

ПОНЯТТЯ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У КОНТЕКСТІ ЗАРУБІЖНИХ ПСИХОЛОГІЧНИХ ТЕОРІЙ

Тищенко Іванна Анатоліївна,

аспірант РДГУ, м. Рівне

tyshchenko.ivanka@gmail.com

Науковий керівник –

д. психол. наук, проф. В. М. Ямницький

Розвиток уявлень про самореалізацію, її особливості в значній мірі пов'язані з феноменальністю людського існування, з мінливими взаємодіями індивіда і суспільства в онтогенезі людини. Сучасне українське суспільство з кожним днем пред'являє все більш високі вимоги до самостійності, ініціативи та відповідальності до кожного учасника суспільного процесу. Все це зумовлює зростання актуальності проблеми самореалізації особистості.

В ряду загальноновизнаних зарубіжних досліджень, присвячених самореалізації особистості, знаходяться класичні роботи А. Адлера, А. Маслоу [5], А. Бандури [3], Р. Мея, Г. Олпорта, Ф. Перлза, К. Роджерса, Н. Роджерс [6], В. Франкла [7], З. Фрейда, Е. Фромма [8], К. Хорні, К. Юнга [10] та ін.

Категорія «самореалізація» вперше з'явилась у гуманістично орієнтованих концепціях розвитку особистості та відповідних їм психотерапевтичних практиках. Ще в 1934 р. у своїй головній праці «Організм. Холістичний підхід» К. Гольдштейн [1], відомий німецький нейрофізіолог, показав недостатність поняття гомеостазу для живих організмів. На противагу уявленням про безліч інстинктів і потреб, Гольдштейн першим ввів у науковий обіг поняття «самореалізація», та визначив як «творчу тенденцію людської природи, основу розвитку і вдосконалення організму» [1, с. 104].

К. Левін [4] – гештальт-психолог, автор теорії психологічного поля – вважав, що поведінка людини визначається цілісним поєднанням життєвого

простору людини, балансом між потребами організму та об'єктами зовнішнього середовища. На відміну від «польової», ситуативної поведінки, коли людина підкоряється обставинам, наприклад, соціальним стереотипам, самореалізація особистості є цілеспрямованою, «особистісною» дією, включає здатність протистояти «силам поля», діяти не під їх впливом, а відповідно до власних цілей, власного «особистісного задуму» [4].

В. Франкл – відомий представник екзистенціального напрямку у психології і творець логотерапії та теорії сенсу вважав, що особистісне зростання не зводиться лише до самореалізації: «Людина повертається й займається собою, лише якщо у неї немає сенсу життя. Ідеалізація самовираження, якщо вона є самоціллю, робить неможливим існування значущих стосунків. Основним у стосунках любові є не вільне самовираження, а вихід за межі себе й любов буття інших» [7, с. 186-187].

Один із представників теорії соціального научіння А. Бандура, з цього приводу пропонує концепцію «самоефективності». Автор розглядає особистість як активного діяча, розпорядника, творця свого життя, як таку, що сприймає себе ефективною причиною того, що відбувається навколо, здатна вибудовувати успішну поведінку відносно до ситуації [3]. Вчений описав чотири шляхи набуття самоефективності: здатність вибудувати поведінку, опосередкований досвід, вербальне переконання і стан оптимального фізичного (емоційного) збудження. Щоб досягти самоефективності, повної самореалізації, людині необхідно усвідомити власні потреби, цінності, і на основі них будувати власне життя. Перші успіхи стають «самопідкріпленням» і підкріпленням – складовими «моделювання досвіду» [9].

Згідно К. Г. Юнгу, кожен індивід має тенденцію до індивідуації – становлення себе, процес розвитку людини, що включає встановлення зв'язків між Его – центром свідомості та Самістю – центром душі, поєднує свідоме й несвідоме. Підсумок здійснення індивідуації вчений називав самореалізацією. Юнг вважав, що саме це є кінцевою стадією розвитку особистості, досяжною лише для здібних і високоосвічених людей, які, разом з тим, володіють певними

можливостями для цього. В силу певних обмежень самореалізація недоступна для більшості людей [10].

Деякі ідеї К. Юнга перекликаються з поглядами на становлення особистості Р. Асаджолі [2], висловленими ним у теорії психосинтезу. Термін «самореалізація» вчений використовує для позначення двох різновидів розширення свідомості. Перший із них являє собою «самоздійснення, тобто психічний ріст і дозрівання, пробудження та прояв прихованих можливостей людини – етичних, естетичних, релігійних переживань та форм діяльності» [2, с. 43]. Другий різновид – самореалізація як самоосягнення – «осягнення себе, переживання і усвідомлення своєї Самості як синтезуючого духовного центру» [2, с. 44].

Представник неофрейдизму Е. Фромм вважає, що «людям притаманне глибоко укорінене бажання ... реалізувати свої здібності» [8, с. 126]. Самореалізація ж є субстанційною потребою особистості, яка відображається у системі поглядів і дій, що її дотримується певна група людей, і яка служить індивідові схемою орієнтації та об'єктом поклоніння [8]. Істинну самореалізацію індивіда Фромм пов'язує із практичним втіленням принципу буття і адекватної йому форми відносин між людьми – любов'ю. «Є лише одна пристрасть, яка задовольняє потребу людини в єднанні зі світом і, одночасно, в досягненні почуття цілісності та індивідуальності – любов» [8, с. 452].

