

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ: ПСИХОЛОГІЧНИЙ АСПЕКТ

Анотація. У статті розкриваються підходи психологів до самореалізації особистості; визначено самореалізацію як процес практичного втілення індивідуального творчого потенціалу особистості, що детермінований сукупністю уявлень про власні здібності, відображає міру можливостей актуалізації творчих потенцій особистості під час цілеспрямованої діяльності та орієнтується на відповідний результат. Самореалізація як форма суб'єктного буття особистості розкриває сутність реалізації людини в житті та повсякденній діяльності за допомогою власних зусиль і співтворчості з іншими людьми. Багатоаспектний розгляд самореалізації як цінності, умови та гарантії свободи особистості, як базової потреби, як безперервного динамічного процесу розвитку і вдосконалення особистості та як чинника психічного здоров'я і довголіття людини, презентує нові обрії розуміння цього феномену як збалансованого та гармонійного особистісного потенціалу життєздійснення. Зокрема, акцентовано увагу на таких аспектах: самореалізації особистості як феномену культури, оскільки самореалізація існує як аспект життєтворчості, що розв'язує суперечність між потребами і можливостями людини й на її основі відбувається діалектичний синтез загального, особливого і одиничного «вимірів» культури; проблеми самореалізації особистості в історичному ракурсі (Давньоіндійська філософія; філософія буддизму; філософія Китаю; філософія Античності; філософія Середньовіччя; гуманістична філософія Відродження, в епоху Просвітництва, у період Нового часу; ідеї українських філософів тощо).

Ключові слова: самореалізація особистості, самовдосконалення, психологічні дослідження.

Annotation. The article describes the approaches to the psychological self-realization; defined as a process of self-realization of the practical implementation of individual creative potential of the person, deterministic set of ideas about their own abilities, as far as

possible it reflects the actualization of creative potential of the person with purposeful activity and is focused the done result. Self-realization as a form of subjective life of the person reveals the essence of his realization of human life and every day activities through their own efforts and co-creation with others. The multifaceted consideration of self-realization as values, conditions and guarantees of individual freedom as the basic needs as a dynamic process of continuous development and improvement of the individual and as a factor of mental health and human longevity, represents new horizons for understanding this phenomenon as a balanced and harmonious personal potential vital work. In particular, focusing on the following aspects: self-determination a cultural phenomenon, as self-realization exists as an aspect of life creation that resolves the contradiction between the needs and capabilities of the person and on its basis there is a dialectical synthesis of the general, special and individual «dimensions» of culture; the problem of self-realization in historical perspective (ancient Indian philosophy, Buddhist philosophy, Chinese philosophy, ancient philosophy, medieval philosophy, humanistic philosophy of the Renaissance, the Enlightenment, the period of time the idea of the New Ukrainian philosophers, etc.).

Key words: self-realization, self-improvement, self-determination, psychological studies.

Постановка проблеми. Самореалізація — це усвідомлення особистістю того, чим вона володіє і чого вона хотіла б досягти, а також вибір практичних дій для втілення досвіду в реальну дійсність, закріпленої у визнанні цих досягнень іншими. Вагомим є доробок у контексті досліджуваної проблеми таких українських дослідників, які опікуються проблемою самореалізації особистості: Є. Борінштейн, Н. Кулик, Т. Луговська, В. Муляр, Н. Овчаренко, М. Недашковська, Є. Підвисоцька, Л. Циренова, Н. Юхименко та ін. Втім варто зазначити про відсутність єдиного підходу до визначення сутності самореалізації особистості.

В сучасних умовах актуальність проблеми самореалізації особистості зростає у зв'язку з такими особливостями нашого суспільства, як нестабільність, невизначеність, що характеризують практично всі сфери життя людини. У цих об'єктивних обставинах стає важливою проблема суб'єктивного вибору особистості. Новітні структурно-змістовні зміни сучасності ставлять людину перед необхідністю індивідуального вирішення складних питань, що характеризуються пошуком себе, з визначенням своїх можливостей і бажань, свого місця у світі, тобто питань, що безпосередньо визначають самореалізацію, з формуванням потреби у ній, з умінням бачити, знаходити, створювати умови, які сприятимуть переходу потреби у самореалізації з потенційної в актуальну, з пошуком простору для вияву самореалізації.

