



§1.11 НАУКОВІ ПІДХОДИ ДО ВИЗНАЧЕННЯ ЗМІСТУ ПОНЯТТЯ «САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ» (Ічанська О.М. Національний авіаційний університет, Яковицька Л.С. Національний авіаційний університет)

Вступ. Самореалізація є складним феноменом, розробкою якого займається більшість гуманітарних і поведінкових наук. Динаміка процесу самореалізації цікавить психологів, філософів, педагогів, соціологів, медиків, і представників інших сучасних наукових напрямків про людину. Але, безумовно, проблема самореалізації особистості має поперед усе психологічну природу, її особливості, механізми та закономірності можуть бути вивчені засобами психологічного емпіричного дослідження шляхом інтеграції міждисциплінарних знань.

В умовах динамічних змін, різноманітних загроз, зростання можливостей саморозвитку та водночас вимог до досягнення успіху проблема самореалізації особистості набуває нових прикладних сенсів; виявлення, розвитку і застосування людського ресурсу як в межах діяльності окремої особистості, так і рамках різних соціальних спільнот, певного суспільства, а також світового товариства.

Виклад основного матеріалу. Історико-філософський контекст проблеми презентований у двох підходах до трактування самореалізації: есенціальній та екзистенціальній. Вказані підходи базуються на протилежних одна до одної концепціях особистості та її волі. Зокрема, есенціальна концепція представлена у поглядах Аристотеля та його послідовників, які вважали, що в основі самореалізації лежать ті риси, якості, здатності людини, які описують її сутнісну природу. Самореалізацію вони визначають як втілення людської природної сутності, що є об'єктивно попередньою особистісному існуванню, та такою, що часто протистоїть реальному індивіду як ідеал,





що досягається та реалізується при відповідних умовах і обставинах. У даному контексті варто відзначити специфіку культурно-історичних типів самореалізації особистості, які стали початком оформлення передумов розвитку концептуальних підходів щодо самореалізації особистості. Найбільші утруднення виникали через необхідність вибору незалежних критеріїв, властивостей людини, які б конституювали її природну сутнісну. Тракткування самореалізації вимагає включати лише позитивні, соціально запитані здібності та потреби людини, яка, безумовно, має і негативні якості. Отже, есенціальний підхід, заперечує в бутті людини особистісний вимір та заперечує право особистості на авторську побудову свого життя [6; 11; 12].

Екзистенціальний підхід є протилежним об'єктивістському баченню розвитку людини. Акцент зміщується на буттєву інтерпретацію потреб людини. За часів Сократа і стоїцизму вважалося, що природу людини слід вивчати не як природу фізичних речей, а більш складним специфічним шляхом. Тобто, особистість не можна досліджувати як об'єктивну даність. Така позиція щодо проблеми самореалізації базується на екзистенціальній філософії, представники якої вважають, що суб'єктивність людини первісно позбавлена будь-якої природи, її обумовлює особистісна життєдіяльність. Людина є такою, якою вона робить сама себе. Вона постійно проєктує свою життєдіяльність, існує настільки, наскільки може себе реалізувати. Тобто, людина не підпорядковується якомусь вже визначеному алгоритму, але живе у середовищі, яке організовується навкруги проєктів, які вона сама собі довільно обирає. Сартр вважав, що оскільки поняття індивіду визначається поза соціальним розвитком і має абсолютну автономію і волю, самореалізація стає неминучою через сутність існування особи. Таким чином, в екзистенціалізмі людина повинна визначати себе, своє





існування та розвиток сама [1; 2; 10].

Цілеспрямований інтерес до поняття «самореалізація» як центрального поняття в філософії виявляється наприкінці 1970-х – початку 1980-х років, коли розробляється понятійний апарат, за допомогою якого самореалізації власне й надається статус філософської проблеми. Вихідною позицією у тлумаченні даного феномену є уявлення про сутнісні сили людини, тому самореалізація визначається як розкриття в діяльності людини її сутнісних сил.

