

РЕСУРСЫ, ЭТАПЫ И ПРОСТРАНСТВО САМОРЕАЛИЗАЦИИ ЛИЧНОСТИ: ТЕОРЕТИКО-ЭМПИРИЧЕСКОЕ ОБОСНОВАНИЕ МОДЕЛИ

Л. И. Дементий, А. А. Маленов

Дементий Людмила Ивановна,

Эл. почта: lyudmiladementiy@mail.ru. ORCID 0000-0002-8767-6438.

Маленов Александр Александрович,

Эл. почта: malyonov@mail.ru. ORCID 0000-0002-3654-956X.

Омский государственный университет им. Ф. М. Достоевского, проспект Мира, д. 55А, Омск, 644077, Россия.

Аннотация. В статье в рамках процессуального и ресурсного подходов теоретически и эмпирически обосновывается модель самореализации личности в пространстве психологического образования. Выбор последнего обусловлен поиском сферы, релевантной для изучения реализации личности за пределами традиционных сфер деятельности — профессиональной и семейной. Самореализация понимается авторами как переход от потенциальных ресурсов личности к актуальным и актуализируемым, благодаря субъектной позиции личности. Доказано, что на каждом этапе самореализации (самоопределения, самовыражения, самоосуществления и самоактуализации) личность стремится к обнаружению и развитию разных ресурсов. Теоретическая модель подкрепляется результатами многочисленных эмпирических срезов, в том числе лонгитюдных, проведенных авторами на протяжении нескольких лет на студентах факультета психологии, а также на лицах, не имеющих и не получающих психологическое образование. Установлено, что психологическое образование оказывает положительное влияние на целый ряд личностных свойств, оправдывая персональные и социальные ожидания студентов. Благодаря этому повышается ощущение успешности и независимости, положительное самоотношение, чувство гордости, уверенность в себе, оптимизм, контроль настоящих и будущих событий, осмысленность и означенность жизни, самомотивация. Приобретаемые в процессе обучения компетенции, способствуют стабилизации и гармонизации семейных и дружеских отношений, улучшению коммуникации с коллегами по работе, расширению круга единомышленников, людей, способных поддержать в трудных жизненных ситуациях. Во многом это обусловлено усилением адаптационного потенциала и ресурсности самой личности, позитивной динамикой ее самосознания, способствующих достижению высшего уровня совладающей активности проактивного типа.

Ключевые слова: личность, самореализация, психологическое образование, ресурсы, процесс, модель, самоопределение, самовыражение, самоактуализация.

Введение

Своевременная реализация человеком себя, своего потенциала выступает одной из вечных проблем, острота которой в настоящее время усиливается благодаря быстрому темпу жизни на фоне многозадачности и альтернативности способов их решения. Каждому хочется успеть достичь всего того, что существует в планах и мечтах, проживая при этом яркую насыщенную жизнь, наполненную глубоким смыслом, приближаясь к уровню самоактуализации как максимальному проявлению самого себя. Вместе с тем, эта идеальная модель часто сталкивается с сопротивлением окружающей среды, предъявляющей конкретные требования к личности, одновременно ограничивающие возможности реализации человеком своих способностей. Результатом такого взаимодействия социума и его отдельного представителя зачастую выступает блокирование перехода потенциального в актуальное при усилении потребности в этом переходе у самого субъекта. Одним из способов преодоления данного противоречия может выступать создание виртуальных миров, в которых все

невозможное в реальном становится возможным, отчуждая при этом человека от самого себя в объективном мире. Более сложный путь — поиск точек соприкосновения разных миров для самоосуществления в действительности, при условии, что опора для этого шага должна быть найдена в самой личности. «Современная социокультурная ситуация провоцирует отчуждение человека от самого себя и Другого, но в то же время обостряет вопрос необходимости самопонимания и заботы о своих нереализованных возможностях» (Андреева, 2020, 137).

В рамках данной статьи мы хотим остановиться на анализе проблемы самореализации личности в контексте ресурсного и процессуального подходов на примере конкретной жизненной сферы, полагая, что это позволит операционализировать феномен самореализации для решения конкретных эмпирических и прикладных задач. В качестве наиболее релевантного пространства для достижения поставленной цели нами было выбрано психологическое образование, в контексте которого самореализация личности понимается нами как процесс перехода потенциальных ресурсов в актуальные и актуализируемые (точнее, их целенаправленного «перевода» в другой статус самим субъектом), раскрывающий специфику ресурсов в зависимости от этапа реализации личностью самой себя — самоопределения, самовыражения, самоосуществления и самоактуализации. Логичным шагом нам видится теоретическое и эмпирическое обоснование данной модели.

Теоретическое обоснование модели

Самореализация одновременно выступает и продуктом, и процессом, и механизмом развития личности в социуме, требуя явной и однозначной субъектной позиции, заключающейся в целенаправленном контроле и сознательном приложении человеком усилий для выявления, проявления, раскрытия и обогащения своего внутреннего потенциала (Базаева, 2009; Коростылева, 2001). Этот выбор должен быть связан с принятием личностью ответственности за него и поиском соответствующих условий, прежде всего, деятельностных, для полноценной реализации этого выбора (Леонтьев, 1997; Фризен, Плотницкая, 2015).

Довольно часто самореализация раскрывается с позиции освоения ролей — профессиональных, супружеских, родительских, межличностных, раскрывая движение личности в пространстве разных сфер жизни — учебной (Дружинина, 2015; Фролова, 2004), учебно-профессиональной (Самаль, 2008; Егоров, 2008; Савченко, 2008; Белых, 2015), трудовой (Орел, 2011; Коростылева, 2001), семейной (Зубкова, 2006; Сапоровская, 2012), спортивной (Горская, Фомиченко, 2015), творческой (Компаниец, 2018) и пр. То есть акцент ставится на ролевую самореализацию в контексте конкретной деятельности, чаще всего, ведущей.

Вместе с тем, не отрицая глубокую, сильную и взаимную связь ключевых метакатегорий деятельности и личности, все же хочется в большей степени увидеть проявление именно личностной самореализации, реализацию личностью самой себя, что настоятельно требует поиска другого связующего пространства, через которое проблема самореализации обретет новый ракурс, одновременно затрагивая и деятельностно-ролевой контекст. Поскольку «постановка проблемы самореализации человека в рамках экзистенциально-феноменологической традиции позволяет помыслить человеческое существование как бытие-в-мире, которое характеризуется незавершённостью, неопределённостью и провоцирует

у человека вопросы о границах его Я, о собственном предназначении и возможностях самому творить свою судьбу» (Андреева, 2020, 137).