Аналіз попередніх досліджень. Самореалізацію особистості досліджували психологи: Р. Ассаджіолі (самореалізація та психічні розлади); Ф. Базаєва (аналіз феномена самореалізації в зарубіжній гуманістичній психології); Г. Балл (концепція самоактуалізації особистості в гуманістичній психології); В. Бочелюк (соціально-психологічні особливості самореалізації особистості в сучасному суспільстві); Г. Волинка (закономірності самореалізації і особистості, яка самореалізовується); Е. Галажинський (самореалізація особистості: погляд з позиції психоісторії); В. Демиденко (самореалізація: сутність, становлення, розвиток); Н. Кебіна (основи формування і самореалізації особистості); Л. Коростильова (особливості стратегій самореалізації і стилі особистості); Д. Леонтьєв (самореалізація і сутнісні сили людини); М. Садова (психологічні складові потенціалу самореалізації особистості) та ін.

Мета статті — з'ясувати особливості підходи до визначення самореалізації як чинника становлення особистості у психологічних дослідженнях.

Виклад основного матеріалу. Уперше термін «самореалізація» зустрічається в Оксфордському філософському і психологічному словнику (1902 р.), де вказується, що «самореалізація» (self-realization) означає здійснення можливостей розвитку «Я» [16].

Самореалізація є об'єктом досліджень філософів ще з часів Стародавньої Греції (Платон, Сократ, Аристотель). Н. Сегеда вважає це цілком закономірним, оскільки самореалізація особистості як соціальне явище постійно змінюється під впливом нових об'єктивних і суб'єктивних чинників, набуває нових характеристик, якостей, функцій, розкриття яких є предметом наукових пошуків у філософському, психологічному та педагогічному аспектах [15, с. 1].

Є. Підвисоцька розглядає проблему самореалізації особистості в історичному ракурсі. Прагнення людини до самореалізації можна назвати однією з фундаментальних рис людської свідомості, що характерна для людства на будь-якому етапі розвитку цивілізації, стверджує науковець. Уявлення людини про себе, про свою природу та призначення виникли задовго до становлення філософії як науки. Давньоіндійська філософія розглядає самореалізацію як досягнення досконалості та вищої моральності у момент злиття із вселенським Я. У філософії буддизму самореалізація простежується у соціальному аспекті. Філософія Китаю зосереджена на дослідженні орієнтації особистості на шанобливе і гуманне ставлення до соціального і природного світу як найважливішої сторони самореалізації. Античність зосереджує увагу не лише на теоретичному, а й на практичному аспекті зазначеної проблеми, що виявляється у тісному взаємозв'язку із самопізнанням та самовизначенням, та сприяє відкриттю людини як найвищої цінності. У філософії Середньовіччя ідеальним зразком особистісної самореалізації постає Бог. Гуманістична філософія Відродження змінила світоглядні акценти з релігійних цінностей на проблему вільної самореалізації. Виключного значення самореалізація набуває в епоху Просвітництва, що відстоювала намагання людства до самовдосконалення за допомогою розуму. У період Нового часу ідея самоактуалізації стосується не лише інтелектуальних здібностей, а й морального аспекту реалізації особистості. Українські філософи віддають перевагу розгляду самореалізації як процесу реалізації людиною своїх здібностей. У дискурсі філософської думки існували різні погляди на проблему самореалізації, що відображено у працях Сократа, Платона, Аристотеля, І. Канта, Г. Гегеля, Л. Фейєрбаха, Г. Сковороди, П. Юркевича [12, с. 6].

М. Недашковська, яка досліджувала самореалізацію особистості як феномен культури, вважає, що самореалізація існує як аспект життєтворчості, що розв'язує суперечність між потребами і можливостями людини; на її основі відбувається діалектичний синтез загального, особливого і одиничного «вимірів» культури; всезагальними культурними механізмами самореалізації особистості є предметність, соціальність, історичність, цілевизначальна активність та інші моменти людської діяльності, котрі беруть початок в суспільно-історичній практиці; інтенсивність самореалізації залежить від більшої чи меншої узгодженості всіх рівнів структури особистості, відповідності життєвих планів суб'єкта наявним культурно-історичним умовам його буття [10].

С. Рубінштейн вказував, що самореалізація – це один з найважливіших мотивів людської діяльності, прагнення випробувати і виявити свої сили і здібності, даний мотив найчастіше виступає супутнім в діяльності, що веде до самореалізації [13].

