



Визначена тенденція жінок пов'язувати успіхи у навчанні представників двох статей з розвитком волевої сфери. Чоловіки виявляють більшу схильність приписувати успіхи у навчанні розвитку емоційної сфери особистості (егоїстичність, гордість). Жінки сприймають себе більш варіативними в використанні власних ресурсів в досягненні успіхів в стосунках з чоловіками (і волевої якості, і гнучкість поведінки, і висока самооцінка). І жінки, і чоловіки виявляють схильність пов'язувати успіх чоловіків у стосунках з жінками з розвиненістю в них волевих якостей особистості. Можна говорити про існування негативного образу жінки, що досягає успіху в кар'єрі, в уявленнях чоловіків, які вважають їх егоїстичними та гордими, при цьому, себе описують як високо відповідальних. Жінки ж уявляють успішного в кар'єрі чоловіка як наполегливого, здатного докладати волевої зусилля для досягнення цілей.

В подальших дослідженнях ми зосередимо увагу на визначенні впливу гендерних ролей на характер

суб'єктивних уявлень молоді стосовно факторів, що визначають успішність чоловіків та жінок.

Література:

1. Батурич Н.А. Психология успеха и неудачи : учебное пособие [Электронный ресурс] / Н.А. Батурич. – Режим доступа : cl.rushkolnik.ru/tw_files2/urls_79/11/d-10429/7z-docs/1.pdf.
2. Истюфеева Ж.Н. Субъективные ресурсы достижения успешности личности : на примере профессионально-педагогической деятельности : дис. ... на соискание науч. степени канд. псих. наук [Электронный ресурс] / Жанна Николаевна Истюфеева. – Режим доступа : dissercat.com/content/subektivnye-resursy-dostizheniya-uspeshnosti-lichnosti-na-primere-professionalno-pedagogiche.
3. Матеюк О.А. Успешность личности : сущность та зміст феномену [Электронный ресурс] / О.А. Матеюк // Вісник Національної академії Державної прикордонної служби України. Психологічні науки. – 2012. – № 4. – Режим доступа : archive.nbuv.gov.ua/e-journals/Vnadsps/2012_4/12moaszf.pdf.
4. Хекхаузен Х. Психология мотивации достижения / Х. Хекхаузен. – СПб. : Речь, 2001. – 256 с.

УДК 156.922

САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ ЯК ІНТЕГРАТИВНА РИСА ОСОБИСТОСТІ

Стрілецька І.І., магістр кафедри практичної психології
Херсонський державний університет

У статті здійснено теоретичний аналіз теорії самоактуалізації як вродженої тенденції людини прагнути до максимально повної реалізації свого потенціалу.

Ключові слова: самоактуалізація, особистісне зростання, мотивація, потенціал.

В статье осуществлен теоретический анализ теории самоактуализации как врожденной тенденции человека стремиться к максимально полной реализации своего потенциала.

Ключевые слова: самоактуализация, личностный рост, мотивация, потенциал.

Striletska I.I. SELF-ACTUALIZATION AS AN INTEGRATIVE PERSONALITY TRAIT

In this article the theoretical analysis of the theory of self-actualization as an innate human tendency to strive for the fullest realization of its potential.

Key words: self-actualization, personal growth, motivation, potential.

Постановка проблеми. Актуальність теми пов'язана з потребою вивчення та оптимізації можливостей самоактуалізації, саморозвитку, самовдосконалення особистості. Для окремого індивіда самоактуалізація постає як проблема з того часу, відколи вона відчуває себе не лише складовою частиною суспільства, а й усвідомлює свою індивідуальність у процесі взаємин з іншими шляхом обміну сутнісними силами, тобто почуттями, емоціями, вміннями, навичками, знаннями, здібностями, потребами. Для суспільства самоактуалізація особистості починає відігравати справді позитивну роль у тому випадку, коли воно усвідомлює цінність, неповторність кожної окремої людини і починає використовувати її сутнісні сили.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. У сучасній психології проблема самоактуалізації займає одне з центральних місць і пов'язана в першу чергу з гуманістичним напрямком А. Маслоу, К. Роджерс, К. Гольдштейн, В. Франкл. У радянській та вітчизняній психології проблема розвитку особистості в аспекті самоактуалізації знайшла відображення у працях Б.Г. Ананьєва, К.А. Абульханової-Славської, Л.І. Анциферової, О.Г. Асмолова, І.Д. Бєха, Л.І. Божович, М.Й. Боришевського, Б.С. Братуся, Л.С. Виготського, Г.С. Костюка, О.М. Леонтьєва, С.Д. Максименка, В.В. Рибалки, С.Л. Рубінштейна, В.О. Татенка, Т.М. Титаренко, Л.В. Сохань та ін.

