анализа

С.А. Жуйкова✉

Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы, Москва, Россия

✉ zhujkova.sofiya@mail.ru

Аннотация

В статье проводится сравнительно-сопоставительный анализ двух методик диагностики самоактуализации личности в XXI веке: методики американского психолога-когнитивиста С.Б. Кауфмана и российского исследователя в области психологии А.В. Лазукина. **Цель:** провести сравнительно-сопоставительный анализ методик диагностики самоактуализации личности С.Б. Кауфмана (США) и А.В. Лазукина (Россия). **Материалы и методы.** Проведен анализ работы С.Б. Кауфмана “Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being” («Самоактуализация людей в 21 веке: интеграция с современной теорией и исследованиями личности и благополучия») (2018) и работы А.В. Лазукина «Диагностика самоактуализации личности» (в адаптации Н.Ф. Калиной (2018)). **Результаты.** В сравнении с методикой А.В. Лазукина, С.Б. Кауфман предлагает более детализированную и универсальную методику, обеспечивающую учет дополнительных факторов, влияющих на самоактуализацию. Также в ходе исследования выясняется, что С.Б. Кауфман выделяет в своей методике три категории, каждая из которых включает различные аспекты, такие как восприятие реальности, факторы влияния, а также уровень удовлетворения потребностей. Это позволяет получить более глубокое понимание внутренней мотивации личности, а также факторов, которые могут положительно или отрицательно влиять на процесс самоактуализации. При этом отмечается, что методика А.В. Лазукина представляет более целостный подход к диагностике самоактуализации, фокусируясь на раскрытии внутреннего потенциала личности с учетом таких аспектов, как интуиция, творческое начало, духовное совершенствование. В статье подчеркивается универсальность обеих методик диагностики самоактуализации личности, что выражается в их применимости к широкому кругу людей разного возраста, профессий, социального положения. **Заключение.** Сформулирован вывод о том, что обе рассмотренные методики способствуют раскрытию потенциала личности, самоопределению и самоактуализации индивида в условиях цифровизации и глобализации общества.

Ключевые слова: самоактуализация, самореализация, методика диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана, методика диагностики самоактуализации А.В. Лазукина, диагностическая шкала, показатель, цифровизация, глобализация

Автор заявляет об отсутствии конфликта интересов.

Для цитирования: Жуйкова С.А. Методики диагностики самоактуализации личности С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина в контексте сравнительно-сопоставительного анализа // Психология. Психофизиология. 2025. Т. 18, № 1. С. 31–39. DOI: 10.14529/jpps250103

Comparative-contrastive analysis of self-actualization diagnostics: S.B. Kaufman and A.V. Lazukin's methodologies in psychological research

S.A. Zhuykova✉

RUDN University, Moscow, Russia
✉ zhuykova.sofiya@mail.ru

Abstract

The article presents a comparative analysis of two methodologies for diagnosing self-actualization in the 21st century: the approach developed by American cognitive psychologist S.B. Kaufman and that of Russian psychologist A.V. Lazukin. **Aims:** to systematically compare these methods for diagnosing self-actualization in individuals. **Materials and methods.** The analysis draws on Kaufman's work, *Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being* (2018), and Lazukin's *Diagnostics of Self-Actualization of an Individual* (adapted by N.F. Kalina, 2018). **Results.** The findings reveal that Kaufman's method offers a more detailed and universal framework, incorporating multiple dimensions such as reality perception, influencing factors, and need satisfaction, thereby providing a comprehensive understanding of internal motivation and its impact on self-actualization. In contrast, Lazukin's approach adopts a holistic perspective, emphasizing the internal potential of the individual through factors such as intuition, creativity, and personal development. Despite their differences, both methodologies demonstrate broad applicability across diverse populations, irrespective of age, profession, or social status. **Conclusion.** The article concludes that both diagnostic techniques are valuable tools for exploring self-actualization, self-determination, personal growth, and the realization of individual potential in the context of an increasingly digitalized and globalized society.

Keywords: self-actualization, self-realization, S.B. Kaufman, A.V. Lazukin, diagnostic scale, indicator, digitalization, globalization

The author declares no conflict of interest.

