

**Яремчук С.В.**

Саморазвитие и субъективное благополучие современной молодежи : монография/С.В. Яремчук, Е.Ф. Новгородова; под ред. Е.А. Неживой. - М.: И НФРА-М, 2018. - 142 с. - (Научная мысль). — [www.dx.doi.org/10.12737/7523](http://www.dx.doi.org/10.12737/7523).

# СОДЕРЖАНИЕ

<b>Введение</b> .....	<b>3</b>
<b>Глава 1. ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О САМОРАЗВИТИИ</b> .....	<b>5</b>
1.1. История становления проблемы саморазвития в отечественной психологии .....	5
1.2. Проблема определения саморазвития в отечественной психологии .....	7
1.3. Факторы, механизмы и условия саморазвития .....	12
1.4. Барьеры и риски саморазвития .....	16
1.5. Социальное и индивидуальное в саморазвитии .....	18
1.6. Программы управления саморазвитием .....	21
1.7. Взаимосвязь саморазвития с другими явлениями. Структура саморазвития .....	26
1.8. Определение и направления саморазвития .....	31
1.9. Конфликтный смысл Я и саморазвитие .....	35
<b>Глава 2. САМОСОВЕРШЕНСТВОВАНИЕ И ПЕРФЕКЦИОНИЗМ МОЛОДЕЖИ</b> .....	<b>38</b>
2.1. Понимание самосовершенствования в современной отечественной науке .....	38
2.2. Самосовершенствование и перфекционизм .....	40
2.3. Типология перфекционизма .....	42
2.4. Этиология перфекционизма .....	48
2.5. Диагностика перфекционизма .....	51
2.6. Самосовершенствование и перфекционные тенденции современной молодежи .....	54
2.7. Перфекционные тенденции молодежи, обучающейся в разных образовательных системах .....	57
2.8. Оптимизация перфекционизма .....	59
<b>Глава 3. САМОПРИНЯТИЕ И ЕГО МЕСТО В СИСТЕМЕ САМОРАЗВИТИЯ ЛИЧНОСТИ</b> .....	<b>62</b>
3.1. Самопринятие в контексте саморазвития .....	62
3.2. Самопринятие в структуре самоотношения личности .....	64
3.3. Самопринятие как черта самоактуализирующейся личности .....	66
3.4. Специфика понимания самопринятия в отечественной и зарубежной психологии.....	69

3.5.	Возможности диагностики самопринятия . . . . .	72
3.6.	Самопринятие современной молодежи . . . . .	74
3.7.	Типология самопринятия . . . . .	77
3.8.	Стратегии достижения и поддержания самопринятия . . . . .	79
3.9.	Самопринятие и самосовершенствование . . . . .	83

**Глава 4. СУБЪЕКТИВНОЕ БЛАГОПОЛУЧИЕ  
И САМОРАЗВИТИЕ ЛИЧНОСТИ . . . . . 88**

4.1.	Субъективное благополучие и возможности его диагностики . . . . .	88
4.2.	Субъективное благополучие как компонент системы регуляции саморазвития личности . . . . .	90
4.3.	Субъективное благополучие в системе регуляции саморазвития у юношей и девушек . . . . .	95
4.4.	Самосовершенствование и самопринятие как стратегии достижения счастья в юношеском возрасте . . . . .	97
4.5.	Соотношение уровня субъективного благополучия и саморазвития современной молодежи . . . . .	100
4.6.	Противоречия в системе саморазвития личности . . . . .	103

**Заключение . . . . . 108**

**Приложение . . . . . 110**

**Библиографический список . . . . . 123**