

Levi T. S. Psikhologicheskaya granitsa kak telesnyy fenomen [Psychological boundary as body phenomenon] [Elektronnyi resurs] / T. S. Levi. – Rezhym dostupa : [http://telesnost.ru/omega/psihologiya/psihologicheskaya\\_granitsa\\_kak\\_telesnyi\\_fenomen.htm](http://telesnost.ru/omega/psihologiya/psihologicheskaya_granitsa_kak_telesnyi_fenomen.htm)

10. Нартова-Бочавер С. К. Человек суверенный: психологическое исследование субъекта в его бытии / С. К. Нартова-Бочавер. – СПб. : Питер, 2008. – 400 с.  
Nartova-Bochaver S. K. Chelovek suverennyy: psikhologicheskoye issledovaniye subyekta v yego bytii [Sovereign human: psychological research of a person in its existence] / S. K. Nartova-Bochaver. – SPb. : Piter, 2008. – 400 s.
11. Gabbard G. O. Boundaries and boundary violations in psychoanalysis / G. O. Gabbard, E. P. Lester. – New York : Basic Books; 1995. – 225 p.

УДК 159.923

**О. П. Колісник**

Received: November 15, 2016

Revised: January 21, 2017

Accepted: February 10, 2017

## **ТЕОРИЯ ДУХОВНОГО САМОРАЗВИТКУ ОСОБИСТОСТИ**

Духовний саморозвиток особистості здійснюється через розрізнення з провідними смислами ієрархії смислів особистості актуалізованої рівня розвитку та ототожнення з принципово новими ведучими смислами наступного рівня розвитку. Зсув провідних смислів ієрархії на принципово нові смисли відв'язує особистість від попереднього смислового поля і активізує приховані ресурси нового смислового поля.

**Ключові слова:** ідентичність; ієрархія смислів; змінені стани психіки; зміщення сенсу на ціль; ототожнення – розрізнення; пікові переживання; потік психіки; принципово нова мета; психічний механізм саморозвитку; психотерапія; зміст; смислове поле; спонтанність; рівень розвитку; теорія особистості.

**Kolisnyk O. P. Theory of the Personality's Spiritual Self-Development.** Spiritual self-development of the personality is progressing due to disidentification with leading contemporary meanings hierarchy of meanings and the degree of identification with fundamentally new leading meanings of the next major stage of development. The shift of the leading meanings of the hierarchy of meanings of the individual to radically new meanings loose from the previous semantic field and activates the hidden resources of the new semantic field.

**Key words:** postnonclassical science, western and eastern paradigm, personality, identity, spirituality, self-development, value, meaning, hierarchy of meanings, world view, self-concept, the stream of psyche, level of development, meaning field,

fundamentally new purpose, willpower effort, mental mechanism of self-development, identification disidentification, shift of a meaning on the purpose, theory of personality, psychotherapy, spiritual practices, altered states of mind, peak experiences, spontaneity.

**Колисник А. П. Теория духовного саморазвития личности.** Духовное саморазвитие личности осуществляется через разотождествление с ведущими смыслами иерархии смыслов личности актуализированного уровня развития и отождествления с принципиально новыми ведущими смыслами следующего уровня развития. Сдвиг ведущих смыслов иерархии на принципиально новые смыслы отвязывает личность от предыдущего смыслового поля и активизирует припрятанные ресурсы нового смыслового поля.

**Ключевые слова:** идентичность, иерархия смыслов, измененные состояния психики, смещение смысла на цель, отождествление – разотождествление, пиковые переживания, поток психики, принципиально новая цель, психический механизм саморазвития, психотерапия, смысл, смысловое поле, спонтанность, уровень развития, теория личности.

**Постановка наукової проблеми та її значення.** Пропонована концепція особистості претендує на відповідність постнекласичній науці; вона вибудована на оперті порівняльної, діалектичної, сенергетичної рефлексії відомих теорій особистості й впливальних із них видів психотерапії; розглядає концепції особистості західної та східної парадигм світовзаємодіяння як комплементарні, взаємодоповнювальні.

