

## ВОЗРАСТНАЯ ПСИХОЛОГИЯ / DEVELOPMENTAL PSYCHOLOGY

Научная статья

УДК 378.6:61:378.015.324

<https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-2-1>



### Характеристика самоактуализации студенток медицинской специальности северного вуза

*Сирануш Тиграновна Барсегян<sup>1✉</sup>, Алексей Владимирович Тостановский<sup>2</sup>,  
Ольга Геннадьевна Литовченко<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Сургутский государственный университет, Сургут, Россия

<sup>2</sup>Сургутский государственный педагогический университет, Сургут, Россия

**Аннотация.** В статье рассмотрены вопросы самоактуализации студенток Сургутского государственного университета как процесса, направленного на раскрытие внутреннего потенциала и способностей молодого поколения. Данная тема является особенно актуальной в условиях современного образовательного процесса, характеризующегося быстрыми изменениями, большим объемом информации и высокой конкурентной средой. Исследование проводилось с применением самоактуализационного теста. В анкетировании приняли участие 161 студентка медицинской специальности Сургутского государственного университета в возрасте 18–22 лет.

Обследованные студенты характеризовались высоким уровнем самоактуализации, способствующим улучшению психоэмоционального состояния и общей жизненной удовлетворенности, приводящей к формированию более гармоничного и продуктивного общества. Однако гибкость поведения и познавательность характеризуются низкими баллами и требуют пристального внимания в ходе организации образовательного процесса.

Таким образом, методы оценки уровня самоактуализации можно использовать для диагностики потенциальных возможностей студенток высшей школы с целью формирования индивидуальных программ развития, созданию более творческой системы обучения, где внимание уделяется не только академическим достижениям, но и личностному развитию каждого участника образовательного процесса.

**Ключевые слова:** студенты, самоактуализация, гибкость поведения, познавательность, самоуважение

**Шифр специальности:** 5.3.7. Возрастная психология.

**Для цитирования:** Барсегян С. Т., Тостановский А. В., Литовченко О. Г. Характеристика самоактуализации студенток медицинской специальности северного вуза // Северный регион: наука, образование, культура. 2026. Т. 27, № 2. С. 13–18. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-2-1>.

Original article

### Self-actualization features in female medical students of Northern university

*Siranush T. Barsegyan<sup>1✉</sup>, Aleksey V. Tostanovsky<sup>2</sup>, Olga G. Litovchenko<sup>1</sup>*

<sup>1</sup>Surgut State University, Surgut, Russia

<sup>2</sup>Surgut State Pedagogical University, Surgut, Russia

**Abstract.** The paper addresses the issues of self-actualization in female medical students at Surgut State University. The authors' definition of the aforementioned term centers on the pursuit of personal fulfillment and the activation of the young generation's inherent abilities. This topic is especially relevant given the characteristics of the modern education process, such as rapid changes, the large amount of information,

and high competition. The research is conducted at Surgut State University using cognitive analytic therapy. It includes 161 female medical students from Surgut State University aged 18–22.

The analyzed individuals exhibit a notable degree of self-actualization. This leads to enhanced psychological and emotional well-being, contributing to greater overall life satisfaction and the development of a more balanced and productive society. However, behavioral flexibility and cognitive ability are characterized by low scores and require close attention during the organization of the educational process.

The self-actualization assessment techniques are applicable in the identification of female university students' capabilities for designing personalized development programs and a creative educational system. This system's focus would encompass academic accomplishments and the individual development of each participant in the educational process.

**Keywords:** students, self-actualization, existentiality, cognition, self-esteem

**Code:** 5.3.7. Developmental Psychology.

**For citation:** Barsegyan S. T., Tostanovsky A. V., Litovchenko O. G. Self-actualization features in female medical students of Northern university. *Severnyy region: nauka, obrazovanie, kultura*. 2026;27(2):13–18. <https://doi.org/10.35266/2949-3463-2026-2-1>.

## ВВЕДЕНИЕ

Самоактуализация как процесс, направленный на раскрытие внутреннего потенциала и способностей молодого поколения, становится особенно актуальной в условиях современного образования, характеризующегося быстрыми изменениями, большим объемом информации и высокой конкурентной средой [1–5].