Таким образом, первой задачей, требующей принципиального решения, выступил поиск такого жизненного пространства, в рамках которого могли бы пересекаться деятельностный и ролевой контекст, с одной стороны, и осуществлен выход за пределы конкретной ведущей деятельности и роли, с другой. Важность этого шага опирается на идеи В. А. Петровского, оценивающего стремление науки к дифференциации разных пространств, жизненных сфер не только с позиции функциональной необходимости упорядочивания знаний, но и поиска механизмов их соотнесения друг с другом, точек прикосновения разных контентов, одновременно раскрывающих содержание каждого из миров (Петровский, 2009). В качестве такого пространства нами было определено психологическое образование, соединяющее учебную и профессиональную деятельность, позволяющее выйти на пересечение разных форм активности и ролей, с одной стороны, с другой — имеющее явный миссионерский, гуманистический, ценностно-смысловой характер, создающий условия и способствующий самореализации личности на разных этапах жизненного пути. Последнее, в свою очередь, актуализировало необходимость выделения этапов самореализации, которая, по своей сути, представляет собой «...особый по своему содержанию и функциональной сущности процесс развития в развитии человека, объективно формирующий реальное пространство творческого развертывания потенциала человеческого Я» (Деркач, Сайко, 2010, 190). То есть продуктом этого процесса выступает «выход за пределы себя», презентация себя через продукты деятельности при осознании их значимости для других, потребности в них со стороны социума. Условием такого «выхода» является переживание собственной состоятельности (Петровский, 2009).

Становится очевидным, что презентация себя социуму прежде всего требует первоначального формирования, накопления, присвоения человеком того, что впоследствии, став некоторой его «собственностью», капиталом, может предъявляться уже от его лица как автора, носителя соответствующих компетенций. Осознавая условный характер выделения этапов самореализации как некоторой последовательности, мы все же пошли на этот риск. Его оправданием могут служить ряд высказываний классиков и современных представителей психологической науки, утверждающих, что такой подход может иметь место. В частности, по авторитетному для нас мнению К. А. Абульхановой-Славской, возможность самореализации доступна личности в случае завершенности самопознания и пробы своих способностей, сформированности образа Я и обретения достаточного уровня зрелости (Абульханова-Славская, 1991). При этом автор дифференцирует самореализацию и самовыражение, подчеркивая, что последнее больше связано с внешним проявлением, предшествующим истинной самореализации как высшей стадии развития зрелой личности (Абульханова-Славская, 1991). Напомним, что традиционно высшей стадией самореализации выступает самоактуализация как максимальное проявление потенциала личности (Маслоу, 1982). В свою очередь, И. И. Витковская отмечает, что самореализация является более широким по содержанию феноменом, в рамках которого могут сосуществовать и самоутверждение, и самоосуществление, и самоактуализация (Витковская, 2015). При этом, если самоактуализация выступает пиковым, результирующим моментом самореализации, то ее исходным является самоопределение личности (Деркач, Сайко, 2010). Опираясь на эти и другие высказывания, в качестве

модели самореализации как процесса мы предлагаем выделение ее следующих этапов, допускающих последовательность проявления в контексте пересечения онтогенетического развития и жизненного пути личности: самоопределения, самовыражения (и самоутверждения), самоосуществления и самоактуализации.

Переходя от процессуального подхода к анализу феномена самореализации к ресурсному, прежде всего необходимо отметить, что наиболее распространенным в этом контексте словосочетанием выступает «ресурсы самореализации» (Дружинина, 2015; Фролова, 2004; Орел, 2011; Горская, 2015 и др.). Однако мы хотим вернуться к изначальному, аутентичному пониманию самореализации как реализации личностью своих потенций или ресурсов на фоне стремления к продуктивности этого процесса. Именно ресурсный подход, на наш взгляд, отражает содержание самореализации как процесса «раскрытия и определения существенных сил личности, развития возможностей и реализации ее способностей» (Базаева, 2009, С. 51), предполагающего «сбалансированное и гармоничное развитие различных аспектов личности путем приложения адекватных усилий, направленных на раскрытие индивидуальных и личностных потенциалов» (Коростылева, 2001, 7). Другими словами, самореализация личности требует не только наличия внутренних ресурсов, но и их постоянного обогащения и воплощения через актуализацию и развитие. Это «не только актуализация, но и воплощение человеком собственных потенциальных возможностей... во вне, а главная потребность человеческого бытия — освоение этих возможностей» (Петровский, 2009, 28).

В связи с этим мы ввели еще один ряд терминов, раскрывающих самореализацию в рамках ресурсного подхода как процесс осознания своих возможностей, ресурсов (потенциальные ресурсы), оценки их актуальности, значимости, в том числе через апробацию в реальной деятельности (актуальные ресурсы) и усиления, совершенствования за счет многократного использования (актуализированные ресурсы). При этом, вслед за другими исследователями, мы полагаем, что особое значение в этом процессе имеет установление определенной тесной и глубокой связи с обществом. И если на первых этапах самореализации многое личность стремится делать для себя и во имя себя, то далее движение по пути самореализации актуализирует потребность проявления себя для других и во имя других, что возможно только в сотрудничестве с окружающими. Поскольку реализация человеком себя, своего Я возможна исключительно «на уровне отдачи-принятия, где соединяется личное, индивидуальное и общественное» (Деркач, Сайко, 2010, 190).

Обобщая изложенные идеи, схематично их можно представить в виде следующей модели (см. рис. 1), далее подкрепленной результатами эмпирического исследования).

Таким образом, на каждом этапе самореализации — самоопределения, самовыражения, самоосуществления, самоактуализации, личность решает разные задачи, имеющие значение не только для самого человека, но и окружающих, начиная от круга близких людей и до всего человечества, будущих поколений в целом. Качественное решение этих задач требует актуализации соответствующих ресурсов как внешних, так и внутренних, их перехода от потенциальных к реальным. При этом в случае ограниченности имеющихся возможностей запускается поиск сфер для компенсации недостающих фрагментов, а также развития и совершенствования имеющихся компетенций, их апробации и закрепления в конкретных обстоятельствах жизни.

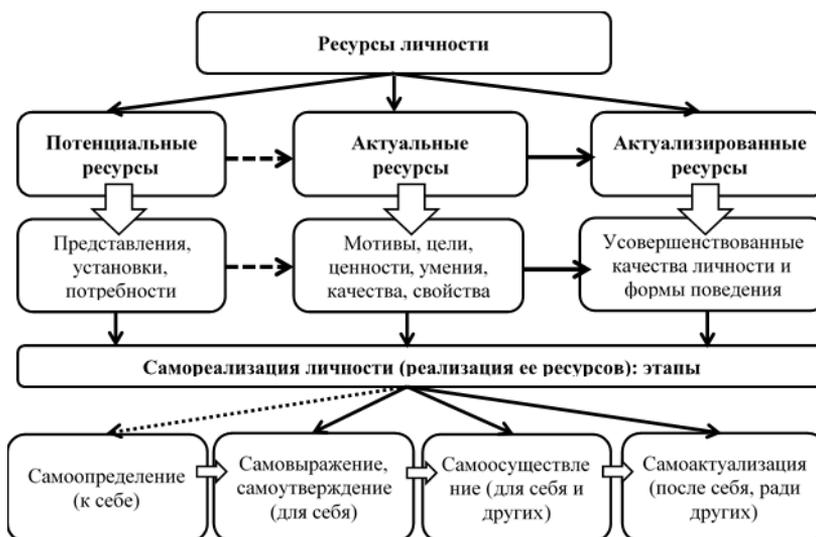


Рис. 1. Модель ресурсов личности на разных этапах ее самореализации

Fig. 1. Individual resource model at different stages of self-realization

Эмпирическое обоснование модели

В данной части работы мы кратко приведем результаты наших исследований, в том числе лонгитюдных, полученных в разное время (2010–2020 гг.) на разных выборках, с помощью разного методического (анкетирование, интервью, изучение продуктов деятельности с элементами биографического метода, тестирование) и статистического (коэффициенты значимости различий, корреляционный, факторный, дисперсионный, кластерный и регрессионный анализ) инструментария. На наш взгляд, интеграция этих результатов убедительно доказывает реалистичность построенной модели и релевантность пространства психологического образования для ее апробации.