Досить довго проблема самореалізації у вітчизняній психології ототожнювалася з проблемою особистості. Проблема особистості досліджується дуже різнобічно: у філософсько-методологічному, онтологічному і прикладному аспектах. В залежності від підходів існує кілька шкіл, теорій, розробляються дослідницькі концепції і емпіричні методики. Через аналіз життєдіяльності людини, сучасна психологія розкриває психологічний склад особистості, її внутрішній світ, духовний потенціал. За М. О. Недашківською, основними моментами самореалізації є усвідомлення образу власного Я, пошук і вибір ідеалу, цінностей, здійсненню яких особистість хоче присвятити життя, формування активної життєвої позиції. Плани і програма самореалізації мають співпадати з планами і програмою життєдіяльності особистості [12].

Феномен самореалізації включає різні категорії, а саме: самоактуалізація, саморозвиток, самовираження, самовдосконалення, індивідуалізація, мотивація, воля, щастя, властивості особистості.

Самоактуалізація за А. Маслоу – це бажання людини стати тим, ким вона може стати, досягти вершин свого потенціалу; це не тільки кінцевий стан, але й процес актуалізації своїх можливостей [10].

У роботах К. Роджерса виділені психологічні умови ефективної взаємодії, яка сприятиме максимальній реалізації творчого потенціалу особистості, її самоактуалізації:





1) безумовне позитивне сприйняття іншої людини, щира симпатія, інтерес і повага до неї внаслідок самого факту її існування;

2) конгруентність, тобто цілісність людини, відповідність реальних почуттів і дій нашому усвідомленню щодо цих почуттів і стосунків;

3) емпатія як здатність до співчуття і розуміння емоційного стану іншої людини.

Дотримання зазначених умов дозволить створити сприятливу атмосферу для заохочування особистості до творчої самореалізації в різних видах діяльності, у науково-технічній та професійній зокрема, гарантуватиме свободу вибору поряд з правом на ризик і добровільно взятою на себе відповідальністю за власні вчинки, розвиватиме самоконтроль і довіру до свого суб'єктивного досвіду. Без позитивного прийняття себе та іншої людини, на думку К. Роджерса, самореалізація неможлива [13].

Концепція самореалізації, як і близькі їй концепції самоактуалізації, обумовлені активним розвитком гуманістичної психології. Однак слід пам'ятати, що в українській психології ще до А. Маслоу існували ідеї самореалізації людини, що не стали поширеними в силу особливостей історичної епохи. Зокрема, ще у 40-их роках ХХ століття Г. С. Костюк, через вивчення складної діалектики впливу спадковості, середовища та виховання на розвиток особистості, коли набуті якості стають новими внутрішніми умовами розвитку, прийшов до ідеї саморозвитку: «Виникають вищі форми саморуху особистості, що розвивається, що виражаються в її свідомій цілеспрямованості, у прагненні працювати над собою, виробляти в себе ті або інші якості, керуючись певним ідеалом, підкоряти своїй владі гру сил своєї власної природи. При наявності такої цілеспрямованості особистість до деякої міри сама починає керувати своїм власним





психічним розвитком» [8, С. 37].

Р. Асаджолі використовує поняття «самореалізація» для позначення двох різновидів розширення свідомості, пов'язаних між собою. Ці розширення свідомості є різними за походженням, тому і проявляються неоднаково. Перше розширення розглядається як «самоздійснення, тобто психічний ріст і дозрівання, пробудження та прояв прихованих можливостей людини, – етичних, естетичних, релігійних переживань та форм діяльності» [3, С. 29]. За своєю природою, цей вид самореалізації відповідає визначенню самоактуалізації А. Маслоу. Другим різновидом розширення свідомості самореалізація як самоосягнення – «осягнення себе, переживання і усвідомлення своєї Самості як синтезуючого духовного Центру» [3, С. 30]

У позиціях багатьох вчених наявне твердження, що самореалізація – це цільова функція особистісного розвитку людини, яке базується на тому, що людина, яка розвивається, знаходиться у постійному пошуку природженої недиференційованої цілісності. Зокрема, цей аспект наявний у С. Л. Рубінштейна [14], який стверджує, що людина, досягнувши певного рівня розвитку, стає здатною свідомо регулювати хід життя, вибирати і здійснювати свій власний шлях самореалізації. Звідси витікає уявлення про своєчасність сформованості в суб'єкта здатності визначити ту змістовну сторону подій його життя, які найбільш значущі для подальшого особистісного розвитку. Суб'єкт в своїх діяннях, в актах своєї творчої самодіяльності не тільки відкривається і проявляється, він в них визначається щодо подальших цілей та особистісних сенсів. Здатність до самореалізації водночас є і реальною здатністю до застосування знань [5; 16; 18].

