

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ТА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ

У статті проаналізовано стан дослідження проблеми професійної самоактуалізації та самореалізації особистості на сучасному етапі розвитку психологічної та педагогічної науки; розглянуто основні підходи вивчення професійної самоактуалізації та самореалізації особистості в різних видах діяльності. Уточнено та поглиблено сутність і зміст понять «особистісна самоактуалізація», «професійна самоактуалізація», «професійна самореалізація». Самоактуалізація як загальне поняття включає в себе повну реалізацію людиною власних здібностей як здійснення особистісного потенціалу. Особистісна самоактуалізація – наближення до розуміння та здійснення смислу власного життя через надбання особистісного досвіду, що включає в себе самопізнання і засвоєння більшою мірою загальнолюдських цінностей. Професійна самоактуалізація – пошук «себе в професії», власної професійної ролі, образу свого Я, професійного іміджу, індивідуального стилю професійної діяльності, визначення для себе професійних перспектив, досягнення їх і встановлення нових професійних надцілей, прагнення до гармонічного розкриття та ствердження свого природного творчого потенціалу. Професійна самореалізація – це результативне, спонтанне чи цілеспрямоване розгортання внутрішнього потенціалу професіонала. Визначено основні компоненти структури професійної самореалізації (мотиваційно-смисловий, когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий), структурні складники процесу професійної самоактуалізації (креативний, рефлексивний, ціннісно-мотиваційний, когнітивний) і розкрито їх зміст. З'ясовано,

що професійна самоактуалізація – це процесуальна характеристика, рушійний механізм професійної самореалізації.

Ключові слова: професійна самоактуалізація, професійна самореалізація, саморозвиток, особистісне зростання, стиль діяльності, творчість.

Психологические особенности профессиональной самоактуализации и самореализации личности

В статье проанализировано состояние исследования проблемы профессиональной самоактуализации и самореализации личности на современном этапе развития психологической и педагогической науки, рассмотрены основные подходы изучения профессиональной самоактуализации и самореализации личности в разных видах деятельности. Уточнено содержание понятий «личностная самоактуализация», «профессиональная самоактуализация», «профессиональная самореализация». Самоактуализация как общая категория включает в себя полную реализацию человеком своих способностей как осуществление личностного потенциала. Личностная самоактуализация – приближение к пониманию и осуществлению смысла собственной жизни вследствие приобретения личностного опыта, который включает в себя самопознание и усвоение в большей мере общечеловеческих ценностей. Профессиональная самоактуализация – поиск «себя в профессии», собственной профессиональной роли, образа своего Я, профессионального имиджа, индивидуального стиля профессиональной деятельности, определения собственных профессиональных перспектив, достижение и установление новых профессиональных сверхцелей, стремление к гармоническому раскрытию и утверждение природного творческого потенциала. Профессиональная самореализация – это результативное, спонтанное или целенаправленное раскрытие внутреннего потенциала

профессионала. Выявлены основные компоненты структуры профессиональной самореализации (мотивационно-смысловой, когнитивный, эмоционально-ценностный, поведенческий); структурные составляющие процесса профессиональной самоактуализации (креативный, рефлексивный, ценностно-мотивационный, когнитивный), а также раскрыт их смысл. Определено, что профессиональная самоактуализация – это процессуальная характеристика, движущий механизм профессиональной самореализации.

Ключевые слова: профессиональная самоактуализация, профессиональная самореализация, саморазвитие, личностный рост, стиль педагогической деятельности, творчество.