Начнем с того, что потенциал психологического образования (знания, компетенции, формируемые в процессе подготовки) осознают не только сами студенты, но и лица его не получающие. Опрос довольно внушительной группы специалистов коммуникативного профиля (сотрудники полиции, педагоги, менеджеры, медицинские работники, $N = 155$) позволил зафиксировать у них сформированность потребности в повышении уровня собственной психологической компетентности с целью усиления позиций не только в профессиональной деятельности, но и в сфере супружеских, детско-родительских и межличностных отношений, а также для усиления своей личности (Дементий, Маленов, 2012). В свою очередь те, кто выбрал психологическое образование, став студентом соответствующего факультета (здесь и далее имеется в виду факультет психологии Омского государственного университета им. Ф.М. Достоевского), наделяют его разным ресурсным значением с учетом этапа самореализации, позволяя дифференцировать этапы собственной реализации себя (самовыражения, самоосуществления и самоактуализации) и самоопределения как предшествующего ей.

При оценке мотивов получения психологического образования было установлено, что для юношей и девушек его выбор во многом обусловлен внешними фактора-

ми (престижностью вуза, академичностью, научностью и качеством знаний, интересностью и актуальностью самой профессии, потребностью в дипломе, влиянием окружающих), тогда как для более зрелых оптантов на первый план выходили просоциальные и личностные мотивы: стремление разбираться в людях и помогать им, приобретение знаний и опыта, саморазвитие и личностный рост (Маленов, 2010). Особый интерес в этом контексте вызывает отсутствие у более зрелых студентов непосредственной связи психологических знаний собственно с профессиональными мотивами, т.е., для них самореализация выступает более широким контекстом, позволяющим использовать накопленный когнитивный капитал за пределами конкретной деятельности, тогда как бывшие школьники на этапе самоопределения чаще устанавливают прямую связь получаемого образования с будущей работой по специальности (Маленов, 2011). Вместе с тем, это не означает игнорирование личностью на этапе самореализации потенциала психологического образования для укрепления своих профессиональных позиций в настоящем или смены профессиональной траектории развития в ближайшем будущем. Факторизация данных относительно ресурсов, требуемых личности на разных этапах самореализации ($N = 200$), показала, что на каждом из них существует устойчивая пятифакторная структура, содержание которой имеет свои особенности. Центральным компонентом этой структуры для личности на этапе самовыражения и самоутверждения ($N = 80$) выступает потребность в профессиональной самореализации, для чего студенты планируют использовать компетенции, приобретенные в процессе получения психологического образования. Тогда как ресурсы последнего на этапе самоосуществления ($N = 80$) личность намерена использовать, в первую очередь, для решения внутрисемейных проблем и задач на фоне усиления своей коммуникативной компетентности, когнитивной и поведенческой гибкости, стремления к саморазвитию и личностному росту. При этом самореализация в трудовой деятельности требует на этом этапе выбора между тем, чтобы остаться в уже освоенной нише, либо проложить новую траекторию профессионального развития (Маленов, 2013). Тогда как на этапе самоактуализации ($N = 40$) самореализация, в первую очередь, направлена на понимание себя и самоконтроль, преодоление собственных ограничений и самопомощь, совершенствование своей личности и отношений с окружающими, оказание квалифицированной помощи не только себе, но и близким.

В целом на каждом этапе самореализации личности, при оценке приобретаемых ресурсов, благодаря психологическому образованию, большая часть из них опрошенными относилась либо к усилению внутриличностного потенциала, либо социального (Маленов, 2019). В первом случае студенты отмечали потребность в повышении уровня эмоционального самоконтроля, самопознания, рефлексии, коммуникативных качеств, преодоления смысловых кризисов, открытия новых внутренних ресурсов, решении личных проблем, гибкости мышления и реакций, личностном росте и саморазвитии, изменении мировоззрения и мироощущения, повышении уверенности в себе. Во втором, заявляли о необходимости повышения психологической грамотности, построении гармоничных отношений с окружающими, их лучшем понимании с целью оказания поддержки и компетентной помощи. Другими словами, студенты факультета психологии возлагают большие надежды на трансформацию собственной личности и отношений с другими людьми, независимо от того, будут ли они использовать сформированные компетенции непосредственно в профессиональной деятельности (на что и направлена подготовка студентов в вузе) или нет.

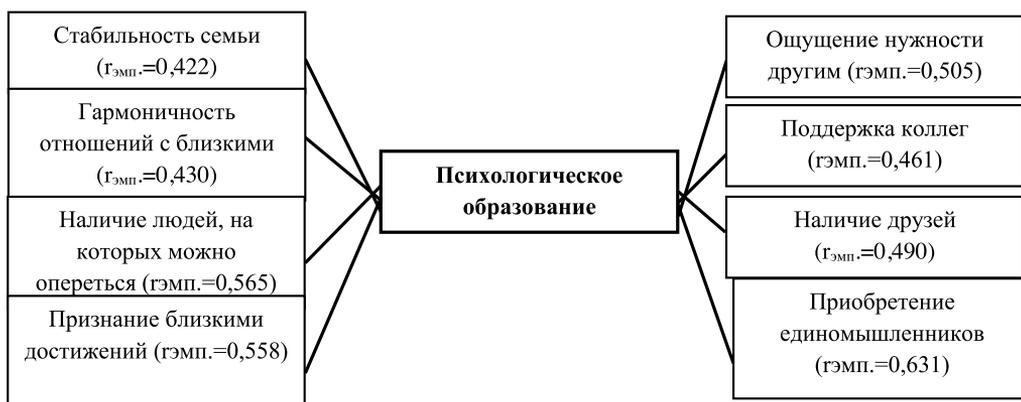


Рис. 2. Взаимосвязь психологического образования с социальными ресурсами личности
 Fig.2. Interconnection between psychological education and social resources of the individual

Вместе с тем, остается открытым вопрос: оправдываются ли эти ожидания в процессе получения психологического образования? На него мы получили ответ в рамках организации ряда продольных (лонгитюдный и ретроспективных) срезов. Так ретроспективное обследование студентов очно-заочной формы 3-го года обучения в возрасте от 20 до 55 лет ($N = 64$) с помощью методики «Потери и приобретения персональных ресурсов» (Н. Водопьянова, М. Штейн), позволило нам подтвердить, что за время обучения студенты значительно обогатили свои ресурсы, прежде всего, личностные и социальные (Маленов, 2016). В конечном итоге, благодаря факторному анализу, было выделено три ключевые группы ресурсов личности у студентов факультета психологии: 1) успешность и уверенность в себе; 2) стабильность и независимость; 3) социальная поддержка. Важно, что при этом были установлены сильные устойчивые связи ($p < 0,001$) психологического образования с большинством предлагаемых для оценки персональных и социальных ресурсов (см. рис. 2 и 3).

