

УДК: 159.923:37.032

В. Є. Харченко

## ТЕОРЕТИЧНИЙ АНАЛІЗ ПІДХОДІВ ЩОДО ВИЗНАЧЕННЯ ПОНЯТТЯ «САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ» У ПСИХОЛОГІЧНІЙ ЛІТЕРАТУРІ

Узагальнено зарубіжні психологічні концепції щодо поняття про самореалізацію особистості людини. Розкрито сутність самореалізації особистості в зарубіжній гуманістичній психології. Охарактеризовано три напрями розгляду самореалізації особистості як соціального процесу, а саме: соціально-психологічний, соціально-культурологічний, філософсько-культурологічний. Проведено порівняльно-зіставний аналіз концепцій вітчизняних дослідників щодо проблеми особистісної самореалізації. Визначено поняття «самореалізації особистості».

**Ключові слова:** акмеологія, життєвий проект, компоненти самодетермінації, особистість, особистісний ріст, процес самоосвіти, психологія здоров'я, самоактуалізація, самоаналіз, самовдосконалення, самовиховання, самоконтроль, самооцінка, самопізнання, самопостереження, саморегуляція, самоствердження.

Обобщены зарубежные психологические концепции относительно понятия о самореализации личности человека. Раскрыта сущность самореализации личности в зарубежной гуманистической психологии. Охарактеризовано три направления рассмотрения самореализации личности как социального процесса, а именно: социально-психологический, социально-культурологический, философско-культурологический. Проведен сравнительно-сопоставительный анализ концепций отечественных исследователей относительно проблемы личностной самореализации. Определено понятие «самореализации личности».

**Ключевые слова:** акмеология, жизненный проект, компоненты самодетерминации, личность, личностный рост, процесс самообразования, психология здоровья, самоактуализация, самоанализ, самовершенствование, самовоспитание, самоконтроль, самооценка, самопознание, самонаблюдение, саморегуляция, самоутверждение.

Foreign psychological conceptions of the personal self-actualization were generalized. The essence in foreign humanistic psychology was introduced. The article presents three directions of personal self-actualization consideration such as a social process, namely social-psychological, social-cultural, and philosophical-cultural. Comparative and juxtaposing analysis of domestic authors' conceptions concerning self-actualization problem were realised. The concept of «personal self-actualization» was delineated.

**Key words:** acmeology, life-project, components of self-determination, personality, personal-development, process of self-education, self-analysis, self-perfection, self-education, self-control, self-estimation, self-knowledge, introspection, self-regulation, self-affirmation.

**Постанова проблеми.** Потреба у самореалізації – одна з ключових потреб людини. Вона задовольняється у будь-якій діяльності, причому, не обов'язково лише в тій, де людина розвиває свої сутнісні сили, стає суб'єктом творчості. Суперечності між соціальними та індивідуальними властивостями психічної діяльності особистості як індивідуальності ставить індивіда перед ситуацією вибору шляхів та засобів реалізації свого духовного та фізичного потенціалу. Розвиток потреби людини в особистій самореалізації і зростання психологічних бар'єрів на цьому шляху ставлять досліджувану проблему в низку актуальних.

Проблема самореалізації особистості включена в контекстне поле різних наук, але є насамперед психологічною проблемою. Назріла необхідність її глибокого аналізу з сучасних психологічних позицій і з використанням різнопланових досліджень. У психології проблема самореалізації особистості ще не розкрита на належному рівні. Є наукові дослідження, у яких використання поняття «самореалізація» вважається як щось саме собою зрозуміле, або взагалі «обходить стороною». В окремих публікаціях приводяться лише деякі її аспекти: самореалізація може представлятися як соціально-психологічна проблема, взаємозалежна з науково-технічним прогресом.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Теоретичною основою концепції самореалізації людини стали дослідження особистості та діяльності К. С. Абульханової-Славської, Б. М. Ананьєва, А. Г. Асмолова, О. О. Леонтєва, Д. О. Леонтєва, Я. О. Пономарьова. Для теоретичного аналізу психологічних проблем самореалізації особистості особливий інтерес представляють роботи зарубіжних учених А. Маслоу, В. Франкла, К. Роджерса, Е. Фромма. На основі вивчення робіт цих дослідників були визначені такі концептуальні положення:

