

УДК 159

## РОЛЬ САМОДЕТЕРМИНАЦИИ В РЕАЛИЗАЦИИ МОЛОДЕЖИ

Зернина В.В., студентка ГФ ТУСУР

*В статье рассматривается проблема личной мотивации к процессу самодетерминации и ее роль в реализации личностного потенциала молодых людей. Представлены результаты пилотажного исследования оценки уровня самодетерминации и взаимосвязи самодетерминации с показателем субъективного счастья современных молодых людей.*

*Ключевые слова: самодетерминация; личностный потенциал; удовлетворенность жизнью; мотивация поведения.*

## THE ROLE OF SELF-DETERMINATION IN THE IMPLEMENTATION OF YOUTH

Zernina V.V., student, Faculty of Humanities, TUSUR University

*The article deals with the problem of personal motivation to the process of self-determination and its role in realizing the personal potential of young people. The results of a pilot study assessing the level of self-determination and the relationship of self-determination with the indicator of subjective happiness of modern young people are presented.*

*Keywords: self-determination; personal potential; life satisfaction; behavior motivation.*

Рассмотрены понятия о феномене самодетерминации. Приведены результаты исследования взаимосвязи самодетерминации и показателя субъективного счастья современных молодых людей.

К деятельности молодых людей, современное общество предъявляет высокие требования, так как, являясь основным источником движения общественного развития, они вынуждены не только приспосабливаться к быстро изменяющимся условиям, но и активно воздействовать на них для достижения результатов. В подобной ситуации необходимо быть готовым к различным социальным изменениям, а для этого необходимо отказаться от личных стереотипов [1].

По многим факторам, таким как: готовность к активной деятельности, способности инициировать собственное развитие, являться источником и причиной собственного поведения, преодоление негативного влияния ситуаций неопределенности, будет определяться способность молодых людей к самодетерминации. Являясь одновременно и результатом, и характеристикой процесса, самодетерминация способна открыть и развить те или иные личностные особенности, непосредственно связанные с личностным потенциалом человека. Исходя из этого можно определить, насколько молодые люди обладают способностью к самодетерминации.

Термин «самодетерминация» был предложен и разработан американскими учеными Эдвардом Л. Деси и Ричардом М. Райаном. Основные положения теории самодетерминации были сформулированы относительно проблемы мотивации поведения личности в 80-е гг. XX в. Объясняя причины поведения человека, эта теория учитывает не только воздействие окружающей среды, но и собственные стремления и способность к согласованию внешних требований, имеющихся у него с потенциалом для достижения поставленной цели [2,3].

В настоящее время теория самодетерминации является одним из основных научных подходов к изучению мотивации поведения человека, его личностных особенностей и психологического благополучия. Ее теоретическая и экспериментальная разработка продолжается в рамках пяти «мини-теорий», к которым относятся следующие:

теория организмической интеграции, теория когнитивной оценки, теория каузальных ориентаций, теория базовых психологических потребностей и теория содержания целей.

Личностный потенциал представляет собой интегральную характеристику уровня личностной зрелости, а главным феноменом личностной зрелости и формой проявления личностного потенциала является феномен самодетерминации личности [4].

В работах разных авторов приведены различные точки зрения. Однако личностный потенциал может быть оценен по наличию у человека личностных качеств, необходимых для выполнения какой-либо деятельности и достижения значимых результатов. Самодетерминация позволяет человеку согласовать имеющиеся у него ресурсы, к числу которых могут быть отнесены способности, личностные черты, нераскрытые возможности и задатки для организации собственной жизнедеятельности в целом и достижения поставленной цели в частности.

С целью оценки уровня самодетерминации и выявления взаимосвязи самодетерминации с показателем субъективного счастья современных молодых людей было проведено исследование.

Методы исследования. 1. Для оценки уровня самодетерминации мы использовали «Шкалу самодетерминации личности» (Б. Шелдон; в адаптации и модификации Е.Н. Осина). Она позволяет оценить, в какой степени человек определяет свою жизнь, свой жизненный сценарий. 2. Для изучения параметров субъективного счастья использовалась Шкала субъективного счастья (сокр. ШСС, англ. Subjective Happiness Scale, сокр. SHS) - экспресс-тест, измеряющий уровень субъективного благополучия испытуемого. Разработана Lyubomirsky и Lepper в 1999 году, переведена и адаптирована Леонтьевым на русском языке в 2003 году. 2.

Выборку составили 44 человека, из них 29 респондентов женского пола и 15 респондентов мужского пола учащиеся юридического факультета двух вузов: ТГУ и РГПУ, первого и второго курса.

Таблица 1. Анализ средних значений показателей методики Самодетерминация и шкала Счастья

<b>Показатели</b>	<b>Mean</b>	<b>Minimum</b>	<b>Maximum</b>	<b>Std.Dev.</b>
<b>Шкала Любомирски</b>	17,7	5	25	3,9
<b>Шкала Автономия</b>	37,31	24	50	7,52
<b>Шкала Самовыражение</b>	39,43	23	50	6,85

Показатели, указанные в Таблице 1 по шкале «Любомирски» (17.7), согласно нормативных значений методики соответствуют среднему уровню благополучия испытуемого. Высокие показатели по шкалам «Автономия» (37,31) свидетельствуют о переживании, что жизнь человека соответствует его желаниям и стремлениям. Показатели шкалы «Самодетерминация» (39,43), согласно значениям методики соответствуют высокому уровню, что свидетельствуют о том, что человек верит в то, что он имеет возможность выбора в собственной жизни.

Таблица 2 – Корреляционный анализ методик «Шкала самодетерминации» и «Шкала субъективного счастья»

Показатели	Счастье	Автономия	Самовыражение
Шкала Счастье	1	0,43	0,33
Шкала автономия	0,43	1	0,47
Шкала Самовыражение	0,33	0,47	1

*\*Correlations Marked correlations are significant at  $p < ,05000$   $N=44$  (Casewise deletion of missing data)*

Были найдены значимые взаимосвязи между показателем «Счастье» и «Автономией» и «Самовыражение». Что может свидетельствовать о том, что если у человека наиболее выражены автономия и самовыражение, то испытуемый ощущает себя более счастливым.

В ходе эмпирического исследования было установлено, что современным молодым людям присущ высокий уровень стремления к самодетерминации. Как свидетельствуют результаты анализа, самодетерминация может сочетаться с разными ценностными ориентациями на деятельность, но неотделима от субъективного личностного ощущения счастья. Самодетерминация может способствовать реализации современных молодых людей в профессиональном и карьерном плане, обеспечивая их конкурентоспособность, способствовать раскрытию личностного потенциала юношей и девушек, позволяя им выйти из-под власти обстоятельств и собственных потребностей.

### Литература

1. Леонтьев Д.А. Психология свободы. URL: <http://i-psy.ru/content/view/87/119/>
2. Гордеева Т.О. Психология мотивации достижения. М. : Смысл ; Академия, 2006. 336 с.
3. Современная психология мотивации / под ред. Д.А. Леонтьева. М. : Смысл, 2002. 343 с.
4. Гордеева Т.О. Теория самодетерминации: настоящее и будущее. Часть 1: Проблемы развития теории // Психологические исследования: электрон. науч. журн. 2010. № 4 (12). URL: <http://psystudy.ru>