Основні завдання:

- 1) проаналізувати стан теоретичної розробки проблеми самоактуалізації у науковій літературі;
- 2) зробити психологічні висновки згідно з поставленою метою статті;
- 3) визначити перспективу подальшого вивчення теорії самоактуалізації.

Мета: теоретично обґрунтувати поняття самоактуалізації як інтегративної риси особистості.

Виклад основного матеріалу. Стикаючись з великою кількістю можливих варіантів проживання свого життя, людина змушена інтенсивно усвідомлювати свій життєвий досвід і шукати власний шлях розвитку. У таких умовах стають особливо актуальними такі категорії людського існування як свідомість буття, індивідуальність самовираження, креативність, автентичність, розвиток своїх можливостей, самоздійснення або самоактуалізація. Теорія самоактуалізації є ключовим системоутворюючим елементом гуманістичного напрямку в психології.

Гуманістична психологія виходить з положення про те, що прагнення до осягнення справжніх цінностей буття та їх здійснення в практичній діяльності є необхідним чинником повноцінного розвитку людини. Вона вважає головним напрямком перетворення суспільства та його соціальних інститутів так, щоб кожна людина протягом життя максимально розвивала свої здібності та реалізувала їх на благо суспільства і

на користь собі. У центрі її уваги знаходиться проблема виховання та розвитку гармонійної і компетентної особистості, максимально реалізує свій потенціал в інтересах особистісного й суспільного зростання. Вона пропонує теорію самоактуалізації як метод вирішення цієї проблеми. Самоактуалізація (етимологічно від слова «актуалізація») означає перехід зі стану можливості в стан дійсності, тому сенс самоактуалізації як процесу саморозвитку особистості найбільш точно виражає слово «прояв». Проявити себе – виявити свої можливості, здібності. Через активний прояв особистості пояснюють процес самоактуалізації провідні представники екзистенційно-гуманістичного спрямування (К. Гольдштейн, Е. Десі, А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорт, Р. Райн, К. Роджерс, В. Франкл).

У психологічній літературі самоактуалізація визначається як – прагнення людини якомога більше виявити, розвинути і реалізувати свої можливості, прагнення особистості бути такою, якою вона може бути [4; 5; 7].

Вперше термін «самоактуалізація» як наукову категорію ввів К. Гольдштейн. Він пропонував розглядати симптоми в контексті особистості пацієнта, засновуючи на цьому свою теорію когнітивної реабілітації. Він пояснював ряд змін в поведінці хворих з ушкодженням мозку за допомогою поняття «самоактуалізації» і «самореалізації». Згідно з К. Гольдштейном, «самоактуалізація позначає здатність перебудови організму під впливом травми». Він стверджував, що самоактуалізація є основним і єдиним мотивом організму, що служить передумовою для самореалізації всього організму, основою розвитку, самовдосконалення, творчої тенденцією особистості. К. Гольдштейн вважає, що нормальний, здоровий організм – це той, в якому «тенденція до самоактуалізації діє зсередини і який долає складнощі, що виникають через зіткнення із зовнішнім світом не на основі тривоги, але завдяки радості перемоги» [6].