- самореалізація особистості має історичну й соціокультурну зумовленість;
- процес самореалізації особистості індивідуально своєрідний, неповторний, однак у ньому можна виділити якісні особливості та закономірності;

– знання психологічних особливостей самореалізації особистості дозволяє людині усвідомлено проєктувати власне життя, будувати, творити свою історію.

**Метою статті** є теоретичний аналіз підходів щодо визначення поняття «самореалізація особистості» у психологічній літературі.

**Виклад основного матеріалу.** Проблема самореалізації особистості є центральною, або, принаймні, дуже значущою для багатьох сучасних концепцій про людину. Так, ідею «самості» досліджує акмеологія. У цілому акмеологія – це наука, яка вивчає закономірності збагнення людиною сенсу свого існування, досягнення особистістю професіоналізму в діяльності, продуктивного прояву у житті всіх сутнісних сил індивіда, орієнтованих на рішення соціально значущих проблем [2, с. 56–65, с. 56; 6].

Актуальним є аспект під назвою «психологія здоров'я», мета якого зберегти та зміцнити здоров'я людини. Найбільшу популярність самореалізація здобула у зарубіжних психологічних дослідженнях у рамках «гуманістичної психології» з характерною для неї категорією «самоактуалізація» особистості. Вчені цієї течії заявляють, що людина від природи здатна до самовдосконалення. З погляду гуманістичної психології, сама сутність людини постійно рухає її у напрямку особистісного росту, творчості, якщо цьому процесу не заважають зовнішні, достатньо сильні обставини. До такого напрямку значною мірою схилилися такі теоретики, як А. Адлер, К. Гольдштейн, Д. Келлі, Г. Олпорт, В. Франкл, Е. Фромм, К. Юнг.

У концепціях цих теоретиків розглядалися питання про особистісну самореалізацію. Узагальнення їх поглядів з проблеми досліджуваного феномена подані в табл. 1.

Таблиця 1

*Узагальнення концепцій вчених про самореалізацію особистості людини*

Основні підходи до аналізу самореалізації індивіда		Сутність самореалізації
Назва теорії особистості	Основні аспекти дослідження	
Аналітична психологія Карла Густава Юнга	Описує особистість як результат взаємодії спрямованості у майбутнє і природженої схильності	Мета життя індивіда – знаходження самості. Самореалізація – це підсумок здійснення індивідуальності як процесу «становлення себе», який передбачає потребу бути собою, єдиною, однорідною істотою.
Індивідуальна теорія особистості Альфреда Адлера	Описує людину як єдину, цілісну істоту, що самоузгоджується	Самореалізація – це процес формування людиною свого стилю життя під впливом творчих здібностей особистості. Ця творча сила робить людину вільним індивідом, що самовизначається.
Гуманістична теорія особистості Еріха Фромма	Особлива увага приділяється впливу на особистість соціальних і культурних чинників	Самореалізація – це практичний процес, який втілюється завдяки різноманітним формам людської діяльності, через адекватний любові взаємообмін сутнісними силами з іншими, передбачає потребу особистості в самосвідомості, самооцінці.
Диспозиційна теорія особистості Гордона Олпорта	Досліджує людську поведінку з гуманістичних та індивідуальних позицій	Самореалізація – це процес актуалізації потенцій організму, а саме рис особистості (індивідуальних диспозицій).
Екзистенціальний аналіз Віктора Франкла	Вивчає прагнення людини до пошуку і реалізації свого сенсу життя	Самореалізація – це «ненавмисний наслідок інтенціональності людського життя», результат здійснення сенсу.
Організмична теорія Курта Гольдштейна	Вивчає проблему особистісного росту	Самореалізація – це головний мотив індивіда, процес задоволення будь-якої потреби всіма доступними засобами.