For citation: Zhuykova S.A. Comparative-contrastive analysis of self-actualization diagnostics: S.B. Kaufman and A.V. Lazukin's methodologies in psychological research. *Psikhologiya. Psikhofiziologiya = Psychology. Psychophysiology.* 2025;18(1):31–39. (in Russ.) DOI: 10.14529/jpps250103

Введение

Вопрос самоактуализации и самореализации для молодых людей во все времена оставался и остается одним из ключевых. На протяжении двадцатого столетия многие ученые обращались к разработке различных концепций и методологий, посвященных самоактуализации личности, которые были призваны помочь молодым людям найти себя и реализовать свой потенциал.

Американский психолог Абрахам Маслоу (1908–1970) с его пирамидой потребностей, изложенной в основополагающей работе под названием «Теория человеческой мотивации», изданной в 1943 году, заложил фундамент для понимания иерархии человеческих стремлений, где самоактуализация занимает вершину, достижимую только после удовлетворения базовых потребностей личности

в безопасности, принадлежности и уважении¹ [1]. Данная работа ученого подчеркивала важность самопринятия, спонтанности и стремления к личностному росту. Однако

¹ Вязовова Н.В., Романова Л.В. Психология самореализации и самоактуализации личности. Факторы самореализации личности // Актуальные проблемы современной России: психология, педагогика, экономика, управление и право: сб статей и тезисов. М.: МПСУ. 2022. С. 157–163;

Комиссарова Е.А. Проблема самоактуализации в подростковом возрасте // Молодой исследователь: сб. ст. VI Междунар. науч.-практ. конф. Пенза. 2024. С. 237–239;

Кравцова Т.М., Самарцев В.В. Чувство вины и самоактуализация (как пример взаимосвязи личностных особенностей современной молодежи) // Ломоносовские чтения на Алтае: фундаментальные проблемы науки и образования: сб. науч. ст. междунар. конф. Барнаул: АГУ. 2017. С. 2287–2294.

А. Маслоу описывал скорее идеализированный образ самоактуализированной личности, не учитывая в полной мере влияние социального контекста и объективных трудностей, с которыми сталкиваются молодые люди в современном мире [1–3].

Другой американский исследователь Карл Роджерс (1902–1987), основатель личностно-центрированного подхода, фокусировался в своих исследованиях вопроса самоактуализации личности на роли безусловного положительного принятия для развития молодого человека. Ученый полагал, что для самоактуализации необходима атмосфера доверия и поддержки, где юноша или девушка чувствуют себя «вправе» быть самими собой, без боязни осуждения со стороны окружающих людей и общества в целом [4, 5].

Советская психология хотя и развивалась в рамках идеологически ограниченного контекста, также вносила свой вклад в понимание самоактуализации. Например, С.Л. Рубинштейн (1989–1960), рассматривая Я-концепцию в контексте самоактуализации молодежи, акцентировал внимание на критическом периоде развития самосознания, совпадающем с подростковым и юношеским возрастом [6]. Формирование мировоззрения, осознанный поиск своего места в жизни, оценка собственных способностей – все это, по мнению ученого, запускает сложный и динамичный процесс самопознания [7, 8]. Приближение взрослой жизни с ее ответственностью и независимостью, действительно, придает этому процессу особую остроту. Юноша или девушка сталкиваются с необходимостью самоопределения: выбор профессии, построение межличностных отношений, определение своих ценностей и убеждений – все это требует глубокого самоанализа и приводит к значительным трансформациям Я-концепции [9–11]. Этот процесс характеризуется периодами сомнений, разочарований и, наоборот, всплесками оптимизма и уверенности в себе². Подрост-

² Куликова Е.С. Особенности самоактуализации молодых людей с разным уровнем притязаний: магистер. дис.; Уральский федеральный университет имени первого Президента России Б.Н. Ельцина, Уральский гуманитарный институт, кафедра общей и социальной психологии. Екатеринбург. 2021. 84 с.;

Самаль Е.В. Самоактуализация личности в процессе обучения в вузе: дис. ... канд. психол. на-

ток может испытывать сильные колебания самооценки, переживая кризисы идентичности. Он экспериментирует с различными социальными ролями, ищет свое место в группе сверстников, стараясь понять, кто он есть на самом деле³ [11].