Схожі тлумачення процесу самореалізації є в роботах К. О. Абульханової-Славської, Л. І. Анциферової, С. Л. Рубінштейна. Вони визначають самореалізацію через





діяльності особистості, спрямовану на досягнення життєвих цілей. «Вміння ставити і утримувати цілі (починаючи від сенсожиттєвих до ситуативно-тактичних) забезпечує вищу форму зміни особистості – її розвиток і творчість» [1; 2; 14].

І. С. Кон розглядає самореалізацію як соціальну проблему, яка також обумовлена віковими особливостями людини і актуалізується на стадії дорослості, з переходом від юності до зрілості: «для одних людей дорослість означала розширення свого «Я», збагачення сфери діяльності, підвищення рівня самоконтролю і відповідальності, коротше, самореалізацію, інші ж підкреслюють моменти вимушеного пристосування до обставин, втрату свободи у виявленні почуттів інше» [6, С. 273].

Л. В. Сохань розглядає самореалізацію у контексті розвитку життєвого шляху особистості і визначає її як «свідоме, цілеспрямоване опредметнення людиною своїх сутнісних сил, коли ціль не просто нав'язана ззовні, а є внутрішньою детермінантою діяльності особистості» [17, С. 130]. Тобто, невід'ємною умовою повноти самореалізації особистості є осмислена побудова нею свого життєвого шляху з метою виконання життєвих цілей та реалізації життєвих цінностей. Останні, очевидно, можна вважати показниками самореалізованості особистості.

Також є методологічний підхід щодо розрізнення понять «саморозвиток» і «самореалізація». Саморозвиток особистості більш вузьке поняття, синонімічно близьке поняттю «самореалізація», а саме – розвиток, при якому внутрішні умови формуються на рівні особистості. Іншими словами, під саморозвитком та самореалізацією особистості автор розуміє таку ситуацію, коли особистість стає суб'єктом власного розвитку [4; 8; 14; 18].

На основі різних підходів до пояснення і визначення поняття «самореалізація особистості», у контексті власного





дослідження В. В. Зарицька дає таке визначення феномену самореалізації: самореалізація особистості – це процес і результат застосування особистістю у повсякденному житті і праці набутих компетенцій, удосконалення і розвиток їх включенням у творчу особистісно значущу діяльність й отримання від неї не тільки користі для себе та для інших, а і внутрішнього задоволення [4]. В такому сенсі самореалізацію можна вважати критерієм щасливого життя, тому що людина реалізує три особливо значущі мети: задовольняє власні потреби (матеріальні і духовні); вибудовує бажаний соціальний статус і одержує внутрішнє задоволення як процесом, так і результатом власної особистісно і суспільно значущої діяльності.

Привертає також увагу акцент на динамічній природі поняття «самореалізація». Наприклад, Л. О. Коростильова [7] виділяє такі складові самореалізації: самореалізація як мета, як стан, що виникає внаслідок оцінки отриманого результату, як власне результат, що оцінений за критерієм «успіх – неуспіх», за наявністю властивостей, які виступають ресурсами для самореалізації. Аналогічно динамічний підхід представлено у підході Л. В. Сохань, яка трактує самореалізацію як «свідоме, цілеспрямоване опредметнення людиною своїх сутнісних сил, коли мета не просто нав'язана ззовні, а є внутрішньою детермінантою діяльності особистості» [17, С. 130].

Ще одним змістовним аспектом аналізу даної проблеми є вивчення критеріїв самореалізації. Так, К. О. Абульханова-Славська, В. В. Зарицька, Л. С. Яковицька у якості критерію самореалізації розглядають задоволеність [1; 4; 18]; Л. О. Коростильова до задоволеності додає ще один критерій – корисність (продуктивність) [7]. С. Д. Максименко і В. І. Осьодло виділяють цілу групу критеріїв самореалізації: організаційний, діяльнісно-творчий, суб'єктно-особистісний, результативно-професійний [9].