Проаналізувавши сутність деяких концепцій самореалізації особистості, ми дійшли висновку, що всі теоретики переважно схилилися до поглядів сучасної гуманістичної психології, проте свого часу вони не отримали всезагального визнання як видатні представники гуманістичної теорії особистості. Цей статус завоювали американський психотерапевт Карл Роджерс та американський філософ, психолог Абрахам Хорольд Маслоу. Узагальнення їх поглядів з проблеми досліджуваного феномена подані в табл. 2.

Таблиця 2

Сутність самореалізації особистості людини у зарубіжній гуманістичній психології

Основні підходи до аналізу самореалізації індивіда у зарубіжній гуманістичній науці		Сутність самореалізації
Назва теорії особистості	Основні аспекти дослідження	
Феноменологічна теорія особистості Карла Роджерса	Вивчає концепції самості й переживання, які зв'язані з нею	Самоактуалізація – це прагнення людини до найбільш повного прояву і розвитку своїх можливостей і здібностей.
Гуманістична психологія Абрахама Хорольда Маслоу	Досліджує мотиваційну сферу особистості	Самоактуалізація – це «повне використання талантів, здібностей, можливостей тощо»; потреба у самоактуалізації: людина прагне стати тим, чим вона може стати.

Проаналізувавши дані таблиці та вказані вище аспекти концепцій американських представників гуманістичної науки, можна підсумувати.

Спільна думка К. Роджерса і А. Маслоу полягає у тому, що люди мають необмежений потенціал для самовдосконалення. У вітчизняній гуманітарній науці проблема самореалізації особистості розглядалась, насамперед, як соціальний процес. У межах цього підходу найбільш інтенсивно особистісна самореалізація досліджувалась у трьох напрямках:

– соціально-психологічний (Л. В. Сохань, В. О. Тихонович, І. О. Мартинюк, В. Н. Маркін та інші) – проблема самореалізації особистості розглядається з позиції вищих суспільних інтересів як мета соціальної перебудови суспільства, у якому б певне місце відводилось людині;

– соціально-культурологічний (Т. А. Ветошкіна, Н. В. Кленова, Л. Н. Коган, Н. І. Шаталова та інші) – самореалізація, актуалізуючи потенціал особистості, є способом виявлення, процесом практично-діяльнісного здійснення її індивідуальності [8, с. 69–87, с. 85], і визначається як «свідомий процес розкриття і визначення тісних сил особистості в її багатогранній соціальній діяльності» [14, с. 3–33, с. 25; с. 147].

– філософсько-культурологічний (І. Ф. Ісаєв, В. І. Муляр, М. І. Ситнікова та інші) – самореалізацію як «процес усвідомленого і цілеспрямованого опредметнення сутності особистості, який втілюється в індивідуальній формі в ході вільної діяльності – самодіяльності» [13, с. 97].

Таким чином, пізнання та оцінка індивідом своїх можливостей, співвідношення їх з цілями сприяє постійному усвідомленню і вдосконаленню шляхів та способів їх досягнення. У результаті процесу самопізнання особистість стає перед необхідністю визначення напрямів саморозвитку через самоосвіту (накопичення теоретично-практичного досвіду) та самовиховання (формування певних особистісних якостей). Так, у процесі саморозвитку особистість прагне до самодетермінації, усвідомленого самовираження і самоствердження, при цьому людина постійно порівнює ідеальну модель самореалізації з її реальним втіленням. Процес особистісної самореалізації постійно супроводжується подоланням суперечностей між потенціалом цілепокладання в самореалізації та потенційними можливостями реального самоздійснення. При цьому людина прагне до максимально повного розкриття та опредметнення своїх сутнісних сил. У ході цього процесу ідеальна модель самореалізації може видозмінюватися, якщо на думку самореалізуючої особи цілі не відповідають її потенціалу, тобто не адекватно враховані можливості людини. Якщо ж у цьому випадку ідеальна модель залишається без змін, то практична діяльність людини не приведе до повної самореалізації особистості. Таким чином, у процесі самореалізації особистості з'ясується самоосвітній рівень людини та рівень сформованості особистісних якостей, які нею порівнюються з запланованим життєвим проектом у процесі самопізнання через самоспостереження, самоаналіз, самоконтроль та самооцінку. Крім того, необхідно зауважити, що в результаті здійснення особистістю цих оціночних процесів визначається, наскільки ефективними були шляхи та способи досягнення цілей на етапі самоактуалізації. У результаті чого особистість визначає необхідність подальших змін життєвого проекту, мети життєдіяльності через застосування нових напрямів, способів та засобів саморозвитку.