Теорією самоактуалізації займалися і займаються багато науковців, але одними з найбільш відомих позицій щодо даної проблеми є концепції Абрахама Маслоу і Карла Роджерса. Розглянемо основні тези їхніх теорій. У гуманістичній психології А. Маслоу основними концептуальними визначеннями є потреби і мотиви особистості. Мотив є стан потреби в об'єктивних умовах, предметах, об'єктах, без якої неможливий розвиток і існування живих організмів, їх життєдіяльності. Потреба розглядається як особливий психічний стан індивіда, що відчувається чи усвідомлюється ним «напруга», «незадоволеність», «дискомфорт», як відображення в психіці людини невідповідності між внутрішніми і зовнішніми умовами діяльності [6;7;8].

Вихідним моментом формування їх є соціальна обумовленість положення людини в середовищі. Найбільш елементарними потребами людини є потяг, який найближче стоїть до інстинктів. За джерела формування, походження всі потреби поділяються на біологічні та соціальні потреби фізичного і соціального існування людей. У ході розвитку людського суспільства не тільки розширюється і якісно змінюється коло біологічних потреб, але постійно виникають і специфічно людські – соціальні потреби. Істотні риси людських потреб – це об'єктивність походження, їх історичний характер, залежність від практичної діяльності, соціальна обумовленість. Людські потреби різноманітні: збереження виду і потреба в діяльності, потреба сенсу життя і потреба у свободі, праці, пізнанні, спілкуванні. Так основним надбанням Абрахама Маслоу стала розроблена ним «ієрархія потреб», яку стали називати «Піраміда Маслоу».

Всі людські істоти набувають однаковий набір мотивів чинності генетичної спадковості і соціальної взаємодії. Деякі мотиви більш фундаментальні або критич-

но значимі, ніж інші. Найбільш базові мотиви повинні бути задоволені до мінімального рівня, перед тим як активуються інші мотиви. Після задоволення базових мотивів починають діяти вищі мотиви, де «верхівкою піраміди» є самоактуалізація [4; 8, с. 487-495].

А. Маслоу використовував поняття «самоактуалізація» в контексті вивчення людини як унікальної, цілісної, відкритої і саморозвивається системи. В центрі концепції самоактуалізації лежить віра в індивідуальний досвід людини, здатність відкривати і виявляти в собі унікальний особистісний потенціал, самостійно визначати напрям і способи особистісного зростання. Спонукаючою причиною самоактуалізації виступає не протиріччя, а узгодження між внутрішньою натурою людини і рішеннями, які він приймає як діяч. На думку Маслоу, самоактуалізація передбачає відповідальність за те, що говорять і що робить людина. Маслоу стверджує, що взяття на себе відповідальності за результати діяльності є важлива умова самоактуалізації. «Кожен раз, беручи на себе відповідальність, людина самовдосконалюється». Він стверджує, що не можна робити самоактуалізацію метою свідомих зусиль. Чим більше завзяття людини стати самоактуалізованою особистістю, чим сильніше він тягнеться до вищих переживань, тим наполегливіше ці стани тікають від нього. Секрет самоактуалізації в тому, щоб присвятити всю старанність, яка тільки є в людини, улюбленій справі і тоді переживання триумфу від гарно виконаної роботи стане швидкоплинним моментом самоактуалізації. Важливою умовою самоактуалізації є високий рівень усвідомленості сильних і слабких сторін своєї особистості, а також готовність відмовитися від психологічних захистів. Тільки за цієї умови людина може адекватно зрозуміти своє покликання і зробити його дорогою до самоактуалізації [3; 4; 8, с. 495-503].

Згідно з К. Роджерсом, вся поведінка надихається і регулюється якимсь мотивом, який він назвав тенденцією актуалізації. Він являє собою «власливу організму тенденцію розвивати свої здібності, щоб зберегти і розвинути особистість». У контексті теорії Роджерса тенденція самоактуалізації – це процес реалізації людиною протягом усього життя свого потенціалу з метою стати повноцінно функціонуючою особистістю [6; 7].

Відповідно до теорії Г. Олпорта, особистість являє собою «розвивається і відкриту психофізіологічну систему, ядро якої становить людське Я». Особливістю цієї системи є прагнення особистості до реалізації свого життєвого потенціалу, до самоактуалізації і до того, щоб мотиви, які виникають на біологічній ґрунті, в подальшому можуть стати незалежними від неї і функціонувати самостійно [5].