Psychological peculiarities of the professional self-actualization and self-realization of personality

The state of investigation of the problem of the professional self-actualization and self-realization of personality at a modern stage of psychological and pedagogical science development is analysed in the article. The main approaches to the studying the professional self-actualization and self-realization of personality in different kinds of activity is examined; the essence and sense of the concept “personality self-actualization”, “professional self-actualization and self-realization” are précised and extended; the main components of the professional self-actualization process are defined, such as creative, reflective, valuable and motivational, cognitive and their content is revealed. Self-actualization as a general category involves the full realization of the person's abilities the implementation of personal potential. Personal self-actualization is an approach to understanding and realizing the meaning of one's own life as a result of acquiring personal experience, which involves self-knowledge and assimilation to a greater extent of universal human values. Professional self-actualization is the search for "oneself in the profession", its own professional

role, the I - image, the professional image, the individual style of professional activity, defining one's own professional perspectives, achieving and establishing new professional goals, the desire for harmonious disclosure and the establishment of natural creative potential. Professional self-realization is a productive, spontaneous or purposeful disclosure of the internal potential of a professional. The main components of the structure of professional self-realization (motivational-semantic, cognitive, emotional-value, behavioral) are revealed; structural constituents of the process of professional self-actualization (creative, reflexive, value-motivational, cognitive), as well as their meaning is revealed. It is estimated that professional self-actualization is a procedural characteristic that drives the mechanism of professional self-realization.

Key words: professional self-actualization, professional self-realization, self-development, self-growth, style of activity, creativity.

Постановка проблеми. Соціально-економічні, політичні та культурно-ціннісні перетворення, що відбуваються на сучасному етапі розвитку суспільства, висувають підвищені вимоги до якості професійної діяльності та професійної компетентності особистості, потребують наявності творчого ставлення та самореалізації в процесі життєдіяльності. Аналіз вітчизняних психолого-педагогічних досліджень переконливо доводить, що принциповою особливістю сучасного світу має стати створення умов, які сприяють розвитку ініціативності, пізнавальної активності та формуванню здатності до творчої самореалізації, професійної самоактуалізації особистості.

Дослідження відомих гуманістичних психологів підкреслюють виняткову роль процесу самоактуалізації в житті людини (Г.О. Балл, І.Д. Бех, І.А. Зязюн, С.Д. Максименко, А. Маслоу, К. Роджерс та інших). Незважаючи на ґрунтовне дослідження феномену

самоактуалізації, проблема вивчення професійної самоактуалізації та самореалізації особистості залишається недостатньо розробленою.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Виділення нерозв'язаних раніше частин загальної проблеми. Пріоритет у розробці феноменологічних аспектів самоактуалізації належить зарубіжним дослідникам (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт та ін.). Змістові аспекти розвитку самоактуалізації особистості на різних етапах онтогенезу розглядали відомі психологи (Л.І. Анциферова, О.Ю. Артем'єва, Л.Я. Гозман, М.В. Кроз, І.С. Кон, Д.О. Леонтьєв), ідея необхідності формування здатності до самоактуалізації знайшла своє відображення у наукових працях Б.Л. Вульфсона, О.М. Джуринського та ін. Проблема самоактуалізації привертає дослідницьку увагу сучасних авторів: М.Б. Боднар, Е.Е. Вахромов, М.Б. Гасюк, Ю.Г. Долінська, Л.М. Кобильник, М.Г. Ткалич, І.Я. Шемелюк та ін.

Концептуальні засади професійної підготовки фахівців знайшли відображення в дослідженнях вітчизняних науковців: А.М. Алексюк, В.П. Андрущенко, С.У. Гончаренко, Р.С. Гуревич, І.А. Зязюн, А.М. Коломієць, Н.Є. Мойсеюк, Н.Г. Ничкало, М.І. Сметанський, С.О. Сисоєва, О.В. Шестопалюк та ін.