В постсоветский период российская психология активно впитывала западные направления, приспособливая их к российской реальности. Наряду с классическими подходами появились новые направления, учитывающие специфику современного общества с его стрессогенными факторами и быстрыми изменениями. В это время В.И. Слободчиков и Е.И. Исаев (1995) разрабатывают концепцию персонализированной самости «Я» среди «Других», при которой личность постепенно осознает «идеальную необходимость» своего присутствия в конкретной объективной реальности⁴.

Е.В. Андриенко (2000) выделяет такие три ключевые стадии развития психологических предпосылок для самоактуализации личности, как информационная (стадия освоения знаний о возможностях и препятствиях самореализации), моделирующая (попытка самоопределения на практике) и непосредственно актуализирующая (развитие и совершенствование собственной компетентности в желаемой области самореализации)⁵.

В XXI веке вопрос самоактуализации также остается одним из самых животрепещущих. Прежде всего для самих молодых людей⁶. Современные молодые люди стоят

ук: 19.00.01; [Место защиты: Ярослав. гос. пед. ун-т им. К.Д. Ушинского]. Ярославль. 2008. 245 с.

³ Сухов А.Н. Успех, карьера и развитие: социально-психологический аспект: учеб. пособие. М.: Изд-во Московского психолого-социального университета. 2016. 172 с.

⁴ Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека: Введение в психологию субъективности: учеб. пособие для вузов. М.: Школа-Пресс, 1995. 384 с.

⁵ Социальная психология: учеб. пособие для студ. высш. пед. учеб. заведений / под ред. В.А. Сластенина. М.: Издательский центр «Академия». 2000. 264 с.

⁶ Жарикова Е.Е. Теоретический обзор подходов к понятию самоактуализации будущих педагогов // Матер. 73-й науч.-практ. конф. преподавателей и студентов БГПУ: сб. докладов конференции (25 апреля 2024 г.). Благовещенск: Благовещенский гос. пед. ун-т, 2024. С. 1001–1005.

перед такими новыми вызовами, как информационная перегрузка, быстрое изменение рынка труда, давление социума, проблемы с самоидентификацией в мире, подверженном глобализации⁷. Для них самоактуализация представляет собой не только достижение внутренней гармонии, но и адаптацию к быстро меняющейся обстановке, поиск своего места в сложной реальности [12].

В работах таких современных отечественных ученых, как Е.А. Рыльская и Е.Ф. Яценко, также присутствует многогранный подход к пониманию самоактуализации личности в XXI веке. Е.А. Рыльская, изучая жизнеспособность студентов разных профилей, фактически исследует практическую сторону самоактуализации – способность человека эффективно функционировать в социуме, адаптироваться к изменениям и достигать поставленных целей⁸.

В концепциях ученого, основанных на студенческой выборке, можно выделить факторы, коррелирующие с высокой жизнеспособностью, – то есть факторы, которые можно интерпретировать как проявления самоактуализирующейся личности. Это могут быть высокая стрессоустойчивость, эффективные механизмы саморегуляции, развитые социальные навыки, инициативность и проактивность. Полученные стандартизированные данные дают возможность объективно оценивать уровень жизнеспособности, а значит, и потенциал для самоактуализации у студентов⁹.

Е.Ф. Яценко, фокусируясь на ценностно-смысловой сфере личности, раскрывает глубинные психологические основы самоактуализации, показывая, какие ценности и ожидания направляют будущих специалистов, как

последние формируют свою идентичность и стремятся к самореализации¹⁰.

Кроме того, Е.Ф. Яценко в статье «Осмысленность жизни, психологическое благополучие и социально-психологические установки личности работающих людей средней зрелости» направляет свой анализ на более зрелую аудиторию, демонстрируя эволюцию ценностно-смысловой сферы и связь осмысленности жизни с психологическим благополучием¹¹. Это важно, так как самоактуализация – это не одномоментный акт, а постоянный процесс развития и самосовершенствования на протяжении всей жизни.