Эта позитивная картина была подтверждена и результатами лонгитюдного исследования ($N=27$), продолжавшегося три года: с 2014 по 2017 г. (Маленов, 2017). Опираясь на данные, полученные с помощью методик «Самоактуализационный тест» — САТ (Э. Шостром, адаптация — Ю. Е. Алешина, Л. Я. Гозман, М. В. Загика, М. В. Кроз), «Проактивное совладающее поведение» — РСІ (Л. Аспинвалл, Р. Шварцер и Тауберт, адаптация — Е. С. Старченкова), мы можем утверждать, что у студентов за несколько лет возросли показатели по таким шкалам, как: Ориентация во времени, Поддержка, Ценностные ориентации, Гибкость поведения, Сензитивность, Спонтанность, Самоуважение, Самопринятие, Принятие агрессии, Контактность, Креативность, Проактивное преодоление, Поиск инструментальной и эмоциональной поддержки. Благодаря дисперсионному анализу ($N = 64$), было установлено усиление адаптационного потенциала личности в процессе получения психологического образования (Маленов, 2016). Тогда как регрессионный анализ позволил выявить предикцию проактивного стиля совладания личности с трудными жизненными ситуациями со стороны самоактуализации и адаптационного потенциала (Дементий, Маленов, Маленова, 2020). И если адаптационный потенциал выступил предиктором лишь единожды, то компоненты самоактуализации, отвечающие за личностную зрелость, многократно (см. таблицу).

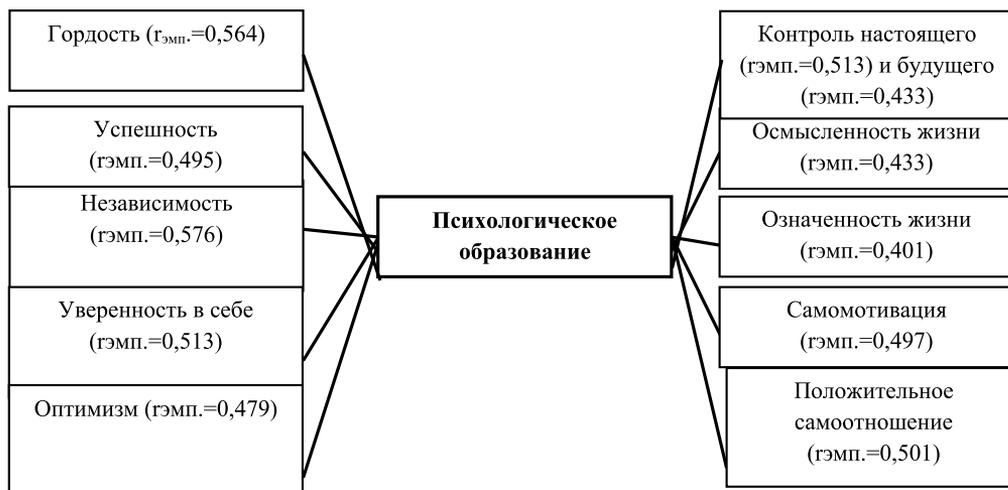


Рис. 3. Взаимосвязь психологического образования с персональными ресурсами личности
 Fig.3. Interconnection between psychological education and personal resources of the individual

Выбор в качестве зависимой переменной именно проактивного совладающего поведения является неслучайным. В психологической науке уже накоплен достаточный материал, раскрывающий суть копинг-поведения, в том числе через оценку его возможного эффекта. Стратегии совладающего поведения оценивают через призму просоциальности–асоциальности (Hobfoll, 1998), позитивности–негативности (Lazarus, Folkman, 1991), адаптивности – дезадаптивности (Carver, Scheier, Weintraub, 1989), конструктивности – неконструктивности (Frydenberg, Lewis, 1991), когнитивности – конативности (Thoits, 1991). С позиции разработчиков проактивной копинг-модели эту форму преодоления можно рассматривать как одну из высших при оценке совладающей активности личности, предполагающей ее зрелые реакции, направленные на предвосхищение трудных жизненных ситуаций и целенаправленное осуществление предварительных шагов по их предотвращению (Aspinwall, Taylor, 1997; Greenglass, 2002; Schwarzer, Taubert, 2002). И в этом случае само проактивное совладание можно расценивать как ресурс, поскольку, согласно концепции С.Хобфолла, им выступает то, что имеет адаптивную ценность для жизни в стрессогенных условиях, в частности, собственно накопление и реализация человеком ресурсов в процессе подготовки к вероятным стрессовым воздействиям (Hobfoll, 1988).

В нашем случае центральными конструктами личности, определяющими его выбор, являются стремление личности к постоянному самосовершенствованию, росту, выбору из множества жизненных альтернатив тех, которые этому способствуют. Это подтверждается предикацией проактивного совладания высокими показателями по шкале «ценностные ориентации», что означает стремление человека разделять и развивать черты, присущие самоактуализирующейся личности. С другой стороны, выбор проактивного копинга предполагает не только зрелость и самодостаточность собственной личности, но и зрелость оценки своего места в социуме, наличие надежных и глубоких связей с ним. В этом случае ценность результатов нашего исследования имеет ориентация личности на поиск баланса между внутренними и внешними нормами, согласованности собственных убеждений, позиций с целями и установ-

Таблица. Компоненты личности, влияющие на стратегии проактивного совладания в пространстве психологического образования

Table. Components of the personality that influence strategies of proactive coping in the space of psychological education