Инициатива разработки идей самоактуализации людей принадлежит ученым Абрахаму Маслоу, Гордону Олпорту, Карлу Роджерсу и Ричарду Рорти, представившим неопрагматистскую концепцию определения и достижения целей и совершенствования личности, а впервые данное понятие было введено в научный оборот К. Гольдштейном. В настоящее время становятся особенно актуальными психологические аспекты личностного роста и самоактуализации (Л. А. Коростелева, Е. Е. Вахромов, О. В. Немиринский, Н. В. Ковалева). Выделяют различные методы оценки самоактуализации личности. Одним из способов является самоактуализационный тест Э. Шострома (САТ), который определяет, как протекает самоактуализация личности, выявляет степень развития, возможности и черты, присущие самоактуализированным личностям. Еще одним методом является методика С. Б. Кауфмана, ориентированная 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. Методика А. В. Лазукина сфокусирована на определении уровня самореализации личности через призму ее ценностных ориентаций и жизненных целей и позволяет оценивать степень гармонии между внутренним миром индивида и его внешними проявлениями, выявлять противоречия и конфликты, мешающие самореализации.

Современные исследования акцентируют внимание на самоактуализации как ключевом компоненте личностного развития [6–8]. Данный аспект определяет личностные качества обучающихся, отношение к учебному процессу, подчеркивает значимость осознания своих потребностей, чувств и собственной уникальности, подразумевает стремление индивида достигать поставленных целей и раскрывать свои внутренние ресурсы, что стимулирует развитие креативности, самовыражения и способствует самореализации. Согласно Н. С. Бобровниковой и соавт. самоактуализирующаяся личность очень высоко оценивает значение здоровья для достижения успехов в жизни, ощущает внутреннюю потребность в желании быть здоровой [3, 9–11]. Особую значимость приобретает вопрос самоактуализации и самоопределения у студенток, поскольку для молодых девушек характерны повышенная эмоциональная чувствительность, что обуславливает более высокую восприимчивость к стрессу

и тревоге. Кроме того, женщинам присуща высокая тревожность, чувство обеспокоенности.

Цель исследования – оценка уровня самоактуализации студенток, проживающих в условиях Среднего Приобья.

### МАТЕРИАЛЫ И МЕТОДЫ

Исследование выполнено на базе Сургутского государственного университета, в котором приняли участие 161 студентка медицинской специальности в возрасте 18–22 лет. Участники подписывали информированное добровольное согласие.

Для проведения анкетирования был использован самоактуализационный тест (САТ), который является валидированным методологическим инструментом. Вопросы направлены на оценку различных аспектов самоактуализации, таких как ценностная ориентация, гибкость поведения, сенситивность к себе, самоуважение, самопринятие, принятие агрессии, контактность, познавательность и креативность.

Статистическую обработку данных проводили с помощью пакета прикладных программ Statistica v. 10.0.

### РЕЗУЛЬТАТЫ И ИХ ОБСУЖДЕНИЕ

Самоактуализация студентов – это важный процесс, отражающий стремление личности к полноте самовыражения, развитию своих способностей и максимальной реализации своего потенциала, так как этот период является временем интенсивного формирования

личности, выбора жизненного пути и профессионального становления. В период стремительных изменений и растущей конкуренции на рынке труда самоактуализация становится ключевым фактором успеха и самореализации для студентов.

Согласно полученным данным у студенток Сургутского государственного университета значительная часть критериев, отражающих уровень самоактуализации, находится в пределах среднего и выше среднего значений (45–55 баллов), что свидетельствует о высоком уровне самоактуализации молодых девушек (таблица, рисунок). Ряд исследований свидетельствует о том, что люди с высоким уровнем самоактуализации обладают хорошим уровнем психического здоровья, устойчивостью к стрессам и способностью справляться с жизненными трудностями [12, 13].

Среди полученных результатов шкала самоуважения характеризуется наивысшим баллом ( $55,13 \pm 0,73$ ) (таблица). Высокие значения были отмечены у 7 % обучающихся (рисунок). Высокие значения (55 баллов и выше) говорят о значительном воздействии фактора социальной среды на результаты исследования, желании испытуемых представить себя в наиболее выгодном свете. Кроме того, высокие баллы могут быть связаны с завышенной самооценкой, что может проявляться в искаженном восприятии своих навыков, достижений и собственной значимости.

Таблица

Показатели теста самоактуализации студенток медицинской специальности

№	Критерий	<i>M</i> (среднее значение)	<i>m</i> (ошибка средней)	$\sigma$ (среднее квадратичное отклонение)
1	Ценностная ориентация	47,08	0,78	9,93
2	Гибкость поведения	46,85	0,78	9,99
3	Сенситивность к себе	49,62	0,67	8,52
4	Самоуважение	55,13	0,73	9,36
5	Самопринятие	51,26	0,86	10,99
6	Принятие агрессии	49,63	0,81	10,34
7	Контактность	51,72	0,77	9,86
8	Познавательность	41,14	0,75	9,58
9	Креативность	49,55	0,64	8,13

Примечание: составлено авторами.