В основі феномену самореалізації особистості лежать проблеми розвитку, самовдосконалення людини, стверджує О. Артемова, наголошуючи, що поняття «самореалізація» часто вживають як синонім терміну «самоактуалізація», «реалізація своїх можливостей». Науковець вказує на дуже близькі явища, що позначають стійкі позитивні зміни в особистості, реалізацію її природного потенціалу: «індивідуацію» (К. Юнг), повну реалізацію справжніх можливостей (К. Хорні); внутрішню активну тенденцію до саморозвитку на зразок істинного самовираження (Ф. Перлз); прагнення людини до найбільш повного виявлення і розвитку можливостей і здібностей (К. Роджерс); прагнення людини стати тим, ким вона може стати (А. Маслоу) [1].

Концепція самореалізації особистості тісно пов'язана з розвитком гуманістичної психології (А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм та ін.), Найчастіше науковці пов'язують самореалізацію саме з професійною діяльністю, оскільки професійна сфера є однією з найважливіших у житті людини.

Психологічний аспект самореалізації полягає в розгортанні всіх особистісних потенціалів людини в будь-якому виді діяльності або сфері життя. Самореалізація особистості можлива за умови, що людина усвідомлює необхідність для неї життєвої самореалізації, вірить в своє індивідуальне призначення, бачить в ньому вищий сенс свого життя. Без усвідомлення людиною своїх здібностей, інтересів, життєвих уподобань самореалізація не може здійснитися. С. Зуєва вважає не менш важливою умовою самореалізації особистості усвідомлення людиною своєї інтегрованості в навколишній світ, її здатності до гармонійної і конструктивної взаємодії з іншими людьми і природою. Інструментальний аспект самореалізації особистості пов'язаний з наявними у людини знаннями, вміннями і навичками, що дозволяють їй виконувати конкретну трудову діяльність і вибудовувати системи відносин з людьми і соціумом. Зовнішня форма самореалізації особистості представлена активністю індивіда в професії, творчості, спорті, мистецтві, навчанні,

політичній та громадській діяльності тощо. Внутрішня форма є самовдосконаленням людини в різних аспектах: моральному, духовному, фізичному, інтелектуальному, естетичному [5].

Погоджуємося з Л. Коростильовою, яка вважає, що «самореалізація – це здійснення можливостей розвитку «Я» за допомогою власних зусиль, співтворчості, самодіяльності з іншими людьми (ближнім і далеким оточенням), соціумом і світом у цілому» [6, с. 52].

Самореалізація як форма суб'єктного буття особистості розкриває сутність реалізації людини в житті та повсякденній діяльності за допомогою власних зусиль і співтворчості з іншими людьми. Багатоаспектний розгляд самореалізації як цінності, умови та гарантії свободи особистості, як базової потреби, як безперервного динамічного процесу розвитку і вдосконалення особистості та як чинника психічного здоров'я і довголіття людини, презентує нові обрії розуміння цього феномену як збалансованого та гармонійного особистісного потенціалу життєздійснення, стверджує М. Садова. Потенціал самореалізації особистості розглядається як динамічне інтегративне утворення, що визначає ресурсні можливості розвитку людини, її здатності до оволодіння і продуктивного здійснення різних видів діяльності [14].

З. Крижановська на основі теоретичного аналізу психологічних досліджень з питань самореалізації особистості стверджує, що цей психологічний феномен виявляється в збалансованому й гармонійному розвитку різних аспектів особистості в її соціальній діяльності. Осмислення проблеми професійної самореалізації в науковій думці дало змогу їй уточнити визначення професійної самореалізації фахівця як усвідомлюваний, цілеспрямований процес об'єктивації професійно-особистісних якостей, які сприяють релевантному самовираженню в професійній діяльності через формування власної системи мотивів та визначення способів їх досягнення [7, с. 13].

Самореалізація є формою прояву самоорганізації людини і є інтегруючим фактором, з яким пов'язані розв'язання проблем життєвого самовизначення, вибору життєвого середовища, найбільш адекватного для здійснення і формування життєвих стратегій, у тому числі в межах професійного середовища [11].

Більшість сучасних авторів розуміють самореалізацію як свідомий, цілеспрямований процес розкриття й втілення сутнісних сил особистості в її різноманітній практичній діяльності, стверджує В. Гупаловська. На думку науковця, самореалізація — це опредметнення сутнісного потенціалу особистості у різноманітній соціальній діяльності. Основними сферами самореалізації особистості є приватне життя та професійна діяльність [3].