Б.С. Братусь розглядає в особистості тенденцію до самоактуалізації як «творчу активність психіки людини, її вплив, як і на соціальні суспільні процеси, так і на власний розвиток [1].

У філософсько-методологічному і культурологічному аспектах теорія самоактуалізації розвивається в теоріях особистості Л.І. Антропова, І.А. Вітина, Н.Л. Кулик, К.Ч. Мухамеджанова. Самоактуалізація особистості розглядається ними як джерело, що спонукає до пошуку сенсу життя і як фактор духовного зростання. Н.Л. Кулик бачить в самореалізації реальний процес перетворення діяльнісних характеристик людини, її сутнісних сил у спосіб людського буття, в «світ людини», в предметний світ людської культури. Творча самодіяльність людини в даному аспекті виступає як спосіб самоздійснення особистості, як внутрішній зміст цієї діяльності і єдино гідний людини і суспільства спосіб буття. Цьому співзвучні погляди І.А.Вітина, який вважає поняття «самоактуалізація» центральним у сучасному науковому гуманітарному вченні. На його думку, самоактуалізації розглядається



як безперервний процес, що передбачає усвідомлення особистістю перспективи власного та суспільного розвитку, уміння бачити альтернативи, усвідомлення відповідальності за свій вибір, оволодіння індивідуальним стилем діяльності завдяки справі, яку робить людина [8].

В.І. Слободчиков і Є.І. Ісаев розглядають особистість людини з філософсько-антропологічної позиції як персоналізовану, самовизначену самість серед інших, для інших, і лише таким чином – для себе. У цьому сенсі самоактуалізація є процес становлення людини суб'єктом власної життєдіяльності, і вимагає засвоєння ним норм і способів людської діяльності, основних пріоритетів і цінностей, що регулюють спільне життя людей в суспільстві. Зрозуміти свою самість в істинному, повному значенні цього слова – значить розпізнати в ній ідеальну, очевидно осмислену необхідність буття в світі дійсності. Тільки усвідомлення цієї істинно духовної відкрити свою суб'єктивну реальність як проекцію самості.

Л.А. Коростилева розглядає самоактуалізацію як здійснення можливостей розвитку «Я» за допомогою власних зусиль, співтворчості, співпраці з іншими людьми, соціумом і світом в цілому.

Новітні тенденції у вивченні самоактуалізації пов'язані зі зміщенням інтересу дослідників на вивчення межових моментів самоактуалізації, що виникають у тих випадках, коли позитивне рішення в проблемно-конфліктній ситуації вкрай тяжке або навіть неможливе на підставі раніше засвоєних шаблонів поведінки. Самоактуалізація є також постійний процес розкриття своїх потенційних можливостей. Це означає застосування своїх здібностей і розуму, а саме «робити добре те, що ти хочеш робити» [2; 7].

Таким чином, самоактуалізація – це прагнення особистості реалізувати свій потенціал у тій сфері, в якій вона бачить своє покликання. Спонування, прагнення, наміри, інтереси, цілі і завдання, які людина ставить перед собою, пов'язані з поняттям мотивації потреб.

Про значний інтерес вчених до проблеми мотивації свідчить той величезний масив напрацювань і різних, часто протилежних концепцій, які відомі на сьогоднішній день. Найбільш вагомий внесок в пізнання людини як унікального, цілісного об'єкта дослідження внесла гуманістична психологія (Дж. Дьюї, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, С. Френе), яка вивчає здорові, гармонійні особистості, які досягли вершини особистісного розвитку, вершини «самоактуалізації». Прихильники гуманістичного підходу в психології розуміють самоактуалізацію як багатомірну особистісну категорію, яка складається з різних особистісно-професійних орієнтацій, бажання реалізувати свій життєвий потенціал і являє собою основний мотив і мету життя. Основними характерними особливостями самоактуалізуючої особи є: повне прийняття реальності; прийняття інших і себе; професійна захопленість; стала новизна, свіжість оцінок; саморозвиток, прояв здібностей, любов, життя; готовність до вирішення нових проблем, до усвідомлення свого досвіду і справжнього розуміння своїх можливостей. Умови самоактуалізації – це свідоме визначення і вироблення особистістю своїх орієнтирів і своєї основної життєвої мети; знання основних шляхів і методів досягнення своєї стратегічної мети і нарешті, осмислення свого призначення.