Самореалізація з точки зору представників гуманістичної психології розуміється як процес і результат, пов'язаний із появою самоактуалізації, зрілості (Акме), коли ріст особистості не закінчується, а визначається внутрішніми психологічними, особистісно-смысловими причинами. Дане твердження можна прослідкувати у одного із засновників гуманістичної психології та теорії самоактуалізації А. Маслоу, який визначає останню як «безперервну реалізацію потенційних можливостей, здібностей і талантів, звернення своєї місії чи покликання, долі тощо, більш повне пізнання і, отже, прийняття своєї власної первісної природи, постійне прагнення до єдності, інтеграції, або внутрішньої синергії особистості» [5, с. 49].

Виходячи із концепції самоактуалізації, А. Маслоу визначає самореалізацію як активний процес «становлення», в якому індивід бере на себе певну відповідальність щодо планування свого життя. Позитивну, творчу, прагнучу до росту та розвитку властивість людської природи науцін називає – пропріум. Пропріум охоплює всі аспекти особистості, що сприяють формуванню відчуття внутрішньої єдності, у значенні постійності відносно її диспозицій, намірів та перспективних цілей [5].

Пов'язуючи самореалізацію із задоволеністю, уявленням про щастя, К. Роджерс вказував на необхідність самореалізації у найбільш значимих сферах: у роботі, дружбі, коханні тощо. Однак, зв'язок самореалізації та відчуття щастя не є однозначним, так, як при низькому рівні домагань людина, що не реалізувала себе може бути досить щасливою та задоволеною. В якості аспектів такого життя К. Роджерс виділяє: прагнення жити сьогоднішнім днем, здатність проживати повноцінно кожний момент; наростаюча довіра до свого організму; процес більш повноцінного функціонування; переживання свободи; творчість; більш широкий діапазон життя; фундаментальна довіра до людської природи [6].

К. Роджерс вважає, що тенденція руху вперед реалізується тільки за умови ясного сприйняття та адекватної символізації людиною своїх виборів. Як індикатор таких умов К. Роджерс використовує поняття «конгруентність», розуміючи при цьому точну відповідність між досвідом, що переживає особистість, та його усвідомленням. Конгруентна людина – щира в своїх почуттях та їх проявах, не вдається до самообману, достатньо знає себе, здатна створювати довірливі стосунки [6].

Таким чином, зарубіжна психологія розглядає самореалізацію особистості як притаманну людській природі апріорну тенденцію, що може відбуватись шляхом осягнення сутності і розвитку особистості навколо свого автентичного центру, руху до себе, свободи, автономії, індивідуальності. Представники зарубіжних психологічних шкіл розглядають у якості необхідних ознак самореалізації особистості соціальний інтерес, відповідність власній Самості,

зрілість, самоефективність, пропріативне прагнення, самоактуалізацію, екзистенціальну наповненість тощо.

Список використаних джерел

1. Акмеологический словарь / Под общ. ред. А. А. Деркача. — М. : РАГС, 2004. — 161 с.
2. Ассаджоли Р. Самореализация и психические расстройства / Р. Ассаджоли // Психосинтез : теория и практика. — М. : Refl-Book. — 1994. — С. 27–51.
3. Бандура А. Теория социального научения [Текст] / А. Бандура ; пер. с англ. Н. Н. Чубарь. — СПб. : Евразия, 2000. — 320с.
4. Левин К. Разрешение социальных конфликтов [Текст] / К. Левин. — СПб. : Речь, 2000. — 408 с.
5. Маслоу А. Г. Дальние пределы человеческой психики / А. Г. Маслоу ; пер. с англ. А. М. Татлыдаевой ; научн. ред., вступ. статья и коммент. Н. Н. Акулиной. — СПб. : Евразия, 1997. — 430 с.
6. Роджерс Н. Творчество как усиление себя [Текст] / Н. Роджерс // Вопросы психологии. — 1990. — № 1. — С. 164–168.
7. Франкл В. Человек в поисках смысла: введение в логотерапию / В. Франкл // Доктор и душа. — СПб. : Ювента. — 1997. — С. 153–279.
8. Фромм Э. Бегство от свободы. Человек для себя / Э. Фромм ; пер. с англ. Д. Н. Дудинский. — Мн. : Попурри, 1998. — 672 с.
9. Хьелл Л. Теории личности [Текст] : основные положения, исследования и применение : [учеб. пособ.] / Л. Хьелл, Д. Зиглер ; пер. с англ. С. Меленевская, Д. Викторова. — СПб. : Питер Пресс, 1997. — 608 с. — (Серия "Мастера психологии").
10. Юнг К. Г. Структура психики и процесс индивидуации / К. Г. Юнг ; пер. Т. А. Ребеко. — М. : Наука, 1996. — 269 с. — (Памятники психологической мысли).