Особистість розуміємо як структуровану й цілісну ієрархію інтеріоризованих, переживаних і спонукаючих уподовж досить довгого часу смислів, за якими імпліцитно стоять вибірково привласнені цінності. Поняття *особистість* покриває психічну реальність ієрархії спонукальних задумів «Задля чого жити й за що боротися?», що задає актуальну та перспективну спрямованість життєвого шляху.

Духовність у широкому значенні слова розуміємо як міру переживання контакту й ототожнення особистості з будь-якими цінностями, які ця особистість вибірково привласнила й трансформувала в переживання спонукальних смислів, котрі вона реалізує через породження відповідних цим смислам життєвих актів. Духовність у вузькому значенні слова означає ідентифікацію особистості з межовими цінностями, такими як надособистісні, наднормативні й надситуативні, – Свобода, Справедливість, Відповідальність; гуманістичні – Добро, Любов, Турбота; холістичні – Краса, Істина, Творчість; трансперсональні – Космос, Надсмысл, Бог – перетворення їх у провідні сенси ієрархії смислів особистості.

**Мета розгляду проблеми** – запропонувати постнекласичну (холістичну, діалектичну, компоративістичну, динамічну) концепцію духовного саморозвитку особистості, яка, з погляду духовного саморозвитку, наскрізно осягає всю феноменологію буття особистості у світі й структурує в продуктивний порядок наявні в психології теорії особистості та відповідні їм види психотерапії.

**Об’єкт дослідження** – цілісна природа людської психіки, яка забезпечує холістичну інтенційну феноменологічно-сміслову взаємодію особистості зі світом.

**Предмет розвідки** – духовний саморозвиток особистості в процесі її взаємодії зі світом.

**Гіпотеза розвідки** – у процесі буття у світі людина привласнює цінності, перетворюючи їх у підсистему переживаних смислів; із цих смислів вибудовує самобутню ієрархію, надособистісні провідні сенси якої можуть біфуркаційно спонукати до самотрансценденції як саморозвиткового виходу за межі задіяних волею як зданістю породжувати життєві акти за міркування можливостей до спонтанних здатностей своєї самості як уродженого потенціалу та переживаної «Я-тотожності» як трансцендентного і творчого початку, на оперті яких ця особистість у процесі пасіонарного служіння надособистісним смислам спонтанно породжує надситуативні й наднормативні життєві акти в смузі ризику та персональної відповідальності.

**Метод дослідження** – рефлексивний (методологічний, компоративістський, синергетичний, діалектичний) аналіз сучасних теорій особистості та впливаючих із них видів психотерапії, на оперті якого вибудована оригінальна авторська концепція духовного саморозвитку особистості.

**Виклад основного матеріалу й обґрунтування отриманих результатів дослідження.** Пожиттєвий психічний саморозвиток людини як особистості, який інтегрує дозрівання й розвиток людини від народження до старості, має потічний характер. *Людська психіка* як відкрита, складна, нелінійна система психічної самодетермінації людини тече трьома підсистемними потоками, які постають неодноразово, але в зрілої особистості можуть протікати одночасно й бути комплементарними. У процесі онтогенезу, онтологізації, соціалізації, інкультурації та персоналізації на оперті початкової симетрії півкуль головного мозку переднім постає *буттєвий потік психіки*, у якому ще переживається безпосередній контакт людини зі світом. Буттєвий