Проблемі дослідження професійної самоактуалізації присвячені роботи сучасних учених: І.О. Акіндінова досліджувала самоактуалізацію в різних сферах професійної діяльності [1], М.А. Ахметов вивчав професійну самоактуалізацію вчителя [2], Є.Є. Вахромов досліджував професійну самоактуалізацію менеджера в професійній діяльності [3; 4]; А.В. Шилакіна і Л.М. Кобильник займалися визначенням особливостей структури самоактуалізованої особистості психологів-студентів у сукупності з такими психологічними характеристиками особистості, тісно пов'язаними з потребою самоактуалізації, як «сенс-життєві орієнтації»,

«особистісний рівень контролю», «самооцінка» [7]; Л.Р. Шафігуліна в процесі емпіричного дослідження визначила особливості структури особистості молодого вчителя, що самоактуалізується [10], тощо.

Отже, сучасні дослідження ґрунтуються на тому, що професійна самоактуалізація фахівця є неможливою без міцної професійної основи: М.О. Ахметов як професійну основу розглядає професійну компетентність; Т.М. Соломка при аналізі оптимізації самоактуалізації в професійному навчанні та І.О. Акіндінова, Є.Є. Вахромов, В.Г. Горяєв, А.В. Торопова у своїх дослідженнях розвитку професійної самоактуалізації (самореалізації) спираються на аналіз професійно-значущих якостей фахівця.

Мета: теоретичний аналіз процесу професійної самоактуалізації та самореалізації особистості.

Для досягнення мети дослідження були поставлені такі завдання:

- 1) на основі теоретичного аналізу й узагальнення наявного у психолого-педагогічній літературі матеріалу з досліджуваної проблеми уточнити й поглибити сутність і зміст поняття професійної самоактуалізації та професійної самореалізації;
- 2) з'ясувати особливості процесу професійної самоактуалізації та професійної самореалізації особистості.

Виклад основного матеріалу дослідження.

Проблема професійної самореалізації тісно пов'язана з проблемою професійної самоактуалізації особистості (Б.Г. Ананьєв, Є.О. Клімов, І.С. Кон, Н.В. Кузьміна, Д.О. Леонтєв, А.К. Маркова, Г.П. Щедровицький та ін.). Більшість дослідників вважають, що самоактуалізація розвивається саме через професійну творчу діяльність. А. Маслоу визнає, що самоактуалізація проявляє себе через захопленість значущою роботою; К. Ясперс пов'язує самоактуалізацію з тією справою, якою людина займається [5]; а І.С. Кон вважає, що реальна життєдіяльність і

мотиваційна система самореалізації дорослої особистості включає дві сфери: працю та спілкування [8].

Теоретичний аналіз вивчення проблеми розвитку професійної самоактуалізації та самореалізації особистості дозволяє констатувати, що в більшості психолого-педагогічних праць привалюють два підходи.

Представники першого підходу розглядають питання професійної самоактуалізації в межах традиційного освітнього процесу. Питаннями самоактуалізації та самореалізації студентської молоді в процесі професійної підготовки у своїх роботах займалися Є.В. Андрієнко, М.Б. Боднар, А.А. Борисова, М.Б. Гасюк, В.А. Гупаловська, Ю.Г. Долінська, Л.М. Кобильник, О.М. Мірошниченко, І.І. Осадчева, Т.В. Перевалова, О.Ф. Ященко та ін.

Представники другого підходу визначають професійну самоактуалізацію та самореалізацію як складник і передумову професійної соціалізації зрілої особистості та побудови успішної кар'єри. Процеси професійного самоусвідомлення як система дій особистості із самоаналізу, самопізнання, самовизначення та самооцінювання власних здібностей і ціннісних орієнтацій розглядаються в дослідженнях О.О. Бодальова, Є.О. Клімова, В.С. Мерліна, Л.М. Мітіної, Л.М. Ожигової, А.О. Реана, В.В. Століна, І.І. Чеснокової, К. Ясперса та ін.

Теоретико-методологічними засадами вивчення професійної самоактуалізації, крім вищезазначених підходів, можуть вважатися: системно-стратегічна концепція творчої діяльності В.О. Моляко, теорія активної особистості (Л.І. Анциферова, А.В. Брушлинський), соціально-психологічні підходи до розгляду різних форм активності людини як суб'єкта соціального пізнання (Г.М. Андрєєва, А.В. Петровський), теорії та практика професійного становлення особистості (Н.С. Пряжніков, Є.С. Романова), сучасні теорії лідерства (Р. Дафт, С. Кові), концепція вивчення довершеності Т. Пітерса.