Дана проблематика розглядається також у контексті вікової, гендерної педагогічної психології. І. С. Кон акцентує на віковому аспекті проблематики самореалізації, пов'язуючи її з переходом від юності до зрілості: «для одних людей дорослість означала розширення свого Я, збагачення сфери діяльності, підвищення рівня самоконтролю й відповідальності, отже, самореалізацію; інші ж підкреслюють моменти вимушеного пристосування до обставин, втрату свободи у виявленні почуттів інше» [6, С. 271]. Наприклад, Ічанська О.М. розглядає специфіку прояву характеристик «Я-образу» у респонденток з фемінною, андрогінною, маскулинною гендерною ідентичністю у жінок-підприємців.

Висновки. У роботах психологів та філософів існують різні підходи до визначення поняття «самореалізація особистості». Даний феномен розглядають і як осмислену цілеспрямовану діяльність, і як здатність до максимально повного використання власних здібностей і можливостей, і як цільову функцію особистісного розвитку, але в усіх випадках акцентується здатність до саморегуляції, необхідність досягнення певного рівня особистісного розвитку.

На основі узагальнення підходів щодо визначення процесу самореалізації особистості ми дотримуємося наступного трактування поняття «самореалізація», представленого у роботі Яковицької Л.С.: це складна система дієвих стратегій, рішень та сенсів, які включаються у особистісно значущу діяльність задля отримання від неї користі, внутрішнього задоволення та щастя [18].

Список використаних джерел:

1. Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. 299 с.
2. Анцыферова Л.И. Психология повседневности: жизненный мир личности и техники ее бытия.





Психологический журнал. 1993. Т.14. № 2. С. 3–16.

3. Ассаджоли Р. Психосинтез: теория и практика: От душевного кризиса к высшему «Я». М. : РЕФЛ-бук, 1994. 311 с.

4. Зарицька В. В. Психологія самореалізації особистості: монографія. К.: Олдіплюс, 2019. 242 с.

5. Ічанська О. М. Особливості «Я-образу» жінок-підприємців з різними видами гендерної ідентичності // Молодий вчений. –2019. –№2(66). –С.524-527.

6. Кон И.С. Жизненный путь как предмет междисциплинарного исследования. *Психология личности в трудах отечественных психологов.* СПб : Издательство «Питер», 2000. С. 269–279.

7. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере. СПб.: Речь, 2005. 222 с.

8. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. К. : Рад. шк., 1989. 608 с.

9. Максименко С. Д., Осёдло В. И. Субъектный подход в изучении профессиональной самореализации. *Психология и право.* 2011. №1 [Электронный ресурс]. – Режим доступа : https://psyjournals.ru/files/39330/psyandlaw_2011_1_Maksimenko.pdf

10. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / Под общ. ред. Г. А. Балла, А. В. Киричука, Д. А. Леонтьева. М. : Смысл, 1999. 425 с.

11. Муляр В. І. Проблема становлення особистості в системі «індивід – суспільство» (філософсько-культурологічний аналіз): монографія. Житомир: ЖДТУ, 2005. 320 с.

12. Недашковская М. А. Самореализация личности как феномен культуры: автореферат дис. ... кандидата философских наук : 09.00.01 / Ин-т философии. Киев, 1990. 16 с.

13. Роджерс К. Становление личности. Взгляд на психотерапию. /Пер. с англ. М. Злотник. М. : Эксмо-Пресс , 2001. 414 с.





14. Рубинштейн С. Л. Бытие и сознание. Человек и мир: монография. СПб. : Питер, 2003. 512 с.

15. Сердюк Л. З. Самотворення особистості як цілісний самодетермінований феномен. *Актуальні проблеми психології*. 2015. Т. 7. Вип. 38. С. 422–431.

16. Синишина В. М., Яковицька Л. С. Суб'єктність студента-психолога як основа його самореалізації. *Перспективи та інновації науки. Серія «Психологія»*. 2021. № 4. С. 387–397.

17. Сохань Л. В. Життєва компетентність особистості : наук.-метод. посіб. К. : Богдана, 2003. 520 с.

18. Яковицька Л. С. Професійна самореалізація викладача у науково-технічній діяльності: монографія. Вінниця: Документ Принт, 2017. 352 с.