потік психіки укорінює індивіда в життя, його онтологія в рості в буття й продукує витoki активності людини; він конституційний, гомеостатичний, довербальний, неусвідомлений, доконвенційний, доконсенсусний, ірраціональний, досоціальний, доособистісний, безпосередній, реактивний, імпульсивний, мимовільний; діяльно-ефекторний, емоційно-смісловий. На підмурівку подальшої асиметрії півкуль головного мозку з буттєвого потоку психіки відбувається становлення двох якісно відмінних, але комплементарних потоків психіки: рефлексивного й духовного, які є двома сторонами єдиного котинууму. Рефлексивний потік психіки залежний від середовища; вербальний; усвідомлений; конвенційний; консенсусний; соціальний; особистісний; опосередкований; дискурсивний; раціональний; із претензією на пізнаваність, об'єктивність і незмінність; елементаристський; дискретний; детерміністичний; каузальний; інтелектуальний, вольовий; адаптивний до норм й обставин. Духовний потік психіки засновується на служінні особистості надособистісним зміслом, за якими стоять вибірково інтеріоризовані надособистісні цінності; на активації правої півкулі головного мозку та на взаємодії особистості зі світом за допомогою безпосереднього континуально-інтуїтивного розуму; на взаємодії з обставинами через опертя на здорові й нормальні змінені стани психіки; більш притаманний східній парадигмі взаємодії людини зі світом. Ціннісно-сміслова аксіологія духовного потоку формує особистість із провідними надособистісними сенсами в ієрархії зміслів, здатну творити себе й обставини свого буття у світі. Духовний потік психіки – феноменологічний, суб'єктивний, непізнаваний, надвербальний, надсвідомий, надконвенційний, надконсенсусний, надсоціальний, трансперсональний, безпосередній, гетеростатичний, інтуїтивний, холістичний, проактивний, свободний, спонтанний, континуальний, творчий, мінливий, наднормативний та надобставинний. Сміслові поля духовного потоку психіки спрямовані на засновану на переживанні спонтанного зміслового контакту з надособистісними цінностями соціоцентричну й світоцентричну проактивну та гетеростатичну взаємодію зі світом. Кожний наступний потік психіки перебирає на себе регуляцію взаємодії особистості зі світом, розвивається поступово й має по чотири ступені розвитку.

Поняття *духовність* покриває собою зміслову психічну реальність, якою стають програмовані соціальним контролем чи вибірково інтеріоризовані людським індивідом соціальні цінності, які в процесі

онтологізації, соціалізації, акультурації та персоналізації людина, яка розвивається в напрямку до особистості, трансформує в переживанні й спонукальні смисли та вибудовує з них лише її притаманну ієрархію.

Смисловим полем взаємодії особистості з тут-і-тепер наявними обставинами стає інтенційне феноменологічне поле, у якому переживаний і спонукальний провідний смисл опредмечується з інтенційно вибраними необхідними обставинами, складає з ними єдиний психічний зв'язок. Смислове поле особистості завжди актуалізоване в обставинах, інтенційне, опредмечене; є її обов'язковою та невідемною ознакою; є її серцевиною, яка впливає на всі сторони її буття у світі. Смислові поля відносно усвідомленого рефлексивного й надсвідомого духовного потоків – два кінці єдиного континууму.

Людина – єдина та цілісна система, підсистеми якої розвиваються та синергетично самоузгоджуються впродовж усього її життєвого циклу у вигляді послідовності психосоціальних шаблів розвитку, які відбуваються поступово один за одним від миті народження до часинки смерті. Кожний щабель розвитку супроводжується характерним для нього переломом смислового поля взаємодії з обставинами тут-і-тепер буття у світі, який породжений діалектичним зіткненням між біологічним порядком життєвого циклу (діалектична теза) та вимогами соціального контролю до цього шабля розвитку людини (діалектична антитеза). Синтезою діалектичного протиріччя стає ствердний і продуктивний перехід на новий щабель розвитку чи заперечна і спадна психопатологічна затримка на старому шабелі розвитку.

У духовному плані людська особистість розвивається ступенево. Кожний наступний ступінь розвитку зумовлений розвитком попереднього ступеня розвитку. Розвиток особистості залежить від її готовності взаємодіяти з усе ширшим колом людей та із ширшим світом. Кожний ступінь розвитку системно зв'язаний із іншими ступенями і включений у певну послідовність.