За думкою дослідників, професійна самореалізація – це результативне, спонтанне чи цілеспрямоване розгортання внутрішнього потенціалу професіонала, яке може включати, а може й не включати суб'єктивне завдання соціальної реалізації. Соціальна реалізація та самореалізація – поняття, що частково перетинаються: професійна самоактуалізація – це процесуальна характеристика, рушійний механізм самореалізації [6].

Особистість реалізує себе протягом усього життя в різних сферах життєдіяльності та життєтворчості, основною з яких є сфера професійної діяльності. Саме в професійній діяльності особистості реалізуються реальні можливості досягнення вершин творчих прагнень, розкривається творчий потенціал, розвиваються творчі здібності.

Сучасними дослідниками в структурі професійної самореалізації особистості виділено чотири компоненти: мотиваційно-смісловий, когнітивний, емоційно-ціннісний і поведінковий.

За думкою науковців, визначаючи компоненти структури професійної самореалізації у процесі виконання професійної діяльності, необхідно визначити систему мотивів, цінностей, які спонукують особистість до виконання конкретної професійної діяльності. Саме тому значущим є мотиваційно-смісловий компонент у характеристиці професійної самореалізації, що включає професійну мотивацію, цілі й сенс життя, ціннісні орієнтації як вищі властивості особистості. Ціннісні орієнтації здатні адекватно регулювати поведінку і виявляться у всіх сферах професійної діяльності, є найважливішою сполучною ланкою між особистістю, її внутрішнім світом і навколишнім середовищем. Сенс життя, система цінностей особистості активно впливає на вибір життєвих цінностей і зусиль особистості щодо їхнього досягнення (К.О. Абульханова-Славська). Крім того, у професійній діяльності прагнення до пошуку й реалізації сенсу життя повинно виступати як мотив

діяльності й бути основним двигуном поведінки й розвитку особистості (Н.О. Асташова), а мотиваційно-смилова сфера детермінує процес самореалізації (Л.О. Коростильова).

З точки зору дослідників, когнітивний компонент самореалізації має декілька складників: система знань та уявлень про діяльність (її цілі, завдання, дії, спроби і результат), уявлення про навколишній світ (картина світу), стосунки між людьми, власне життя. Отже, до когнітивного компонента включено систему знань та уявлень про власну індивідуальність, рівень інтелектуального розвитку особистості. Емоційно-ціннісний компонент представлений ставленням особистості до себе, власної самореалізації, професійної діяльності та емоцій, що виникають у процесі виконання професійної діяльності. Відповідно, емоційні стани і переживання є не лише регуляторами процесу самореалізації, але саме через них може здійснюватися розвиток індивідуальності, творчого потенціалу особистості.

Поведінковий компонент характеризують зовнішні вияви, певні дії, передусім – це стиль діяльності. Дослідники розглядають стиль діяльності як процес і результат самореалізації, тобто стиль діяльності й спосіб самореалізації – це безпосередній процес вияву особистістю власних індивідуальних особливостей. Водночас, стиль спілкування постає показником успішності й адекватності професійної самореалізації. Це дозволяє стверджувати, що стиль діяльності – це поведінковий (зовнішній) бік процесу самореалізації особистості в професійній діяльності.

У процесі самореалізації завдяки рефлексії особистість усвідомлює власні думки, емоційні стани, стосунки, дії, стиль спілкування, тому, як зазначає А.Г. Ісмаїлова, важливим складником рефлексії є здатність до суб'єктивного контролю, почуття відповідальності за власні вчинки й дії (внутрішній локус контролю). За результатами

досліджень під керівництвом Л.І. Анциферової доведено, що для людей з внутрішнім локусом контролю характерний високий рівень саморегуляції і перевага конструктивно – перетворювальних (творчих) стратегій поведінки. Отже, здатність до рефлексії, високий рівень суб'єктивного контролю, усвідомленість стилю професійної діяльності сприяють процесу самореалізації, визначенню особистісного професійного шляху, сутності та особливостей власної самореалізації.