Висновки. Проаналізувавши основні теоретичні підходи до поняття і сутності самоактуалізації як інте-

гративної риси особистості можна стверджувати, що самоактуалізація – це процес актуалізації людиною власних потенціалів та використання їх як засобів реалізації сенсу життя. Процес самоактуалізації тісно переплітається з процесом життєтворчості, виступаючи часом передумовою, а часом – результатом останньої. У цьому контексті самоактуалізація починає діяти як механізм саморегуляції соціальної поведінки особистості таким чином:

- у процесі самоактуалізації формується та усвідомлюється специфічна система ціннісних орієнтацій, що визначають характер змісту та засобів досягнення провідних життєвих цілей особистості і тому складають основу саморегуляції її соціальної поведінки;

- у процесі самоактуалізації розвивається соціально-конструктивна життєва позиція, що передбачає усвідомлення необхідності творчої взаємодії з соціальним середовищем на основі прийняття особистістю відповідальності за побудову власного життя, ставлення до оточуючих як до суб'єктів життя, а не засобів досягнення власних цілей, інших цінностей самоактуалізації;

- у процесі самоактуалізації викристалізовується компетентність особистості в часі. Вона передбачає таку єдність часової перспективи у свідомості людини, за якої минуле сприймається лише як джерело досвіду, майбутнє – лише як сфера цілепокладання, а теперішнє – як єдиний доступний активності часовий вимір.

Таким чином, самоактуалізацію в психології розуміють як багатовимірну особистісну категорію, яка складається з різних особистісно-професійних орієнтацій і являє собою основний мотив і мету життя.

Перспективою подальшого вивчення теорії самоактуалізації ми вбачаємо у дослідженнях особистісного розвитку різних вікових груп, так як, самоактуалізація є безперервним процесом, що триває все життя і визначається системою життєвих факторів. Це дозволить відстежити динаміку процесу самоактуалізації індивіда на різних етапах його особистого і суспільного життя, а також детермінацію цього процесу.

Література:

1. Братусь Б.С. К проблеме развития личности в зрелом возрасте / Б.С. Братусь // Вестник Московского университета. Сер. 14. Психология – 1980. – № 2. – С. 32–41.
2. Коростилева Л.А. Самореализация личности в профессиональной сфере: генезис затруднений / Л.А. Коростилева // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 5 / Под ред. Г.С. Никифорова, Л.А. Коростилевой. – СПб. : С.-Петербургский университет, 2001. – С. 3–23.
3. Крайг Грэйс Психология развития / [пер. с англ. Н. Мальгиной, Н. Мироновой, С. Рысевой, Е. Турутиной] / Грэйс Крайг, Дон Бокум. – 7-е изд. – СПб. : Питер 2005. – 940 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).
4. Маслоу Абрахам Мотивация и личность / [пер. с англ. А. М. Татлыбаевой] / Абрахам Гарольд Маслоу. – 2-е изд. – СПб. : Питер, 2006. – 352 с.
5. Олпорт Гордон Становление личности. Избранные труды / [пер. с англ. Л. Трубицкой и Д. Леонтьева] / Гордон Олпорт. – М. : «Смысл», 2002. – 462 с.
6. Роджерс Карл. Взгляд на психотерапию. Становление личности / [пер. с англ. М.М. Исениной] / Карл Роджерс. – М. : «Прогресс», 1998. – 480 с.
7. Роджерс Карл Теория личности / [пер. с англ. В. Лях и А. Хомик] / Карл Роджерс. – К. : Ваклер, 1997. – 320 с.
8. Хелл Ларри Теория личности / [пер. с англ. С. Меленевской и Д. Викторовой] / Ларри Хелл и Дэнис Зиглер. – 3-е изд. – СПб. : Питер, 2009. – 607 с.: ил. – (Серия «Мастера психологии»).