Зломи смислового поля фактично – особливі миттєвості в людському житті, оскільки вимагають перебудови ієрархії смислів особистості, велять зробити вибір між поступом і занепадом, між інтеграцією і стагнацією. Переживання особистістю злomu діючого смислового поля та уява принципово нової мети як нового ідеального смислу знімається становленням психічних механізмів саморозвитку у вигляді сил і здібностей, які забезпечують перехід до принципово

нового смислового поля вже наступного ступеня розвитку. Постання нових психічних механізмів саморозвитку стає поворотним пунктом у духовно-смислового поступі особистості. Кожен наступний ступінь розвитку переминою смислового поля взаємодії особистості з обставинами дає змогу особистості змінити провідні сенси ієрархії смислів, прибiльшити силу «Я» особистості на ступенях розвитку рефлексивного потоку психіки, розблокувати континуально-інтуїтивний розум та спонтанність взаємодії зі світом на ступенях розвитку духовного потоку психіки та оволодіти новими стосунками й навичками.

На кожному ступені розвитку будь-якого потіку психіки має в собі діалетичну єдність і боротьбу тези у вигляді смислового поля особистості з антитезою у вигляді переломного переживання як крайностей, зіткнення яких знімається синтезом як творчим проміжком між ними у вигляді принципово нової мети як ідеальної спонуки до досягнення принципово нового смислового поля та психічних механізмів саморозвитку, за допомогою яких принципово нове ідеальне смислове поле стає реальним; ці ознаки саморозвитку присутні у будь-якої здорової особистості. Творчою і динамічною синтезом єдності й боротьби смислового поля з переломними переживаннями стає переживання самототожності з новим смисловим полем наступного ступеня розвитку, в якому поєднано емоційні, когнітивні та особистісні чинники. У переживанні підсистеми самототожності синтезуються переживання ідентичності, цілосності, індивідуальності та соціальної солідарності.

Через своє феноменологічно-смислове поле, яким є тут-і-тепер взаємодія її ієрархії смислів з обставинами, особистість сприймає й переживає свій світ та спонукає себе до діяльності в ньому. Ступені розвитку буттєвого, рефлексивного й духовного потоків психіки радикально різняться своїми смисловими полями взаємодії людини з обставинами її тут-і-тепер буття у світі.

Є послідовний ряд рівнів духовного саморозвитку особистості, які різняться між собою змістом і якістю смислових полів взаємодії зі світом; цей ряд охоплює собою весь хід можливого духовного саморозвитку особистості; поступ за рівнями розвитку робить особистість усе більш зрілою й актуалізованою в її взаємодії зі світом. Кожний наступний потік психіки перебирає на себе регуляцію взаємодії особистості зі світом, розвивається поступово й має по чотири ступені духовного розвитку.

У буттєвому потоці, у якому людина дебютує неусвідомленою та мало усвідомленою безпосередньою взаємодією зі світом, послідовно проходить психофізіологічний, психоархетипний, психоонтичний, психоментальний ступені розвитку. Рефлексивний потік більш спрямований на фіксування в навичках, уявленнях, поняттях і концепціях досвідної психічної статичності, постає над буттєвим потоком розвитку психопрактичним, психогностичним, психосоціальним та егопсихічним ступенями розвитку. Надсвідомий духовний потік психіки, який активує малоусвідомлену й опосередковану афектом та інтелектом процесуальність, розвивається над рефлексивним потоком психіки психоособистісним, психогуманним, психохолістичним та психотрансперсональним ступенями розвитку. Будь-який ступінь розвитку системно пов'язаний із усіма іншими ступенями й постає в певній неперервності.

Людська особистість відповідно до свого смислового розуміння буття у світі має прагнути до саморозвитку через активацію й самоудосконалення свого потенціалу.

Людина – справжня реальність, яка єднає в собі матеріальну й духовну підсистеми дійсності; вона має матеріальне тіло й духовну спонтанну *самість*, яка є осередком трансцендентного усвідомлення, єдністю несвідомого з буттєвого потоку психіки та свідомості з рефлексивного потоку психіки, сталим суб'єктивним підмурівком свого буття у світі, завдяки якому вона здатна переживати самотождність; ці підсистеми людини невідимі й тотожні. Людина здатна усвідомити свою духовну самість як свій потенціал для саморозвитку, окремими обдарованими людям це усвідомлення досягається легко, але для більшості людей прояснення свідомості дається через значну *духовну практику*, завдяки якій стає можливим безпосереднє інтуїтивне осягнення й ототожнення людини зі своєю спонтанною духовною самістю, що є метою буття людини у світі.