Поэтому современные подходы к пониманию самоактуализации и самореализации должны быть гибкими, интегративными, учитывающими индивидуальные особенности и контекст, в котором живет современный молодой человек. Сравнительно-сопоставительному анализу современных методик самоактуализации молодых людей будет посвящено наше настоящее исследование.

Во второй половине XX – первой четверти XXI столетий в России было разработано несколько методик, ориентированных на самоактуализацию личностного потенциала, основу которых также составляли концепции А. Маслоу и К. Роджерса. Это такие методики, как «Уровень субъективного контроля» (УСК) (1984) Джулиана Роттера (в адаптации Е.Ф. Бажина, Е.А. Голынкиной и А.М. Эткинда), «Тест жизнестойкости» (1984) Сальваторе Мадди (адаптирован Д.А. Леонтьевым и Е.И. Рассказовой), «Самоактуализационный тест» (САТ) (1987) (авторы Ю.Е. Алешина, Л.Я. Гозман, М.В. Загика, М.В. Кроз), «Тип и уровень профессиональной самореализации» (2015) Е.А. Гавриловой.

⁷ Куликова Е.С. Указ. соч.; Самаль Е.В. Указ. соч.; Сухов А.Н. Указ. соч.

⁸ Богомазова К.О., Байгужина О.В., Рыльская Е.А. Жизнеспособность студентов различных профилей профессиональной подготовки // Человек, субъект, личность: перспективы психологических исследований: материалы Всерос. науч. конф., посвящ. 90-летию со дня рожд. А.В. Брушлинского и 300-летию основания РАН. М.: Институт психологии РАН, 2023. С. 1454–1459.

⁹ Богомазова К.О., Рыльская Е.А. Стандартизация данных теста «жизнеспособность человека», полученных на студенческой выборке // Человек в условиях социальных изменений: материалы Междунар. науч.-практ. конф. Уфа: БГПУ им. М. Акмуллы. 2023. С. 130–134.

¹⁰ Яценко Е.Ф., Кожевникова А.А. Факторный анализ ценностно-смысловой сферы личности будущих психологов на начальном этапе профессионального образования // Человек и транспорт: психология, образование, эргономика: материалы Нац. с междунар. участием науч.-практ. конф. СПб.: Петербургский гос. ун-т путей сообщения Императора Александра I. 2024. С. 207–211.

¹¹ Яценко Е.Ф. Осмысленность жизни, психологическое благополучие и социально-психологические установки личности работающих людей средней зрелости // Человек и транспорт: психология, образование, эргономика: материалы Нац. с междунар. участием науч.-практ. конф. СПб.: Петербургский гос. ун-т путей сообщения Императора Александра I, 2024. С. 165–180.

При этом выбор методик С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина для настоящего исследования был обусловлен не только их оптимальной стандартизацией, надежностью и апробацией на обширной выборке, которая позволила получить достоверные данные, но и рядом дополнительных факторов, критически важных для достижения целей исследования.

Во-первых, обе методики предлагают многоаспектный подход к диагностике самоактуализации, не ограничиваясь узким набором показателей. Методика С.Б. Кауфмана, например, ориентирована на выявление специфических черт самоактуализированной личности, таких как способность к принятию себя и окружающего мира, аутентичность, ориентация на личностный рост и способность к переживанию пиковых опытов [13]. Она позволяет идентифицировать отдельные компоненты самоактуализации и оценить их выраженность у испытуемых. В свою очередь методика А.В. Лазукина сфокусирована на определении уровня самореализации личности через призму ее ценностных ориентаций и жизненных целей. Она позволяет оценить степень гармонии между внутренним миром индивида и его внешними проявлениями, выявить противоречия и конфликты, мешающие самореализации [14]. Таким образом, сопоставление обеих методик в рамках исследования обеспечивает более полную картину их особенностей, что позволяет учитывать как личностные характеристики испытуемого, так и его взаимодействие с окружающей средой.

Указанные выше факторы подтверждают обоснованность выбора методик С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина для проведения настоящего сравнительно-сопоставительного анализа.