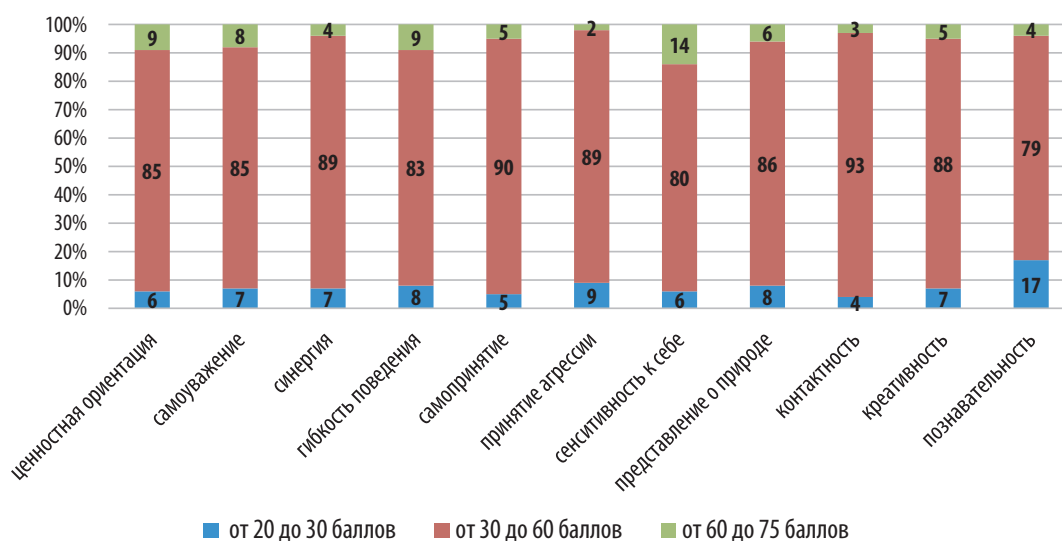


Рисунок. Самоактуализационный тест, САТ,  $n = 161$  студентка в возрасте 18–22 лет

Примечание: составлено авторами.

Вышесказанное может иметь неблагоприятные последствия в виде неспособности к самодисциплине, неуважения к окружающим и негативного восприятия себя и окружающей действительности. Причинами высокой самооценки могут быть самые различные факторы, включая наследственность, воспитание, культурные традиции и социальные ожидания. Она может быть связана с недостатком самокритичности, предрасположенностью к самообману или несостоятельностью в самопознании.

Значения в пределах 20–30 баллов и меньше отражают низкий уровень самоактуализации у личности, что является предпосылкой к возникновению депрессивно-тревожных расстройств, астено-невротического синдрома, аддиктивного поведения. В диапазон с низкими баллами относится шкала познавательных потребностей ( $41,14 \pm 0,75$ ), характеризующая степень заинтересованности обучающихся к приобретению новых знаний (таблица). При анализе полученных значений выявлено, что 17 % студенток имеют чрезмерно низкий познавательный интерес (рисунок). Необходимость получения новых знаний возникает в условиях, способствующих осознанию их важности для жизненной практики и других видов деятельности. Формирование этой потребности в знаниях непосредственно связано

с общим развитием личности, а также с ее способностью находить в материалах изучаемых дисциплин и в окружающем мире ответы на ключевые жизненные вопросы.

Следует уделить особое внимание к способности студенток адаптироваться к изменяющимся условиям жизни. В контексте учебной деятельности адаптация тесно связана с гибкостью поведения и мышления. Перемена привычной обстановки у студенток первого года обучения может вызывать чувство неудовлетворенности в учебных результатах, сложности в межличностных отношениях и беспокойство по поводу выбора будущей профессии. Все это может приводить к стрессу, нервному истощению, усталости, формированию состояния дезадаптации и развитию хронических заболеваний. Этот процесс может проявляться в изменениях системы саморегуляции, серьезных психических отклонениях, саморазрушительном поведении и развитии агрессии. По данным исследования, гибкость поведения находится в пределах  $46,85 \pm 0,78$  балла, что соответствует диапазону средних значений, однако находится на нижней границе нормы, что требует внимания к данному аспекту. При анализе представленного выше критерия установлено, что для 83 % студентов показатели находятся в рамках средних значений, предельно низкие

баллы отмечены у 8 % студентов, а за пределами высокие – у 9 % обучающихся (рисунок).