Компоненты	Коэффициент В	β коэффициент	t _{эмп.}
Проактивное преодоление (константа: 35,658)			
Гибкость поведения (ГП)	- 0,565	- 0,336	-1,741*
Контактность (К)	- 0,573	- 0,290	-1,994*
Рефлексивное преодоление (константа: 37,280)			
Гибкость поведения (ГП)	- 0,696	- 0,440	-3,257**
Спонтанность (Сп)	-1,160	- 0,466	-3,406***
Самоуважение (Су)	0,810	0,444	3,106**
Синергия (Син)	1,236	0,301	2,519**
Стратегическое планирование (константа: 11,355)			
Ориентация во времени (ОВ)	-1,043	- 0,976	- 1,836*
Поддержка (П)	-1,351	- 3,875	- 2,343*
Самоуважение (Су)	0,480	0,431	2,589**
Синергия (Син)	0,790	0,315	2,533**
Превентивное преодоление (константа: 27,267)			
Синергия (Син)	1,524	0,379	3,209**
Познание (Поз)	0,652	0,234	2,075*
Адаптационный потенциал (АП)	1,718	0,350	2,948**
Поиск инструментальной поддержки (константа: 19,372)			
Ориентация во времени (ОВ)	0,664	0,380	1,951*
Гибкость поведения (ГП)	0,701	0,444	2,086*
Сензитивность (Сен)	0,953	0,343	2,326*
Представление о природе человека (Поп)	1,168	0,353	2,624**
Принятие агрессии (ПА)	0,780	0,404	2,513**
Поиск эмоциональной поддержки (константа: 12,464)			
Ориентация во времени (ОВ)	1,538	1,471	2,587**
Поддержка (П)	1,424	4,171	2,380*
Сензитивность (Сен)	0,450	0,270	1,848*
Проактивное совладающее поведение (константа: 146,333)			
Поддержка (П)	- 0,627	- 0,370	- 1,957*
Ценностные ориентации (Цо)	4,033	0,636	3,369***

Примечание: уровень значимости * — при $p \leq 0,05$; ** — при $p \leq 0,01$; *** — при $p \leq 0,001$.

ками других людей, гармонии между независимостью, автономностью, свободой и значимостью связей с окружающими для оценки своего благополучия. Полагаем, что возможность достижения этого баланса, его принятие и стремление к нему, во многом может быть следствием психологического образования.

Заключение

Итак, пространство психологического образования привлекает субъекта с целью удовлетворения потребности в личностном росте, укрепления своего профессионального статуса, гармонизации межличностных отношений с близкими, друзьями, коллегами. Решение этих задач не обязательно предполагает использование полученных знаний и умений в работе по новой специальности: среди лиц, получающих психологическое образование, есть две ключевые группы — стремящиеся стать квалифицированным специалистом-психологом и желающие повысить собственную психологическую компетентность безотносительно изменения своей профессиональной траектории. Однако в большинстве случаев субъекты психологического образования осознают его универсальный характер, планируя использовать полученные знания для личностного развития и повышения благополучия своего и окружающих в разных сферах социального взаимодействия. Иерархия последних меняется в зависимости от этапа самореализации личности, задач, решаемых на каждом из них, в том числе и в отношении конкретных зон внутриличностного потенциала, требующих усиления.

Полученные результаты, на наш взгляд, доказывают не только факт, что, получая психологическое образование, личность обнаруживает и развивает свои внутренние ресурсы, но и активно их проявляет во взаимоотношениях с окружающим миром, одновременно укрепляя и совершенствуя свой ресурсный арсенал. Что подтверждает тезис В. А. Петровского, о том, что наше «Я» — это «сгусток возможностей, воплощаемых во вне, а главная потребность человеческого бытия — освоение этих возможностей» (Петровский, 2009, С. 28).

То есть в пространстве психологического образования действительно создаются условия, управляемые самим субъектом, для перехода потенциальных ресурсов личности в актуальные, а затем и в актуализированные. Это, в свою очередь, позволяет утверждать, что психологическое образование способствует самореализации личности, помогая ей обрести внутренние опоры, что особенно важно в условиях неопределенности, изменчивости и стрессогенности окружающей среды.

Библиографический список

- Абульханова-Славская, К. А. (1991). *Стратегия жизни*. Москва: Мысль.
- Андреева, О. В. (2020). Ответственность как необходимое условие самореализации человека. В Л. И. Дементий (ред.) *Социальная, профессиональная и персональная ответственность личности в современном обществе: материалы Всероссийской научно-практической конференции с международным участием (Омск, 8–10 октября 2020 г.)* (с. 136–139). Омск: Издательство Омского государственного университета.
- Базаева, Ф. У. (2009). Самореализация как философская, психологическая и педагогическая категория. *Образование и наука*, 9 (66), 47–54.
- Белых, Т. В. (2015). Динамика субъектных свойств личности в процессе обучения в вузе. Серия Акмеология образования. *Психология развития*, 2(14), 110–114.

- Витковская, И. И. (2015). Самореализация как неотъемлемая ступень самоосуществления личности. *Современные исследования социальных проблем*, 11(55), 545–552.
- Горская, Г. Б., Компаниец, В. И. (2018). Психологические ресурсы и барьеры включения личности в современный жизненный мир. *Вестник Омского университета. Серия «Психология»*, 2, 4–10.
- Горская, Г. Б., Фомиченко, Н. Г. (2015). Проблема раскрытия личностных ресурсов самореализации (на примере спортсменов высокой квалификации). *Теория и практика общественного развития*, 22, 303–306.
- Дементий, Л. И., Маленов, А. А. (2012). Психологические знания как ресурс развития личности специалиста социологического профиля. *Вестник Омского университета*, 3(65), 283–288.
- Дементий, Л. И., Маленов, А. А., Маленова, А. Ю. (2020). Уровень самоактуализации и адаптационный потенциал как копинг-ресурсы личности на этапе самореализации. *Сибирский психологический журнал*, 78, 80–98.
- Деркач, А. А., Сайко, Э. В. (2010). *Самореализация — основание акмеологического развития: монография*. Москва: МПСИ; Воронеж: МОДЭК.
- Дружинина, С. В. (2015). Ресурсная роль интеллекта и креативности в самореализации подростков старшего возраста. *Акмеология*, 4(56), 66–71.
- Егоров, Д. В. (2007). *Самореализация как компонент смысловых стратегий студентов-психологов разной личностной направленности* (Кандидатская диссертация). Ростов-на-Дону.
- Зубкова, Е. А. (2006). *Особенности семейной и трудовой самореализации личности* (кандидатская диссертация). Курск.
- Коростылева, Л. А. (2001). *Психология самореализации личности: основные сферы жизнедеятельности* (Кандидатская диссертация). Санкт-Петербург.
- Леонтьев, Д. А. (1997). Самореализация и сущностные силы человека. В Д. А. Леонтьев, В. Г. Щур (ред.) *Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии* (с 156–176). Москва: Смысл.
- Маленов, А. А. (2019). Актуализированные личностью ресурсы в процессе получения психологического образования на этапе самореализации. В *Омские научные чтения: материалы Третьей Всероссийской научно-практической конференции (Омск, 2–6 декабря 2019 г.)* (с. 391–393). Омск: Издательство Омского государственного университета.
- Маленов, А. А. (2016). Взаимосвязь уровня самоактуализации и адаптационного потенциала взрослых людей при получении психологического образования. В М. А. Холодная, Г. В. Ожиганова (ред.) *Ментальные ресурсы личности: теоретические и прикладные исследования: материалы третьего международного симпозиума. Труды Института психологии РАН* (с. 169–174). Издательство: Институт психологии РАН.
- Маленов, А. А. (2017). Влияние психологического образования на уровень самоактуализации студентов зрелого возраста. В *Всероссийская весенняя психологическая сессия: сборник материалов Всероссийской научно-практической конференции* (с. 175–178). Екатеринбург: Уральский государственный педагогический университет.
- Маленов, А. А. (2010). Возрастные особенности мотивов получения психологического образования. В *Личность в изменяющихся социальных условиях: материалы II Всероссийской научно-практической конференции с международным участием 21–23 апреля 2010 г.* (с. 207–212). Красноярск: Издательство Красноярского государственного педагогического университета им. В. П. Астафьева.
- Маленов, А. А. (2016). Оценка приобретений и потерь персональных ресурсов студентами факультета психологии зрелого возраста. В *Ананьевские чтения — 2016: Психология вчера, сегодня, завтра: материалы международной научной конференции, 25–27 октября 2016 г.* (с. 347–348). СПб.: СПбГУ. Скифия-принт.