Цель и материалы исследования: сравнить методики диагностики самоактуализации личности С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина на предмет выявления сильных и слабых сторон обеих методик.

Материалы и методы исследования. Материалом исследования послужили работы С.Б. Кауфмана “Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being” («Самоактуализация людей в 21 веке: интеграция с современной теорией и исследованиями личности и благополучия») и А.В. Лазукина «Диагностика самоактуализации личности» (в адаптации Н.Ф. Калиной).

Обе методики вышли в свет в 2018 году. В ходе работы использовались такие методы исследования, как описательный и сравнительно-сопоставительный методы.

Результаты исследования. Скотт Барри Кауфман – современный американский психолог, основные труды которого связаны с разработкой идей относительно развития творческого потенциала личности. В 2018 году ученый опубликовал работу под названием “Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being” («Самоактуализация людей в 21 веке: интеграция с современной теорией и исследованиями личности и благополучия»), в которой предложил новые формы выявления мотивации личности к раскрытию своего потенциала, а также новые уровни самоактуализации (самореализации) [13].

Как отмечает сам С.Б. Кауфман, его исследование преследует две основные цели. Первая цель – эмпирически продемонстрировать, используя различные современные показатели личности и благополучия, что характеристики самоактуализации, предложенные Абрахамом Маслоу почти 70 лет назад, действительно существенно связаны как с отсутствием лишений, так и с наличием здоровья, роста и благосостояния. Второй целью его работы, которая требуется для поддержки первой цели, является создание новой шкалы для измерения характеристик самоактуализации, предложенной А. Маслоу. Для целей его современного исследования такая шкала должна включать характеристики, которые, во-первых, существенно нагружают общий фактор самоактуализации и, во-вторых, демонстрируют внешнюю валидность.

А.В. Лазукин – современный российский психолог. Методика диагностики самоактуализации ученого также основана на ключевых положениях теории А. Маслоу [14].

Сначала рассмотрим основные характеристики методики диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана [13]. Методику С.Б. Кауфмана можно подразделить на три большие категории (шкалы), включающие в себя также ряд подшкал (subscales). Так, первая категория (шкала) имеет название «Исходный набор пунктов для шкалы характеристик самоактуализации», в которую входят несколько подпунктов с утверждениями, начинающимися с местоимения «Я» (“I”),

например, пункт 1. «Более эффективное восприятие реальности и более комфортные отношения с ней ($\alpha = 0,73$)»:

А) Я имею способность обнаруживать нечестность других.

Б) Я хорошо разбираюсь в людях.

В) Я имею часто четкое восприятие реальности, что подтверждается внешними показателями.

Вторая категория носит название «Факторы, влияющие на утверждения и показатели, представленные в первой категории (шкале)» и включает в себя такие пункты, как: *Длительность новизны восприятия* (0,78); *Чувство единения с обществом* (0,73); *Демократическая структура характера* (0,71); *Автономия* (0,69); *Принятие* (0,69); *Различение средств и целей* (0,67); *Более эффективное восприятие реальности* (0,66); *Творчество* (0,63) и некоторые другие пункты.

Третья категория под названием «Факторный анализ желаемого уровня удовлетворения различных потребностей» содержит перечисление личностных потребностей с показателями, призванными свидетельствовать об уровне их удовлетворения и позитивном влиянии, например, *Счастье (прочность счастья)* (0,81); *Безопасность (прочность безопасности)* (0,79); *Близкие отношения (прочность отношений)* (0,71), *(позитивное влияние, вдохновение для творчества)* (0,35); *Власть (статус, уровень власти)* (0,83) и т. д.

Таким образом, можно видеть, что методика диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана учитывает не только внутренние интенции личности к самоидентификации и самореализации, но и включает в себя широкий, с учетом современных реалий, комплекс факторов, оказывающих на данный процесс влияние со «знаком плюс или минус».

С целью сопоставления с методикой диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана рассмотрим ниже методику А.В. Лазукина (адаптированную Н.Ф. Калиной под названием «Диагностика самоактуализации личности», изданную в России в 2018 году.