Кожен ступінь духовного розвитку характеризується: своїм смисловим полем, провідні сенси якого визначають спрямованість ієрархії смислів особистості; своїми породженими емоційно-смисловою неузгодженістю в смисловому полі переломними переживаннями, якими буття у світі випробовує ієрархію смислів особистості на витримку, переломні переживання стають поворотним пунктом будь-якого ступеня розвитку, діагностують і перевіряють можливості діючого смислового поля на стабільність породжуваного ствердого чи

заперечного результату; своєю принципово новою метою як новим ідеальним смислом, за допомогою якого особистість уявно може піднятися над переломним переживанням й уявити смислове поле наступного ступеня розвитку як узірець потрібного прийдешнього, котрий ще не ввійшов в ієрархію смислів і тому має нестачу спонукання та потребує вольового зусилля для початкового породження відповідних собі життєвих актів; своїми вольовими зусиллями з початкової перебудови ієрархії смислів під принципово нову мету, яка із часом зсувається (трансформується) в смисл і стабілізується як провідний сенс оновленої ієрархії смислів; своїми психічними механізмами саморозвитку, які ствердно кріплять перебудовану ієрархію смислів, оскільки уявне смислове завдання особистість може виконати за допомогою своїх механізмів психічного розвитку у вигляді розвитку нових сил, навиків, здатностей і стосунків, які перетворюють уявну принципово нову мету в нове смислове поле уже іншого, вищого ступеня розвитку й таким чином перебудовою ієрархії смислів вирішують *актуальний конфлікт* у ній; своїми концепціями особистості, уже наявними в психології; своїми видами психотерапії, які впливають із притаманних відповідному ступеню розвитку концепцій особистості, психотехніки яких уже присутні в психологічній допомозі й можуть бути використані для цілеспрямованого становлення та закріплення потрібних психічних механізмів саморозвитку особистості.

Основоположними психічними механізмами саморозвитку особистості, через які розкриваються інші похідні від них психічні механізми саморозвитку особистості, є механізм розототожнення з імпліцитними невідрефлексованими цінностями, які в ході онтологізації, соціалізації, акультурації, персоналізації були привласнені, трансформовані в переживані смисли, вибудувалися в характерну саме для цієї особистості ієрархію, спонукали до породження відповідних собі життєвих актів, і механізм ототожнення зі свідомо вибраними особистістю відрефлексованими експліцитними цінностями, які, будучи трансформованими в провідні сенси ієрархії смислів, спонукають до породження актуально контрольованих життєвих актів, через посередність котрих ця особистість може перейти на наступний ступінь розвитку. Основоположний механізм саморозвитку ототожнення – розототожнення працює через зсув провідного сенсу ієрархії смислів особистості на принципово нову мету, завдяки чому смислове поле



відв'язується від попередньої ієрархії смислів і перебудовується в нову, яка притаманна вже смислового полю наступного ступеня розвитку, а закріплює трансформовану ієрархію смислів на смислового полі наступного ступеня розвитку вже характерний саме для нього психічний механізм саморозвитку.

**Висновки.** Саморозвиток і деградація особистості здійснюються через переломні переживання, які є відгуком на перепони в поступі реалізації її провідних сенсів ієрархії смислів у нинішніх обставинах; через принципово нову мету як новий ідеальний смисл, який ще не ввійшов у наявну ієрархію смислів і тому має нестачу спонукання для породження відповідних собі життєвих актів; через вольове зусилля особистості, яке тимчасово забезпечує спонукою відповідні принципово новому ідеальному смислу породжувані життєві акти; через психічні механізми саморозвитку, які забезпечують стабільне й звичне породження відповідних новому провідному смислу життєвих актів, оскільки за ними стоїть спонукання від введеного в ієрархію смислів принципово нового провідного смислу, під який перебудувалася вся ієрархія і який на опорі розвинених при доланні переломних переживань психічних механізмів саморозвитку формує під себе нове смислове поле, котре стає відповідним наступному ступеню розвитку.