### ЗАКЛЮЧЕНИЕ

Исследования самоактуализации студенток выявляют сложные взаимосвязи между личностными характеристиками, академической успеваемостью и социальной адаптацией. Студентки Сургутского государственного университета медицинской специальности характеризуются высоким уровнем самоактуализации, что способствует формированию более гармоничного и продуктивного общества, демонстрируют большую уверенность в себе, независимость мышления и готовность к саморазвитию. Они склонны к более эффективному управлению временем, более ответственному отношению к учебе и более конструктивному взаимодействию с окружающими.

Гибкость поведения и познавательность характеризуются низкими баллами и требуют пристального внимания в ходе организации

образовательного процесса. Низкая гибкость поведения, проявляющаяся в ригидности мышления и трудностях адаптации к изменяющимся обстоятельствам, оказывает существенное влияние на различные аспекты жизни человека. В профессиональной сфере это может выражаться в неспособности оперативно реагировать на новые задачи, адаптироваться к меняющимся требованиям рынка и эффективно взаимодействовать с коллегами. Ригидность мышления препятствует поиску креативных решений и ограничивает возможности профессионального роста.

Методы оценки уровня самоактуализации можно использовать для диагностики потенциальных возможностей студентов высшей школы с целью формирования индивидуальных программ развития, созданию более творческой системы обучения, где внимание уделяется не только академическим достижениям, но и личностному развитию каждого участника образовательного процесса.

### Список источников

1. Акименко Г. В., Шмакова О. В., Головки О. В. Саморазвитие и самоактуализация: личностные и профессиональные характеристики студентов медицинского университета // *Дневник науки*. 2025. № 2.
2. Артюхова Т. Ю., Тарс Д. А. Самоактуализация студентов с разным восприятием одиночества // *Психологическое здоровье человека: жизненный ресурс и жизненный потенциал* : материалы X Междунар. науч.-практич. конф., 23–24 ноября 2023 г., г. Красноярск. Красноярск : Версо, 2024. С. 13–20.
3. Бобровникова Н. С., Малий Д. В., Медведев П. Н. Влияние развития самоактуализации на снижение уровня агрессивности в современной образовательной среде // *International Journal of Medicine and Psychology*. 2021. Т. 4, № 5. С. 53–61.
4. Воробьев В. В., Беловол Е. В. Взаимосвязь самоактуализации личности и интеллектуального развития у студентов высших учебных заведений // *Психология. Историко-критические обзоры и современные исследования*. 2024. Т. 13, № 3А. С. 228–234.
5. Дементий Л. И., Маленов А. А., Маленова А. Ю. Уровень самоактуализации и адаптационный потенциал как копинг-ресурсы личности на этапе самореализации // *Сибирский психологический журнал*. 2020. № 78. С. 80–98.
6. Ермакова Е. С. Креативность, самоактуализация и субъективное благополучие студентов // *Вестник Ленинградского государственного университета им. А. С. Пушкина*. 2023. № 2. С. 169–186.

### References

1. Akimenko G. V., Shmakova O. V., Golovko O. V. Self-development and self-actualization: Personal and professional characteristics of medical university students. *Dnevnik nauki*. 2025;(2). (In Russ.).
2. Artyukhova T. Yu., Taps D. A. Samoaktualizatsiya studentov s raznym vospriyatiem odinochestva. In: *Proceedings of the 10th International Research-to-Practice Conference "Psikhologicheskoe zdorove cheloveka: zhiznenny resurs i zhiznenny potentsial"*, November 23–24, 2023, Krasnoyarsk. Krasnoyarsk: Verso; 2024. p. 13–20. (In Russ.).
3. Bobrovnikova N. S., Maliy D. V., Medvedev P. N. The influence of the development of self-actualization on the reduction of the level of aggressiveness in the modern educational environment. *International Journal of Medicine and Psychology*. 2021;4(5):53–61. (In Russ.).
4. Vorob'ev V. V., Belovol E. V. Relationship between personality self-actualization and intellectual development in higher education students. *Psychology. Historical-critical Reviews and Current Researches*. 2024;13(3A):228–234. (In Russ.).
5. Dementiy L. I., Malenov A. A., Malenova A. Yu. Self-actualization level and adaptation potential as personality coping resources at the stage of self-realization. *Siberian Journal of Psychology*. 2020;(78):80–98. (In Russ.).
6. Ermakova E. S. Creativity, self-actualization and subjective well-being of students. *Pushkin Leningrad State University Journal*. 2023;(2):169–186. (In Russ.).