Методика А.В. Лазукина [Гаранина] включает в себя 11 шкал с такими понятиями, как *Ориентация во времени*, *Ценности*, *взгляд на природу человека*, *Потребность в познании*, *Креативность*, *Автономность*, *Спонтанность*, *Самопонимание*, *Аутосимпатия*, *Контактность*, *Гибкость в общении*. В рамках

данных шкал всего представлено 200 вопросов. Каждой шкале присваиваются конкретные показатели, заключенные в отдельную таблицу, которые затем обрабатываются и суммируются. Например, шкала *Ориентация во времени* имеет в методике А.В. Лазукина следующие показатели: 1б, 11а, 17б, 24б и т. д.

При сравнении с методикой С.Б. Кауфмана в методике А.В. Лазукина можно выделить следующие моменты:

1) в концепции А.В. Лазукина отсутствует перечень факторов, которые способны оказать позитивное либо негативное влияние на степень утвердительности ответа респондента;

2) в концепции А.В. Лазукина утверждения представлены в двух ключах, предполагающих либо положительный, либо отрицательный ответ, тогда как в методике С.Б. Кауфмана представлена возможность учета дополнительных нюансов (например, прочность отношений между людьми, уровень их положительного влияния, уровень проявления креативности в этих отношениях и т. д.).

При этом на основе проведенного сравнительно-сопоставительного анализа следует подчеркнуть следующее. Методики диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина, несмотря на различия в подходах, демонстрируют достаточную синергию, эффективно дополняя друг друга в разработке концепций личностного роста. Значимость методики С.Б. Кауфмана заключается в ее глубокой интеграции с когнитивно-поведенческой терапией. С.Б. Кауфман фокусируется на идентификации и изменении негативных когнитивных паттернов, которые препятствуют самоактуализации. Диагностическая шкала методики С.Б. Кауфмана ориентирована на выявление конкретных дисфункциональных убеждений, эмоциональных реакций и поведенческих шаблонов, предлагая практические инструменты для их коррекции, что делает методику эффективной для работы с конкретными проблемами, такими как тревожность, депрессия или низкая самооценка, которые могут блокировать путь к самореализации. Преимуществом здесь является конкретность и практическая направленность, позволяющая клиенту наблюдать быстрые, поддающиеся измерению изменения.

В свою очередь методика А.В. Лазукина представляет более целостный, феноменологи-

ческий подход. Она ориентирована на раскрытие внутреннего потенциала личности, акцентируя внимание на интуиции, творчестве и духовном развитии. Диагностическая шкала методики более широкомасштабна, оценивая различные аспекты личности, включая ценностные ориентации, уровень самосознания, способность к эмпатии и глубину внутреннего мира. В отличие от таргетированного подхода, представленного в методике С.Б. Кауфмана, методика А.В. Лазукина стремится к более глубокому пониманию сущности личности и ее взаимодействия с объективной реальностью.

Разноплановость диагностических шкал в обеих методиках является ключевым фактором их взаимодополняемости. Если методика С.Б. Кауфмана представляет собой «микроскоп», позволяющий рассмотреть конкретные проблемы и механизмы их возникновения, то методика А.В. Лазукина, напротив, является «телескопом», который расширяет перспективу и позволяет увидеть более общую картину личности и ее место в мире.

Универсальность обеих методик заключается в их применимости к широкому кругу людей, независимо от возраста, профессии или социального статуса. Они могут быть использованы как в индивидуальной, так и в групповой работе, а также в качестве инструмента самопознания для самостоятельного использования.