- Маленов, А. А. (2011). Проблема диагностики мотивов выбора профессии у студентов зрелого возраста. В *Психодиагностика в современном мире: материалы 5-й Всероссийской студенческой научно-практической конференции 14–15 мая 2011 г.* (с. 148–160). Екатеринбург: изд-во РГППУ.
- Маленов, А. А. (2013). Ресурсы психологического образования в зрелом возрасте: факторный подход. *Психология обучения*, 7, 115–131.
- Маслоу, А. (1982). Самоактуализация. В *Психология личности. Тексты*. Москва: Издательство Московского Университета.
- Орел, А. А. (2011). *Психологические ресурсы самореализации личности в пространстве профессионального бытия* (Автореферат кандидатской диссертации). Краснодар.
- Петровский, В. А. (2009). Семь пространств существования личности: формальные модели состоятельности. *Мир психологии*, 1(57), 25–42.
- Савченко, Н. А. (2008). *Смысловые установки как компонент профессиональных диспозиций студентов-психологов* (Кандидатская диссертация). Ростов-на-Дону.
- Самаль, Е. В. (2008). *Самоактуализация личности в процессе обучения в вузе* (Кандидатская диссертация). Ярославль.
- Сапоровская, М. В. (2012). *Психология межпоколенных отношений в современной российской семье*. Кострома: КГУ им. Н. А. Некрасова.
- Фризен, М. А., Плотницкая, М. Р. (2015). Субъектность личности в плане самореализации и саморазвития: ресурсы и практические технологии. *Современные исследования социальных проблем*, 8(52), 322–334.
- Фролова, Е. А. (2004). *Психологические условия личностной самореализации в системе профильного обучения старшеклассников* (Автореферат кандидатской диссертации). Самара.
- Aspinwall, L. G., Taylor, S. E. (1997). A Stitch in Time: Self-Regulation and Proactive Coping. *Psychological Bulletin*, 121(3), 417–436.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: a Theoretically Based Approach. *Journal of personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Folkman, S., Lazarus, R.W. (1991). Coping and Emotion. In S. Folkman, R. W. Lazarus *Stress and Coping: An Anthology*. N.Y.: Columbia University Press.
- Frydenberg, E., Lewis, R. (1991). Adolescent Coping Styles and Strategies. *Australian Journal of Guidance and Counseling*, 1, 35–43.
- Greenglass, E. (2002). Chapter 3. Proactive Coping and Quality of Life Management. In E. Frydenberg (Ed.) *Beyond Coping: Meeting Goals, Vision, and Challenges*. London: Oxford University Press.
- Hobfoll, S. E. (1988). Conservation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44, 513–524.
- Hobfoll, S. E. (1988). *Stress, Culture, and Community*. N.Y. and London.
- Lazarus, R.W., Folkman, S. (1991). The Concept of Coping In S. Folkman, R. W. Lazarus *Stress and Coping: An Anthology*. N.Y.: Columbia University Press.
- Schwarzer, R., Taubert, S. (2002). Tenacious goal Pursuits and Striving toward Personal Growth: Proactive Coping. In E. Fydenberg (Ed.) *Beyond Coping: Meeting Goals, Visions and Challenges*. London: Oxford University Press.
- Thoits, P. A. (1991). *Gender Differences in Coping with Emotional Distress: The Social of Coping*. New York: Plenum Press.

Статья поступила в редакцию 25.02.2021
Статья принята к публикации 20.03.2021

Для цитирования: Дементий Л. И. Маленов А. А. Ресурсы, этапы и пространство самореализации личности: теоретико-эмпирическое обоснование модели. — *Южно-российский журнал социальных наук*. 2021. Т. 22. № 1. С. 137–152.

RESOURCES, STAGES AND SPACE FOR PERSONAL SELF-REALIZATION: THEORETICAL AND EMPIRICAL SUBSTANTIATION OF THE MODEL

L. I. Dementiy, A. A. Malenov

Lyudmila I. Dementiy,

E-mail: lyudmiladementiy@mail.ru. ORCID 0000-0002-8767-6438.

Alexander A. Malenov,

E-mail: malyonov@mail.ru. ORCID 0000-0002-3654-956X.

Dostoevsky Omsk State University, prospekt Mira, 55A, Omsk, 644077, Russia.

Abstract. In the article, within the framework of the procedural and resource approaches, the model of self-realization of the individual in the space of psychological education is theoretically and empirically substantiated. The choice of the latter is due to the search for a sphere that is relevant for studying the realization of the personality of oneself outside the traditional spheres of activity — professional and family. Self-realization is understood by the authors as a transition from potential resources of an individual to actual and actualized ones, thanks to the subjective position of the individual. It has been proven that at each stage of self-realization (self-determination, self-expression, self-fulfillment and self-actualization), a person strives to discover and develop various resources. The theoretical model is supported by the results of numerous empirical cross-sections, including longitudinal ones, carried out by the authors over several years on students of the Faculty of Psychology, as well as on individuals who do not have and do not receive a psychological education. It was found that psychological education has a positive effect on a number of personal properties, justifying the personal and social expectations of students. Thanks to him, a sense of success and independence, a positive self-attitude, a sense of pride, self-confidence, optimism, control of present and future events, meaningfulness and significance of life, self-motivation increase. The competencies acquired in the learning process help to stabilize and harmonize family and friendships, improve communication with colleagues at work, expand the circle of like-minded people, people who can support in difficult life situations. This is largely due to the strengthening of the adaptive potential and resource capacity of the personality itself, the positive dynamics of its self-awareness, contributing to the achievement of the highest level of coping activity of the proactive type.

Keywords: personality, self-realization, psychological education, resources, process, model, self-determination, self-expression, self-actualization.