Оскільки самореалізація особистості за своєю сутністю пов'язана з самопізнанням і самооцінкою людини, її усвідомленим, цілеспрямованим формуванням власних потреб, інтересів, цілей, ідеалів, то стає зрозумілим, чому компоненти досліджуваного процесу піддавались психолого-педагогічному аналізу. Так, великий внесок у теорію проблеми самореалізації особистості зробили дослідники самопізнання. Цей процес вивчали ще з давніх часів (Сократ і Платон), проблема самопізнання була центральною також у спадщині видатного українського мислителя Г. С. Сковороди. Філософ М. О. Бердяєв у своїй праці «Самопізнання» говорить про те, що самопізнання не можна вважати самоціллю, а треба його розуміти як засіб становлення людини як особи, як творця.

Низка вчених із психолого-педагогічного погляду вивчали проблеми самодетермінації (самовизначення) (Л. І. Божович, М. Р. Гінзбург, І. С. Кон, Г. П. Ніков, В. М. Оржехівська, А. В. Петровський, С. Л. Рубінштейн, В. Ф. Сафін, П. П. Соболев), самовираження (К. О. Абульханова-Славська, А. В. Меренков), самоствердження (С. Л. Березін, О. Г. Мисливченко, Є. П. Нікітін, Л. А. Петровська, Н. Є. Харламенкова, Н. Ф. Цибра), вказуючи окремі аспекти проблеми самореалізації особистості зростаючої людини стосовно умов сучасної школи і сучасного суспільства [3; 4; 15].

З проблематикою особистісної самореалізації безпосередньо пов'язана проблема самоствердження, певні питання якої досліджували С. Л. Березін, О. Г. Мисливченко, Є. П. Нікітін, Л. А. Петровська, Н. Є. Харламенкова, Н. Ф. Цибра та інші. Так, деякі автори, вивчаючи феномен «самоствердження» ототожнюють його з «самореалізацією». Наприклад, О. Г. Мисливченко визначає самоствердження як «прагнення людини до самоздійснення, реалізації себе в об'єктивному світі», як «присвоєння індивідом своєї діяльної сутності». Самореалізацію дослідник розглядає як процес подолання себе як суб'єктивності. «У процесі самореалізації – шляхом праці, творчої діяльності – людина реалізує не просто свої суб'єктивні поривання, а певні соціально обумовлені цінності» [7].

Процеси самоосвіти, самовиховання, самовдосконалення та саморегуляції, як компоненти самодетермінації (самовизначення, самовираження, самоствердження), розглядаються у вітчизняних психологічних та педагогічних дослідженнях.

Так, процес саморозвитку особистості вивчали Н. Р. Бітянова, О. А. Кісельова, Л. Н. Коган, М. А. Недашковська та інші. Н. Р. Бітянова зробила аналітичний огляд цієї проблеми в психології. Л. Н. Коган, характеризуючи діалектично пов'язані поняття «самореалізація» і «саморозвиток», доходить висновку, що «самореалізація збуджує особистість до подальшого розвитку, що дає можливість здійснювати наступні акти самореалізації на більш високому рівні. Водночас саморозвиток виступає основою і умовою самореалізації» [17].