Завдяки успішному розв'язанню зламного конфлікту в ієрархії смислів і переходу на наступне принципово нове смислове поле в особистості на кожному ступені розвитку виникають ствердні ознаки та здатності, які засвідчують становлення потенціалу особистості: нарощується внутрішня цільність, розвивається більша здатність осягнення реальності та результативного діяння.

Людство нині зіткнулося з *глобальними планетарними проблемами*, які породила людина своїм споживацьким насильством над природою, спільнотою, іншою людиною й самою собою. Духовна сторона нової постнекласичної парадигми світовзаємодії спрямовує людину на таку перебудову її ієрархії смислів, коли провідним сенсом стає не прагнення панувати над природою, спільнотою, іншою людиною й самою собою, а прагнення ненасильно та адекватно співробітничати з цими сутностями, які є підсистемами Всесвіту як складної, відкритої та нелінійної системи. Розв'язання глобальних проблем людства лежить у площині перебудови ієрархії смислів пересічної людини з егоцентричної на світоцентричну та в активації

духовного потоку психіки; одним із суттєвих засобів такої перебудови особистості є *духовні практики*. *Медитація*, яка є стрижнем духовної практики, придушує завелику активність лівої півкулі головного мозку, яка проявляється нескінченим внутрішнім діалогом, цілеспрямованим досягненням внутрішньої мовчанки й активує праву півкулю головного мозку тимчасовим захопленням образного світоосягнення.