DOI 10.31429/26190567-22-1-137-152

References

- Abul'khanova-Slavskaya, K. A. (1991). *Strategiya zhizni* [Life Strategy]. M.: Mysl'.
- Andreeva, O. V. (2020). Otvetstvennost' kak neobkhodimoe uslovie samorealizatsii cheloveka [Responsibility as a Prerequisite for the Individual's Self-realization]. In L. I. Dementiy (Ed.) *Sotsial'naya, professional'naya i personal'naya otvetstvennost' lichnosti v sovremennom obshchestve: materialy Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem (Omsk, 8–10 oktyabrya 2020 g.)* (pp. 136–139) [The Social, Professional and Personal Responsibility of the Individual in Modern Society: Proceedings of the All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation. (Omsk, 8–10 October 2020)]. Omsk: Izdatel'stvo Omskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Aspinwall, L. G., Taylor, S. E. (1997). A Stitch in Time: Self-Regulation and Proactive Coping. *Psychological Bulletin*, 121(3), 417–436.
- Bazaeva, F. U. (2009). Samorealizatsiya kak filosofskaya, psikhologicheskaya i pedagogicheskaya kategoriya [Self-Realization as a Philosophical, Psychological and Pedagogical Category]. *Obrazovanie i nauka* [The Education and Science Journal], 9(66), 47–54.
- Belykh, T. V. (2015). Dinamika sub'ektnykh svoystv lichnosti v protsesse obucheniya v vuze [Dynamics of Subjective Characteristics of Personality in The Process of Studying at the University].

- Izvestiya Saratovskogo universiteta. Novaya seriya. Seriya Akmeologiya obrazovaniya. Psikhologiya razvitiya* [Izvestiya of Saratov University. New Series. Series: Educational Acmeology. Developmental Psychology], 2(14), 110–114.
- Carver, C. S., Scheier, M. F., Weintraub, J. K. (1989). Assessing Coping Strategies: a Theoretically Based Approach. *Journal of personality and Social Psychology*, 56(2), 267–283.
- Dementiy, L. I., Malenov, A. A. (2012). Psikhologicheskie znaniya kak resurs razvitiya lichnosti spetsialista sotsionomicheskogo profilya [Psychological Knowledge as a Resource of Personal Development of Expert Socionomy Specialization]. *Vestnik Omskogo universiteta* [Herald of Omsk University], 3(65), 283–288.
- Dementiy, L. I., Malenov, A. A., Malenova, A. YU. (2020). Uroven' samoaktualizatsii i adaptatsionnyy potentsial kak koping-resursy lichnosti na etape samorealizatsii [Self-Actualization Level and Adaptation Potential as Personality Coping Resources at the Stage of Self-Realization]. *Sibirskiy psikhologicheskii zhurnal* [Siberian Journal of Psychology], 78, 80–98.
- Derkach, A. A., Sayko, E. V. (2010). *Samorealizatsiya — osnovanie akmeologicheskogo razvitiya: monografiya* [Self-Realization — the Basis of Acmeological Development: Monograph]. Moskva: MPSI; Voronezh: MODEK.
- Druzhinina, S. V. (2015). Resursnaya rol' intellekta i kreativnosti v samorealizatsii podrostkov starshego vozrasta [Resource Role of Intelligence and Creativity in Selfrealization Older Teens]. *Akmeologiya* [Acmeology], 4(56), 66–71.
- Egorov, D. V. (2007). *Samorealizatsiya kak komponent smyslozhiznennykh strategiy studentov-psikhologov raznoy lichnostnoy napravlenosti* [Self-realization as a Component of the Life-Meaning Strategies of Psychology Students of Various Personal Orientations] (Candidate Dissertation). Rostov-on-Don.
- Folkman, S., Lazarus, R.W. (1991). Coping and Emotion. In S. Folkman, R. W. Lazarus *Stress and Coping: An Anthology*. N.Y.: Columbia University Press.
- Frizen, M. A., Plotnitskaya, M. R. (2015). Sub'ektnost' lichnosti v plane samorealizatsii i samorazvitiya: resursy i prakticheskie tekhnologii [The Subjectivity of The Individual in Terms of Self-Realization and Self-Development: Resources and Practical Technology]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem* [Modern Studies of Social Issues], 8(52), 322–334.
- Frolova, E. A. (2004). *Psikhologicheskie usloviya lichnostnoy samorealizatsii v sisteme profil'nogo obucheniya starsheklassnikov* [Psychological Conditions of Personal Self-Realization in the System of Specialized Training for Senior Pupils] (Abstract of Candidate Dissertation). Samara.
- Frydenberg, E., Lewis, R. (1991). Adolescent Coping Styles and Strategies. *Australian Journal of Guidance and Counseling*, 1, 35–43.
- Gorskaya, G. B., Fomichenko, N. G. (2015). Problema raskrytiya lichnostnykh resursov samorealizatsii (na primere sportsmenov vysokoy kvalifikatsii) [The Problem of Discovery of Personal Resources of Self-Realization (Case Study of Elite Athletes)]. *Teoriya i praktika obshchestvennogo razvitiya* [Theory and Practice of Social Development], 22, 303–306.
- Gorskaya, G. B., Kompaniets, V. I. (2018). Psikhologicheskie resursy i bar'ery vklyucheniya lichnosti v sovremennyy zhiznenny mir [Psychological Resources and Barriers of Personality Involvement in Contemporary Life World]. *Vestnik Omskogo universiteta. Seriya "Psikhologiya"* [Herald Of Omsk University. Series: Psychology], 2, 4–10.
- Greenglass, E. (2002). Chapter 3. Proactive Coping and Quality of Life Management. In E. Frydenberg (Ed.) *Beyond Coping: Meeting Goals, Vision, and Challenges*. London: Oxford University Press.
- Hobfoll, S. E. (1988). Conversation of Resources: A New Attempt at Conceptualizing Stress. *American Psychologist*, 44, 513–524.
- Hobfoll, S. E. (1988). *Stress, Culture, and Community*. N.Y. and London.
- Korostyleva, L. A. (2001). *Psikhologiya samorealizatsii lichnosti: osnovnye sfery zhiznedeyatel'nosti* [Psychology of Personality Self-Realization: The Main Spheres of Life]. Saint Petersburg.