Отже, узагальнення поглядів основних підходів вітчизняних дослідників до процесу самореалізації особистості та визначення поняття «самореалізація», які, на нашу думку, найбільш повно розкривають його сутність, представлено в табл. 3.

Таблиця 3

Сутність самореалізації особистості у вітчизняній науці

Основні підходи до аналізу проблеми самореалізації особистості		Сутність самореалізації	
Напрямок дослідження	Вчені, що досліджували цю проблему		
Самореалізація як соціальний процес	а) соціально-психологічний аспект	Л. В. Сохань В. О. Тихонович І. О. Мартинюк	Самореалізація – це «процес (та результат) цільної життєдіяльності цілісної людини, що полягає в опредметненні всього комплексу індивідуальних здібностей та обдарувань і веде одночасно до перетворення його в суб'єкт життя».
	б) філософсько-культурологічний аспект	І. Ф. Ісаєв, В. І. Муляр, М. І. Ситнікова	Самореалізація – це «процес усвідомленого і цілеспрямованого опредметнення сутності особистості, який втілюється в індивідуальній формі в ході вільної діяльності – самодіяльності».
	в) соціально-культурний аспект	Т. А. Ветошкіна Н. В. Кленова Л. Н. Коган Н. І. Шаталова	Самореалізація – це «свідомий процес розкриття і визначення тісних сил особистості в її багатогранній соціальній діяльності».
Психолого-педагогічний аспект		В. Ф. Сафін	Самореалізація – це «свідома, вольова екстериорізація сутнісних сил у процесі досягнення значущих для суб'єкта цілей і завдань».
		П. П. Соболев	Самореалізація – це сторона «життєвідношень в тому числі й життєдіяльності, яка немов би перевертає зв'язок опредметнення й розпредметнення: реалізуючи себе в предметі (опредмечуючи), індивід реалізує себе (розпредмечує)».
		А. В. Меренков	Самореалізація – це «результат взаємодії об'єктивних умов і суб'єктивних чинників самодіяльності особистості».

Порівняльно-зіставний аналіз вищезазначених концепцій вітчизняних дослідників щодо проблеми особистісної самореалізації дозволяє охарактеризувати поняття «самореалізація особистості». Взявши

за основу визначення цього поняття у дослідженні Л. С. Левченко, вважаємо необхідним поділити сутнісні сили людини на потенційні та спонукально-мотиваційні [16]. При чому процес розгортання і зростання цих сутнісних сил особистості здійснюється у ході діяльності через самоактуалізацію – усвідомлене визначення індивідом мети життєдіяльності (Л. Левченко), самопізнання – самоспостереження, самоаналіз, самооцінка, самоконтроль (М. Бердяєв, Ю. Орлов) та саморозвиток – як накопичення теоретично-практичного досвіду (самоосвіта) і формування нових особистісних якостей (самовиховання) (Н. Бітямова, О. Кісельова, Л. Коган, М. Недашковська).

Таким чином, вважаємо, що самореалізацію особистості можна розглядати як свідомий процес найбільш повного розкриття і зростання потенційних та спонукально-мотиваційних сутнісних сил людини, як процес самоствердження власного «Я», який передбачає самоактуалізацію, самопізнання, самоосвіту й самовиховання.

**Висновки.** Самореалізація займає певне місце в системі потреб особистості і виступає для неї сенсожиттєвим процесом. Самореалізацію особистості потрібно розглядати як свідомий процес найбільш повного розкриття і зростання сутнісних сил людини в процесі багатогранної, вільної діяльності, який розгортається під дією суперечностей між «Я»-ідеалом і «Я»-реальністю, і має різні рівні свого становлення і розвитку. Причому у ході цього процесу ідеальна модель самореалізації може видозмінюватися, якщо на думку самореалізуючої особи цілі не відповідають її потенціалу, тобто не адекватно враховані можливості людини. Якщо ж у цьому випадку ідеальна модель залишається без змін, то практична діяльність людини не приведе до справжньої самореалізації особистості. Одночасно потрібно зауважити, що особливість потреби у самореалізації, на відміну від інших потреб, у тому, що задовольняючи її в окремих актах діяльності, особистість ніколи не може задовольнити її повністю.