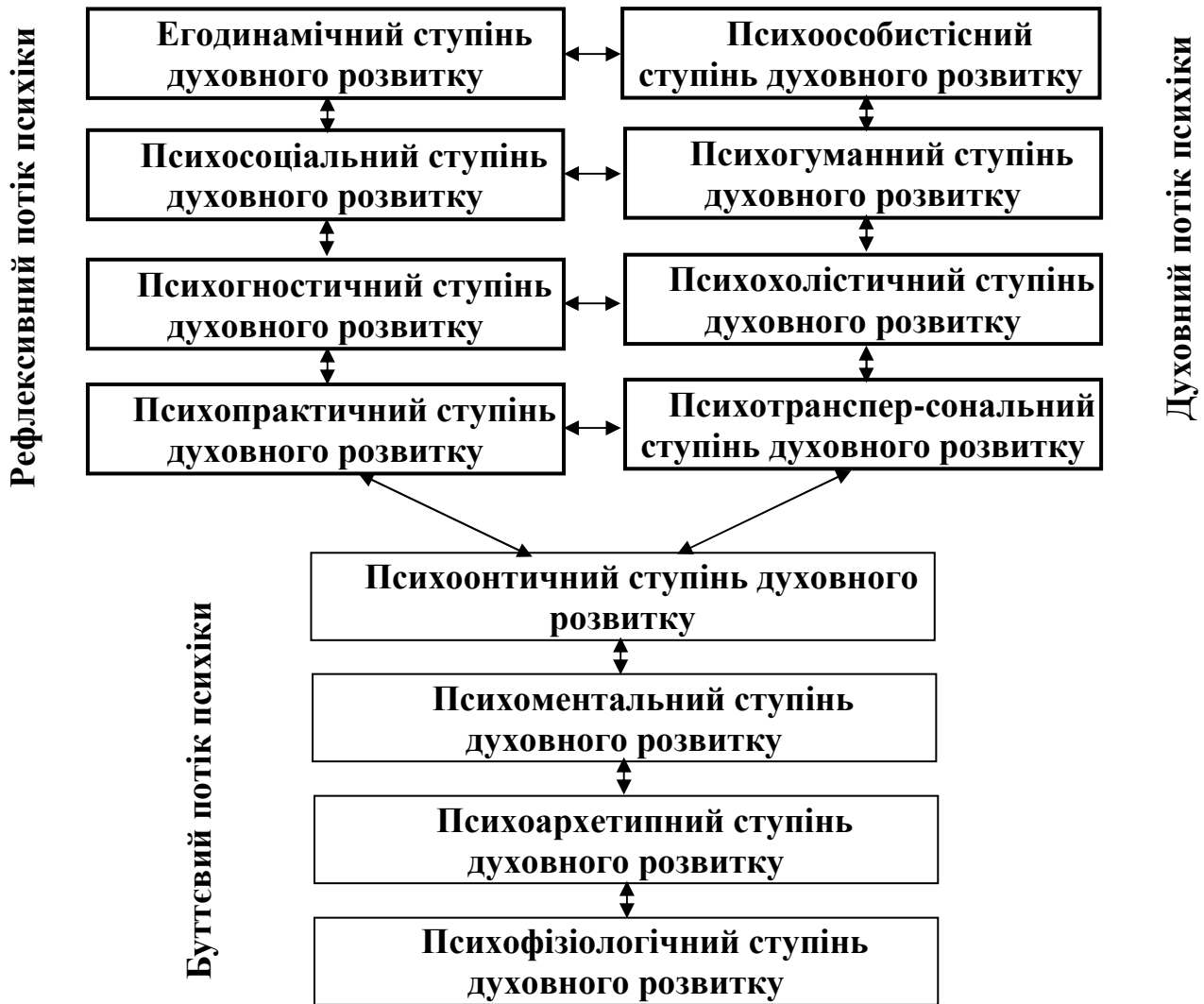


Схема засад саморозвитку особистості (за О. П. Колісником)

Кожен ступінь духовного розвитку характеризується своїм смисловим полем; своїм переломним переживанням; своєю принципово новою метою як новим ідеальним смислом, який ще не ввійшов в ієрархію смислів і тому має нестачу спонування для породження життєвого акту; своїм психічним механізмом саморозвитку особистості; своїм набором методик і технік для цілеспрямованої постановки потрібного психічного механізму саморозвитку; своєю концепцією особистості.

*Література*

1. Колісник О. П. Психологія духовного саморозвитку особистості : монографія / О. П. Колісник. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. держ. ун-ту ім. Лесі Українки, 2007. – 400 с.  
Kolisyuk O. P. Psikhologiya dukhovnogo samorozvytku osobystosti : monografiya / O. P. Kolisnyk. – Lutsk : RVV “Vezha” Volyn. derzh. un-tu im. Lesi Ukrayinki, 2007. – 400 s.
2. Колісник О. П. Духовний саморозвиток української нації : монографія / О. П. Колісник. – Луцьк : РВВ «Вежа» Волин. нац. ун-ту ім. Лесі Українки, 2012. – 321 с.  
Kolisyuk O. P. Dukhovnyy samorozvytok ukrayinskoyi natsiyi : monografiya / O. P. Kolisnyk. – Lutsk : RVV “Vezha” Volyn. nats. un-tu im. Lesi Ukrayinki, 2012. – 321 s.
3. Колісник О. П. Духовний саморозвиток особистості : монографія / О. П. Колісник. – Луцьк : ПП Іванюк В. П., 2015. – 476 с.  
Kolisyuk O. P. Dukhovnyy samorozvytok osobystosti : monografiya / O. P. Kolisnyk. – Lutsk : PP Ivanyuk V. P., 2015. – 476 s.

УДК 159.922.8

**Є. М. Коць**

Received: December 02, 2016

Revised: February 20, 2017

Accepted: March 12, 2017

**ФЕНОМЕН СОЦІАЛЬНОЇ ТРИВОЖНОСТІ  
ЯК НАУКОВА ПРОБЛЕМА**

У статті здійснено теоретичний аналіз феномену соціальної тривожності. Розкрито сутність і значення цього феномену у студентському віці та його взаємозв'язок із проблемою соціальної адаптації особистості, проблемою формування особистісних якостей та адекватної самооцінки і самоставлення студентів. Визначено, що позитивна соціальна взаємодія із оточенням є не тільки запорукою відчуття психологічного комфорту, а й успішності навчання. Обґрунтовано, що студенти, що страждають соціальною тривожністю, більш схильні до низьких оцінок через свій страх виступати перед групою, відповідаючи на семінарських чи практичних заняттях. Страх відповідати перед екзаменатором, викликаний саме соціальною тривожністю, може призвести до ступору, та, як