Самореалізація допускає здійснення особистістю власних прагнень, задумів, планів, здібностей і потенціальних можливостей, спрямованих на подальший розвиток себе і навколишньої дійсності.

Сучасні дослідники вважають, що поняття самоактуалізації охоплює собою всю систему життєдіяльності людини, але найяскравіше воно проявляється у професійній діяльності, бо їй зазвичай особистість присвячує більшу частину свого життя. Самоактуалізація як загальне поняття включає в себе повну реалізацію людиною власних здібностей як здійснення особистісного потенціалу. Категорія самоактуалізації означає безперервний рух у напрямку особистісного і професійного зростання.

У свою чергу, самоактуалізація в професії згідно з положеннями зарубіжних і вітчизняних дослідників (О.Г. Асмолов, Л.Я. Гозман, А. Маслоу, П.І. Підкасистий, К. Рождерс, В.І. Слободчиков, В. Франкл, Е. Шостром та ін.) постає операційною умовою досягнення особистісної зрілості. На думку А. Маслоу, високий рівень професійної самоактуалізації сприяє досягненню особистісного призначення, бо люди, які самоактуалізуються, усі без винятку є залученими в певну справу... Вони віддані цій справі, вона є для них чимось дуже важливим – це свого роду покликання [9]. Видатний філософ К. Ясперс з лаконічною геніальністю визначив професійну сутність

самоактуалізації: «Людина стає тим, ким вона є, завдяки справі, яку робить своєю» [11].

У вітчизняній психології і педагогіці при визначенні суті самоактуалізації основний акцент зроблено на процесі саморозвитку і самоствердження особистості, що вимагає від людини освоєння нею смислового виміру світу дійсності та спрямування на пошуки сенсу життя. Дослідники вважають, що найдосконаліша самоактуалізація полягає в реалізації смисло-життєвих і ціннісних орієнтацій, тобто має місце сутнісна, автентична самореалізація – здійснення потреби в самоактуалізації як прагнення реалізувати власні здібності і таланти, серед них і професійні. Саме таку самоактуалізацію називають самовіддачею, самоздійсненням самого себе (Г.О. Балл, Л.М. Карамушка, С.Д. Максименко, В.О. Моляко та інші).

У сучасних дослідженнях визначено сутність і зміст поняття особистісної і професійної самоактуалізації [1].

Особистісна самоактуалізація – наближення до розуміння та здійснення смислу власного життя через набуття особистісного досвіду, що включає в себе самопізнання і засвоєння більшою мірою загальнолюдських цінностей, таких, як відкритість, довіра, прийняття, свобода, природність, демократичність, причетність, незалежність тощо; ця категорія має якісні властивості, що ґрунтуються на чуттовому сприйнятті.

Професійна самоактуалізація – пошук «себе в професії», власної професійної ролі, образу свого Я, професійного іміджу, індивідуального стилю професійної діяльності, визначення для себе професійних перспектив, досягнення їх і встановлення нових професійних над-цілей, прагнення до гармонійного розкриття та ствердження власного природного творчого потенціалу.

Відповідно виявлено складники структури професійної самоактуалізації: креативний, рефлексивний, ціннісно-мотиваційний, когнітивний.