- Lazarus, R.W., Folkman, S. (1991). The Concept of Coping In S. Folkman, R. W. Lazarus *Stress and Coping: An Anthology*. N.Y.: Columbia University Press.
- Leont'ev, D. A. (1997). Samorealizatsiya i sushchnostnye sily cheloveka [Self-Realization and the Essential Forces of a Person]. In D. A. Leont'ev, V. G. Shchur (Eds) *Psikhologiya s chelovecheskim litsom: gumanisticheskaya perspektiva v postsovetskoj psikhologii* [Psychology with a Human Face: a Humanistic Perspective in Post-Soviet Psychology] (pp. 156–176). Moskva: Smysl.
- Malenov, A. A. (2010). Vozrastnye osobennosti motivov polucheniya psikhologicheskogo obrazovaniya [Age-specific Motives for Receiving Psychological Education]. In *Lichnost' v izmenyayushchikhsya sotsial'nykh usloviyakh: materialy II Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii s mezhdunarodnym uchastiem 21–23 aprelya 2010 g.* [Personality in Changing Social Conditions: Materials of the II All-Russian Scientific and Practical Conference with International Participation April 21–23, 2010] (pp. 207–212). Krasnoyarsk: Izdatel'stvo Krasnoyarskogo gosudarstvennogo pedagogicheskogo universiteta im. V. P. Astaf'eva.
- Malenov, A. A. (2011). Problema diagnostiki motivov vybora professii u studentov zrelogo vozrasta [The Problem of Diagnosing Career Motives in Mature Students]. In *Psikhodiagnostika v sovremennom mire: materialy 5-y Vserossiyskoy studencheskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii 14–15 maya 2011 g.* (pp. 148–160) [Psychodiagnosics in the Modern World: Materials of the 5th All-Russian Student Scientific and Practical Conference on May 14–15, 2011]. Ekaterinburg: izd-vo RGPPU.
- Malenov, A. A. (2013). Resursy psikhologicheskogo obrazovaniya v zreлом vozraste: faktornyy podkhod [Resources of Psychological Education in The Middle Years: A Factor Approach]. *Psikhologiya obucheniya* [Psychology of Learning], 7, 115–131.
- Malenov, A. A. (2016). Otsenka priobreteniy i poter' personal'nykh resursov studentami fakul'teta psikhologii zrelogo vozrasta [Evaluation of Acquisitions and Losses of Personal Resources by Adult Students at the Department of Psychology]. In *Anan'evskie chteniya — 2016: Psikhologiya vchera, segodnya, zavtra: materialy mezhdunarodnoy nauchnoy konferentsii, 25–27 oktyabrya 2016 g.* [Ananyev Readings — 2016: Psychology Yesterday, Today, Tomorrow: Materials of the International Scientific Conference, October 25–27, 2016] (pp. 347–348). SPb.: SPbGU. Skifiya-print.
- Malenov, A. A. (2016). Vzaimosvyaz' urovnya samoaktualizatsii i adaptatsionnogo potentsiala vzroslykh lyudey pri poluchenii psikhologicheskogo obrazovaniya [The Relationship between the Level of Self-fulfillment and the Adaptive Capacity of Adults to Receive Psychological Education]. In M. A. Kholodnaya, G. V. Ozhiganova (Eds) *Mental'nye resursy lichnosti: teoreticheskie i prikladnye issledovaniya: materialy tret'ego mezhdunarodnogo simpoziuma. Trudy Instituta psikhologii RAN* [Mental Resources of a Personality: Theoretical and Applied Research: Materials of the Third International Symposium. Proceedings of the Institute of Psychology RAS] (pp. 169–174). Izdatel'stvo: Institut psikhologii RAN.
- Malenov, A. A. (2017). Vliyanie psikhologicheskogo obrazovaniya na uroven' samoaktualizatsii studentov zrelogo vozrasta [The Impact of Psychological Education on the Level of Self-fulfillment of Adult Students]. In *Vserossiyskaya vesenniyaya psikhologicheskaya sessiya: sbornik materialov Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii* [The All-Russian Spring Psychological Session: A Collection of Materials from the All-Russian Scientific and Practical Conference] (pp. 175–178). Ekaterinburg: Ural'skiy gosudarstvennyy pedagogicheskii universitet.
- Malenov, A. A. (2019). Aktualizirovannye lichnost'yu resursy v protsesse polucheniya psikhologicheskogo obrazovaniya na etape samorealizatsii [Personalized Resources of the Individual in the Process of Obtaining Psychological Education at the Stage of Self-realization]. In *Omskie nauchnye chteniya: materialy Tret'ey Vserossiyskoy nauchno-prakticheskoy konferentsii (Omsk, 2–6 dekabrya 2019 g.)* [Omsk Scientific Readings: Materials of the Third All-Russian Scientific and Practical Conference (Omsk, December 2–6, 2019)] (pp. 391–393). Omsk: Izdatel'stvo Omskogo gosudarstvennogo universiteta.
- Maslow, A. (1982). Samoaktualizatsiya [Self-actualization]. In *Psikhologiya lichnosti. Teksty* [Psychology of Personality. Texts]. Moskva: Izdatel'stvo Moskovskogo Universiteta.

- Orel, A. A. (2011). *Psikhologicheskie resursy samorealizatsii lichnosti v prostranstve professional'nogo bytiya* [Psychological Resources of Personality Self-Realization in the Space of Professional Life] (Abstract of Candidate Dissertation). Krasnodar.
- Petrovskiy, V. A. (2009). Sem' prostranstv sushchestvovaniya lichnosti: formal'nye modeli sostoyatel'nosti [Seven Spaces of Personality Existence: Formal Models of Consistency]. *Mir psikhologii* [Mir psikhologii], 1(57), 25–42.
- Samal', E. V. (2008). *Samoaktualizatsiya lichnosti v protsesse obucheniya v vuze* [Self-actualization of the Individual in the Course of Study at the University] (Candidate Dissertation). Yaroslavl.
- Saporovskaya, M. V. (2012). *Psikhologiya mezhpokolennykh otnosheniy v sovremennoy rossiyskoy sem'e* [Psychology of Intergenerational Relations in the Modern Russian Family]. Kostroma: KGU im. N. A. Nekrasova.
- Savchenko, N. A. (2008). *Smyslovye ustanovki kak komponent professional'nykh dispozitsiy studentov-psikhologov* [Semantic Attitudes as a Component of Professional Dispositions of Psychology Students] (Candidate Dissertation). Rostov-na-Donu.
- Schwarzer, R., Taubert, S. (2002). Tenacious goal Pursuits and Striving toward Personal Growth: Proactive Coping. In E. Fydenberg (Ed.) *Beyond Coping: Meeting Goals, Visions and Challenges*. London: Oxford University Press.
- Thoits, P. A. (1991). *Gender Differences in Coping with Emotional Distress: The Social of Coping*. New York: Plenum Press
- Vitkovskaya, I. I. (2015). Samorealizatsiya kak neot'emlemaya stupen' samoosushchestvleniya lichnosti [Self-Realization is Inseparable From Self-Actualization of a Personality]. *Sovremennye issledovaniya sotsial'nykh problem* [Contemporary Research on Social Problems], 11(55), 545–552.
- Zubkova, E. A. (2006). *Osobennosti semeynoy i trudovoy samorealizatsii lichnosti* [Features of Family and Work Self-Realization of the Individual] (Candidate Dissertation). Kursk.

Received 25.02.2021

Accepted 20.03.2021

For citation: Dementiy L. I., Malenov A. A. Resources, Stages and Space for Personal Self-Realization: Theoretical and Empirical Substantiation of The Model. — *South-Russian Journal of Social Sciences*. — 2021. Vol. 22. No. 1. — Pp. 137-152.

© 2021 by the author(s). This article is an open access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).