Заключение

Таким образом, рассмотрев в рамках сравнительно-сопоставительного анализа методики диагностики самоактуализации С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина, можно сделать следующее заключение. Обе рассмотренные методики эффективно способствуют раскрытию личностного потенциала, самоопределению и самоактуализации индивида в условиях стремительно меняющегося

социума. Анализ данных показал, что применение подходов, разработанных С.Б. Кауфманом и А.В. Лазукиным в рамках их методик, позволяет преодолеть ряд трудностей, связанных с влиянием информационных технологий и глобализационных процессов на формирование личностной идентичности. Цифровизация, с одной стороны, предоставляет безграничные возможности для саморазвития и самореализации, открывая доступ к огромному объему информации и коммуникационным каналам. С другой стороны, она же создает предпосылки для информационной перегрузки, социального сравнения, формирования зависимостей и снижения уровня самооценки. Глобализация, в свою очередь, приводит к культурному смешению и потере традиционных ориентиров, что также может дезориентировать личность и затруднять процесс самоопределения¹². Таким образом, концепции, заложенные в методиках С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина, предоставляют инструменты для адаптации к этим проблемам. Они помогают индивидам развить критическое мышление, научиться эффективно управлять информационными потоками, определить свои ценности и цели в условиях постоянных изменений, построить адекватную самооценку и сформировать устойчивую личностную позицию. Также важно отметить, что взаимодополнение методик С.Б. Кауфмана и А.В. Лазукина позволяет достичь более глубокого понимания процессов самоактуализации и предложить индивидуальный подход к работе с личностью.

¹² Аминова А.А., Идрисова А.С. Самореализация человека в духовной сфере: философский аспект // Коммуникации. Общество. Духовность: Матер. XXII междунар. науч.-практ. конф. К 350-летию со дня рождения Петра I. Ухта, 2022. С. 505–507.

Список источников

1. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2019. 400 с.
2. Подладчикова М.М., Козлов В.В. Аспекты мотивации человека на линии жизни // Человеческий фактор: Социальный психолог. 2024. № 3 (51). С. 154–158.
3. Садыкова А.Я. Феномен самоактуализации А. Маслоу в современном мире // Символ науки. 2020. № 2. С. 66–70.
4. Потокин Н.С. Эволюция понятия самоактуализации в работах Карла Роджерса // Молодой ученый. 2024. № 9 (508). С. 153–155.
5. Rogers C.R. On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy. Boston, New York: Houghton Mifflin Harcourt Publishing Company, 2012. 366 p.

6. Щерблякина Ж.В. Взгляд С.Л. Рубинштейна на развитие самосознания личности в жизненном пути // Психологический журнал Международного университета природы, общества и человека «Дубна». 2009. № 1. С. 1–7.

7. Balva D., Takooshian H. The Pivotal Role of Students in International Psychology: A Past, Present, and Future Overview // RUDN Journal of Psychology and Pedagogics. 2022. Vol. 19(3). P. 607–620. DOI: 10.22363/2313-1683-2022-19-3-607-620

8. Compton W. Self-actualization myths: What did Maslow really say? // Journal of Humanistic Psychology. 2018. Vol. 64 (5). P. 1–18. DOI: 10.1177/0022167818761929

9. Куницына И.А., Егорова О.В., Яхудина Е.Н. Особенности самоактуализации личности студентов с разными акцентуациями характера // Вестник Ленинградского государственного университета имени А.С. Пушкина. 2023. № 2. С. 232–249. DOI 10.35231/18186653_2023_2_232

10. Бузган Е.И. Взаимосвязь ответственности и самоактуализации у современной молодежи // Экспериментальная психология. 2023. Т. 16, № 4. С. 75–87. DOI: 10.17759/ exrpsy.2023160405

11. Сосновский Б.А., Каширский Д.В. Тернистый путь психологии к «Человеку одушевленному» // Психолог. 2022. № 6. С. 98–110. DOI: 10.25136/2409-8701.2022.6.38795

12. Figueroa J.F. Gamification and Game-based Learning: Two Strategies for the 21st Century Learner // World Journal of Educational Research. 2016. Vol. 3(2). DOI: 10.22158/wjer.v3n2p507

13. Kaufman S.B. Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being // Journal of Humanistic Psychology. 2018. Vol. 63 (1). DOI: 10.1177/0022167818809187

14. Гаранина Ж.Г., Лашина А.И. Особенности самоактуализации специалистов с различной профессиональной направленностью // Гуманитарий: актуальные проблемы гуманитарной науки и образования. 2021. Т. 21, № 4. С. 439–454. DOI: 10.15507/2078-9823.056.021.202104.439-454

Поступила 21.01.2025; одобрена после рецензирования 25.02.2025; принята к публикации 28.02.2025.