Зазначені складники мають такий зміст:

- 1) креативний включає в себе творчі здібності та творче мислення, прагнення до творчого перетворення дійсності, спрямованість на реалізацію творчих імпульсів у професійній діяльності, формування та розвиток індивідуального стилю практичної діяльності;
- 2) рефлексивний включає в себе наявність власної життєвої і творчої позиції, яка позначається в незалежності суб'єкта від впливу ззовні; усвідомлення цілісності життя в нерозривності часу, що виражається в єдності минулого, теперішнього і майбутнього; спрямованість на усвідомлення свого «Я» і самоаналіз власної діяльності;
- 3) когнітивний включає в себе уявлення і знання про сутнісні характеристики категорії «самоактуалізація», знання способів і засобів, що стимулюють самоактуалізацію особистості, володіння усвідомленими та інтуїтивними стратегіями самоактуалізації в процесі професійної підготовки;
- 4) ціннісно-мотиваційний включає в себе усвідомлення ролі самоактуалізації в професійному становленні; активне прагнення до гармонійного розкриття та реалізації свого природного творчого потенціалу; пріоритет духовно-ціннісних орієнтацій у професійній діяльності, формування загальнолюдських гуманістичних тенденцій суспільної і культурної самосвідомості.

Внутрішня єдність усіх складників професійної самоактуалізації означає єдність особистісного і професійного розвитку, завдяки чому діяльність набуває особистісного сенсу. У свою чергу, усі зазначені складники структури професійної самоактуалізації змістовно співвідносяться з критеріальними характеристиками самоактуалізованої особистості.

Висновки та перспективи дослідження. На основі теоретичного аналізу наукової літератури з досліджуваної проблеми з'ясовано, що сучасні дослідники поняття «самоактуалізація» розглядають як процес саморозвитку та самоствердження особистості, що вимагає від людини

освоєння нею смислового виміру світу дійсності й спрямований на пошуки сенсу життя.

Професійна самореалізація – це результативне, спонтанне чи цілеспрямоване розгортання внутрішнього потенціалу професіонала, яке може включати, а може й не включати суб'єктивне завдання соціальної реалізації. Тобто соціальна реалізація та самореалізація – поняття, що частково перетинаються. Професійна самоактуалізація – процесуальна характеристика, рушійний механізм самореалізації.

Професійна самоактуалізація – пошук «себе в професії», власної професійної ролі, образу свого Я, професійного іміджу, індивідуального стилю професійної діяльності, визначення для себе професійних перспектив, досягнення їх і встановлення нових професійних надцілей, прагнення до гармонічного розкриття та ствердження власного природного творчого потенціалу.

Подальшу перспективу дослідження вбачаємо у вивченні чинників впливу на формування професійної самоактуалізації та самореалізації особистості.

Література

1. Акиндинова И.А. Самоактуализация личности в различных типах организации профессиональной деятельности / И.А. Акиндинова // Психолого-педагогические проблемы развития личности в современных условиях: психология и педагогика в общественной практике / Рос. гос. пед. ун-т им. А.И. Герцена. — СПб., 2000. — С. 29–36.
2. Ахметов М.А. Профессиональная самоактуализация учителя / М. А. Ахметов // Педагогические технологии образования взрослых: материалы внутриинститут. науч.-практ. конф. (14 октября 2005 г.) / Ульянов. ин-т повыш. квалификации и переподгот. работников образования. — Ульяновск, 2006. — С. 17–25.