#### Література:

1. Андріяко Т. Конкурентоспроможність як прояв акмеологічної культури особистості / Т. Андріяко // Рідна школа: науково-педагогічний журнал. – ISSN 0131-6788. – 2011. – №10. – С. 64–67.
2. Богосвятська А. Акмеологія: вищий ступінь індивідуального розвитку / А. Богосвятська // Всесвітня література та культура в навчальних закладах України: науково-методичний. – Київ, 2013. – №3. – С. 14–19.
3. Божович Л. И. Этапы формирования личности в онтогенезе / Л. И. Божович // Вопросы психологии. – Киев, 1978. – № 4. – С. 20–28.
4. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема / М. Р. Гинзбург // Вопросы психологии. – 1988. – № 2. – С. 19–26.
5. Гриншпун С. Личностно-деловой потенциал школьника / С. Гриншпун // Школа. – Киев, 1998. – № 5. – С. 25–31.
6. Деркач А. А., Михайлов Г. С. Методология акмеологии / А. А. Деркач // Психологический журнал. – 1999. – Т. 20. – № 4.
7. Капустюк О. М. Дослідження структурних компонентів самодетермінації особистості / О. М. Капустюк // Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія / за ред. С. Д. Максименка. – Кіровоград : Імекс-ЛТД. – ISBN 978-966-189-252-0. – 2013. – С. 111–135.
8. Коган Л. Н. Цель и смысл жизни человека / Л. Н. Коган – М. : Мысль. – 1984. – 252 с.
9. Куценко-Лада Т. В. Психологічні механізми генези ментального досвіду в системі самодетермінації особистості / Т. В. Куценко-Лада // Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія; за ред. С. Д. Максименка. – Кіровоград : Імекс-ЛТД. – ISBN 978-966-189-252-0. – 2013. – С. 69–111.
10. Лаптева Г. Р. Теоретичні підходи до проблеми духовної самореалізації особистості у сучасній психології / Г. Р. Лаптева // Практична психологія та соціальна робота : науково-практичний та освітньо-методичний. – К., 2013. – №10. – С. 16–19.
11. Максименко С. Д. Психічні механізми самореалізації особистості в медіапросторі / С. Д. Максименко // Педагогіка і психологія / Акад. пед. наук України. – Київ, 2013. – № 2. – С. 14–17.
12. Мосійчук В. В. Особливості самовизначення особистості в процесі професійного становлення / В. В. Мосійчук, В. В. Федько // Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія / за ред. С. Д. Максименка. – Кіровоград : Імекс-ЛТД. – ISBN 978-966-189-252-0. – 2013. – С. 379–399.
13. Муляр В. І. Самореалізація особистості як соціальна проблема / В. І. Муляр – Житомир : ЖІТІ, 1997. – 214 с.
14. Радул В. Соціальна зрілість як вершина акмеологічного розвитку особистості / В. Радул // Рідна школа: науково-педагогічний журнал. – ISSN 0131-6788. – 2011. – № 3. – С. 15–20.
15. Соболев П. П. Жизнетворчество как способ самореализации личности / П. П. Соболев // Жизнь как творчество. – К. : Наукова думка, 1985. – С. 71–90.
16. Сохань Л. Драма життєвої нереалізованості : обставини життя та особиста відповідальність / Л. Сохань // Філософія освіти: науковий. – Київ, 2008. – №1/2. – С. 116–135.
17. Стойков І. Самореалізація особистості (гештальт-терапевтичний напрям) / І. Стойков // Персонал: науковий. – Київ, 2011. – №3. – С. 74–82.
18. Тимофеева Н. М. Формування позитивної Я-концепції як чинник особистісного зростання / Н. М. Тимофеева // Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія ; за ред. С. Д. Максименка. – Кіровоград : Імекс-ЛТД. – ISBN 978-966-189-252-0. – 2013. – С. 215–234.