Информация об авторе

Жуйкова София Аркадьевна, аспирант, Российский университет дружбы народов имени Патриса Лумумбы (Россия, Москва, 117198, ул. Миклухо-Маклая, 6); ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8318-0953>; e-mail: zhujkova.sofiya@mail.ru

Автор прочитал и одобрил окончательный вариант рукописи.

References

1. Maslow A. *Motivatsiya i lichnost* [Motivation and personality]. St. Petersburg. Piter Publ. 2019:400. (in Russ.).

2. Podladchikova M.M., Kozlov V.V. Aspects of human motivation on the life line. *Chelovecheskii faktor: Sotsialnyi psikholog = Social psychologist*. 2024;3(51):154–158. (in Russ.).

3. Sadykova A.Ya. The phenomenon of self-actualization of A. Maslow in the modern world. *Simvol nauki = Symbol of science*. 2020;2:66–70. (in Russ.).

4. Potokin N.S. Evolution of the concept of self-actualization in the works of Carl Rogers. *Molodoi uchenyi = Young scientist*. 2024;9(508):153–155. (in Russ.).

5. Rogers C.R. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston, New York. Houghton Mifflin Harcourt Publishing Company. 2012:366.

6. Shcheblykina Zh.V. S.L. Rubinstein's view on the development of self-awareness of the individual in life. *Psikhologicheskii zhurnal Mezhdunarodnogo universiteta prirody, obshchestva i cheloveka "Dubna" = Psychological journal of the International University of Nature, Society and Man "Dubna"*. 2009;1:1–7. (in Russ.).

7. Balva D., Takooshian H. The Pivotal Role of Students in International Psychology: A Past, Present, and Future Overview. *RUDN Journal of Psychology and Pedagogics*. 2022;19(3):607–620. DOI: 10.22363/2313-1683-2022-19-3-607-620

8. Compton W. Self-actualization myths: What did Maslow really say? // Journal of Humanistic Psychology. 2018;64(5):1–18. DOI: 10.1177/0022167818761929

9. Kunitsyna I.A., Egorova O.V. Self-actualization of students with different severity of character accentuations. *Vestnik Leningradskogo gosudarstvennogo universiteta imeni A.S. Pushkina = Bulletin of the Leningrad State University named after A.S. Pushkin*. 2023;2:232–249. (in Russ.).

10. Buzgan E.I. The relationship between responsibility and self-actualization in modern youth. *Eksperimentalnaya psikhologiya = Experimental Psychology*. 2023;16(4):75–87. (in Russ.). DOI: 10.17759/expsy.2023160405

11. Sosnovsky B.A., Kashirsky D.V. The Thorny Path of Psychology to the “Animated Man”. *Psikholog = Psychologist*. 2022;6:98–110. (in Russ.). DOI: 10.25136/2409-8701.2022.6.38795

12. Figueroa J.F. Gamification and Game-based Learning: Two Strategies for the 21st Century Learner. *World Journal of Educational Research*. 2016;3(2). DOI: 10.22158/wjer.v3n2p507

13. Kaufman S.B. Self-Actualizing People in the 21st Century: Integration With Contemporary Theory and Research on Personality and Well-Being. *Journal of Humanistic Psychology*. 2018;63(1): DOI: 10.1177/0022167818809187

14. Garanina Z.G., Lashina A.I. Features of Self-Actualization of Specialists with Various Professional Orientations. *Gumanitarij: aktualnye problemy gumanitarnoi nauki i obrazovaniia = Russian Journal of the Humanities*. 2021;21(4):439–454 (in Russ.). DOI: 10.15507/2078-9823.056.021.202104.439-454.

Submitted 21.01.2025; approved after reviewing 25.02.2025; accepted for publication 28.02.2025.

About the author

Sofiya A. Zhuykova, Postgraduate Student, RUDN University (6 Miklukho-Maklaya str., Moscow, 117198, Russia); ORCID: <https://orcid.org/0000-0002-8318-0953>; e-mail: zhujkova.sofiya@mail.ru

The author has read and approved the final manuscript.