7. Касьянов И. В., Попова А. А., Кузьяшев А. Н. Подходы А. Маслоу к проблеме самоактуализации личности // Меридиан. 2020. № 3. С. 381–383.
8. Кондрашихина О. А., Моторная С. Е. Особенности прокрастинации и перфекционизма студентов-психологов с разным уровнем самоактуализации личности // Проблемы современного педагогического образования : сб. науч. тр. Ялта : РИО ГПА, 2023. № 81–2. С. 727–732.
9. Ланских М. В., Гут Ю. Н., Сазонов Д. Н. Самоактуализация личности студентов, обучающихся на разных направлениях подготовки в системе ВПО // Педагогическое образование в России. 2020. № 2. С. 159–165.
10. Лисьева Е. М. Самоактуализация личности студентов в контексте преодолевающего поведения // Пензенский психологический вестник. 2022. № 1. С. 33–38.
11. Мельникова Н. Ю. Исследование самосознания и самоактуализации студентов психологических факультетов // Международный научный журнал «Символ науки». 2025. № 1–2. С. 197–204.
12. Омарова М. К. Взаимосвязь стремления к самоактуализации и склонности к прокрастинации у студентов ВУЗа // Известия Дагестанского государственного педагогического университета. Психолого-педагогические науки. 2024. Т. 18, № 2. С. 120–126. <https://doi.org/10.31161/1995-0659-2024-18-2-120-126>.
13. Перминова Л. М. Субъект обучения в системе взаимосвязи сущего и должного: от самоактуализации к самопрогнозированию // Отечественная и зарубежная педагогика. 2021. Т. 2, № 6. С. 125–139. <https://doi.org/10.24412/2224-0772-2021-81-125-139>.
7. Kasyanov I. V., Popova A. A., Kuzyashev A. N. Approaches A. Maslow to the problem of personal self-actualization. *Meridian*. 2020;(3):381–383. (In Russ.).
8. Kondrashikhina O. A., Motornaya S. E. Osobennosti prokrastinatsii i perfektsionizma studentov-psikhologov s raznym urovnem samoaktualizatsii lichnosti. In: *Collection of Scientific Articles “Problemy sovremennogo pedagogicheskogo obrazovaniya”*. Yalta: RIO GPA; 2023. Is. 81–2. p. 727–732. (In Russ.).
9. Lanskih M. V., Gut Yu. N., Sazonov D. N. Self-actualization of students personality in various areas of training in the HPE system. *Pedagogical Education in Russia*. 2020;(2):159–165. (In Russ.).
10. Lisyeva E. M. Self-actualization of students’ personality in the context of overcoming behavior. *Penza Psychological Newsletter*. 2022;(1):33–38. (In Russ.).
11. Melnikova N. Yu. Issledovanie samosoznaniya i samoaktualizatsii studentov psikhologicheskikh fakultetov. *Symbol of Science: International Scientific Journal*. 2025;(1–2):197–204. (In Russ.).
12. Omarova M. K. The relationship between striving for self-actualization and procrastination among university students. *Dagestan State Pedagogical University. Journal. Psychological and Pedagogical Sciences*. 2024;18(2):120–126. <https://doi.org/10.31161/1995-0659-2024-18-2-120-126>. (In Russ.).
13. Perminova L. M. The subject of learning in the system of the relationship of being and due: From self-actualization to self-prediction. *Domestic and Foreign Pedagogy*. 2021;2(6):125–139. <https://doi.org/10.24412/2224-0772-2021-81-125-139>. (In Russ.).

#### Информация об авторах

**С. Т. Барсегян** – ассистент;  
<https://orcid.org/0000-0001-9957-9080>,  
[barsegyan.st@mail.ru](mailto:barsegyan.st@mail.ru)<sup>✉</sup>

**А. В. Тостановский** – доцент;  
<https://orcid.org/0000-0002-1127-7094>,  
[atos.70@mail.ru](mailto:atos.70@mail.ru)

**О. Г. Литовченко** – доктор биологических наук,  
профессор;  
<https://orcid.org/0000-0002-8368-2590>,  
[olgalitovchenko@mail.ru](mailto:olgalitovchenko@mail.ru)

#### About the authors

**S. T. Barsegyan** – Assistant Professor;  
<https://orcid.org/0000-0001-9957-9080>,  
[barsegyan.st@mail.ru](mailto:barsegyan.st@mail.ru)<sup>✉</sup>

**A. V. Tostanovsky** – Docent;  
<https://orcid.org/0000-0002-1127-7094>,  
[atos.70@mail.ru](mailto:atos.70@mail.ru)

**O. G. Litovchenko** – Doctor of Sciences (Biology),  
Professor;  
<https://orcid.org/0000-0002-8368-2590>,  
[olgalitovchenko@mail.ru](mailto:olgalitovchenko@mail.ru)