3. Вахромов Е.Е. Вершины жизни и пути их достижения: самоактуализация, акме и жизненный путь человека / Е.Е. Вахромов // Прикладная психология и психоанализ. — 2001. — №4. — С. 18–23.
4. Вахромов Е.Е. Вершины жизни и пути их достижения: самоактуализация, акме и жизненный путь человека / Е.Е. Вахромов // Прикладная психология и психоанализ. — 2002. — №1/2. — С. 5–18.
5. Гайденок П.П. Человек и история в экзистенциальной философии Карла Ясперса / П.П. Гайденок // Смысл и назначение истории / К. Ясперс; пер. с нем. — М.: Политиздат, 1991. — С. 5–26.
6. Ермолаев Е.П. Психология социальной реализации профессионала / Е. П. Ермолаев. — М.: Изд-во Ин-та психологии РАН, 2008. — 347 с.
7. Кобильнік Л.М. Психологічні особливості самоактуалізації особистості майбутніх психологів і педагогів: дис. канд. психол. наук: 19.00.05 / Лілія Миколаївна Кобильнік. — К., 2007. — 249 с.
8. Кон И.С. В поисках себя: личность и самосознание / И.С. Кон. — М.: Политиздат, 1984. — 336 с.
9. Маслоу А. Самоактуализация // Психология личности: тексты / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, А.А. Пузыря. — М.: Изд-во МГУ, 1982. — 287 с.
10. Шафигулина Л.Р. Педагогические условия формирования профессиональной самоактуализации личности молодого учителя в процес се внутршкільного підвищення кваліфікації: автореф. дис. на соискание ученой степени канд. пед. наук: спец. 13.00.08 «Теория и методика профессионального образования» / Ли́лиана Равильевна Шафигулина. — Астрахань, 2009. — 25 с.
11. Ясперс К. Смысл и назначение истории: пер. с нем. / К. Ясперс. — М.: Политиздат, 1991. — 527 с.

References

1. Akindinova I.A. Self-actualization of the individual in the organization of various types of professional activity / IA Akindinova // Psychological and pedagogical problems of development of the person in modern conditions: the psychology and pedagogy in social practice / Ros. state. ped. Univ them. Herzen. —St. Petersburg, 2000. — S. 29-36.
2. Akhmetov M.A. Professional teachers / M self-actualization. A. Akhmetov // Pedagogical adult education technologies: materials vnutriinstitut. scientific-practical. Conf. (14 October 2005) / Ulyanov. Inst increased. qualifications and perepodgot. educators. —Ulyanovsk 2006. — S.17-25.
3. Vahromov E.E. Tops of life and ways of achieving them, self-actualization, and the acme of human life path / E.E. Vahromov // Applied psychology and psychoanalysis. — 2001. — №4. — S. 18-23.
4. Vahromov E.E. Tops of life and ways of achieving them, self-actualization, and the acme of human life path / E.E. Vahromov // Applied psychology and psychoanalysis. — 2002. — №1 / 2. — S. 5-18.
5. Gaidenko P.P. Man and history in the existential philosophy of Karl Jaspers /P.P. Gaidenko // The meaning and purpose of history / Karl Jaspers / Trans. with it. - M .: Politizdat, 1991. — S. 5-26.
6. Yermolaev E.P. Psihologiya sotsialnoy realizatsii professionala / E.P. Ermolaev. - Moscow: Publishing House of the Institute of Psychology of RAS, —2008. — 347 s.
7. Kobilnik L.M. Psihologichni osoblivosti samoaktualizatsii osobistosti maybutnih psihologiv i pedagogiv: dis. ... Cand. psychol. Sciences: 19.00.05 / Kobilnik Liliya Mikolaïvna. — K., 2007. — 249 s.
8. Kon Finding yourself personality and self-awareness / Kon. — M.: Politizdat, 1984. — 336 s.
9. Maslou A. Samoaktualizatsiy // Psychology of Personality: texts / edited. YB Gippenreiter A.A. Puzyreya. - Moscow: Moscow University Press, —1982. — 287 s.

10. Shafigulin L.R. Pedagogicheskie usloviya formirovaniya professionalnoy samoaktualizatsii lichnosti young teacher in protsessevnutri shkolnogo povysheniya kvalifikatsii: Abstract. Dis. on soiskanieuchenostepenikand. ped. Sciences: spec. 13.00.08 "Theory and Methods professionalnogo obrazovaniya" / Shafigulin Liliana Ravilevna. — Astrakhan, 2009. — 25 s.
11. Jaspers K. Sense and naznachenieistorii: Per. with it. / Karl Jaspers. — M.: Politizdat, 1991. — 527 s.