Е. Галажинський стверджує, що саморух, саморозвиток, властиві будь-яким відкритим самоорганізуючим системам. Розуміючи самореалізацію особистості як адекватний для людини, наділеної свідомістю, спосіб саморозвитку, вважає її іманентною, інваріантним ознакою, властивою усій природі, а не тільки природі людини.

Але вважаємо при цьому, що існує культурноісторичний діапазон, всередині якого відбувається перехід від самореалізації як супутнього явища, як неминучого компонента будь-якої взаємодії системи з оточенням, до самореалізації як усвідомленого способу існування особистості. Тільки в цьому випадку самореалізація починає визначати спосіб життя особистості, а багатовимірний світ людини виступає в своїх ціннісних координатах — як простір для самореалізації, самоздійснення і самотворення [2].

Таким чином, загалом термін «самореалізація» розуміють як процес, за якого відбувається реалізація потенціалу, своїх можливостей, здібностей, знань, умінь, навичок. Самореалізація є результатом виховання і самовиховання особистості. Таким чином, самореалізацію можна розуміти як виявлення і розвиток людиною особистісних здібностей у всіх сферах життєдіяльності.

Висновки. Отже, професійна самореалізація — це прагнення до самовдосконалення, одна із вищих потреб особистості, спрямована на постійне зростання власних можливостей, підвищення якості власної професійної діяльності. Вважаємо, що самореалізація є процесом практичного втілення індивідуального творчого потенціалу особистості, що детермінований сукупністю уявлень про власні здібності, відображає міру можливостей актуалізації творчих потенцій особистості під час цілеспрямованої діяльності та орієнтується на відповідний результат.

Література:

1. Артемова О.І. Професійна самореалізація особистості в сучасних умовах / О.І. Артемова // Освіта регіону: політологія, психологія, комунікації. — № 1. 2010. <http://social-science.com.ua/article/186>.
2. Галажинский Э.В. Самореализация личности: взгляд с позиции психоистории / Э.В. Галажинский // Сибирский психологический журнал. 2000. — №12 http://journals.tsu.ru/psychology/&journal_page=archive&id=1454&article_id=30105
3. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки : автореф. дис. канд. психол. наук : 19.00.01 загальна психологія та історія психології / Вікторія Анатоліївна Гупаловська. — Львів, 2005. — 18 с.
4. Зайцева А.В. Педагогічні умови творчої самореалізації майбутніх учителів музики в процесі виконавської діяльності : автореф. дис. канд. наук: 13.00.02 — теорія та методика музичного навчання / Алла Віталіївна Зайцева. Національний педагогічний університет імені М.П. Драгоманова, Київ, 2007. — 20 с.
5. Зуева С.П. Самореализация человека в профессиональной деятельности / Светлана Петровна Зуева // Концепт. 2013. — №2 (18). URL: <http://cyberleninka.ru/article/n/samorealizatsiya-cheloveka-v-professionalnoy-deyatelnosti> (дата обращения: 18.01.2017).
6. Коростылева Л.А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной среде / Л.А. Коростылева. — СПб. : Изд-во «Речь», 2005. — 222 с.
7. Крижановська З.Ю. Мотиваційні чинники професійної самореалізації фахівців дошкільних закладів : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07 / З.Ю. Крижановська ; Волин. нац. ун-т ім. Лесі Українки. — Луцьк, 2011. — 20 с.
8. Лебедик І.В. Підготовка майбутніх учителів іноземних мов до професійної самореалізації у процесі вивчення фахових дисциплін: автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / І.В. Лебедик ; Кіровоград. держ. пед. ун-т ім. В.Винниченка. — Кіровоград, 2007. — 18 с.
9. Матукова Г. І. Самореалізація як чинник становлення компетентності майбутніх економістів / Г. І. Матукова [електронний ресурс]. — Режим доступу: nbuv.gov.ua/portal/soc.../matyкова.pdf
10. Недашковская М.А. Самореализация личности как феномен культуры : автореф. дисс. ... канд. философ. наук. / М.А. Недашковская. — Киев, 1990. — 16 с.
11. Осьодло В.І. Психологічний зміст поняття «професійна самореалізація» суб'єкта / В.І. Осьодло http://www.nbuv.gov.ua/old_jrn/Soc_Gum/VKhnpu_psykhol/2010_35/19.html
12. Підвисоцька Є.О. Проблема самореалізації в соціально-філософських концепціях : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 09.00.03 — соціальна філософія та філософія історії / Євгенія Олексіївна Підвисоцька <http://www.pdpu.edu.ua/doc/vr/pidvisocka/aref.pdf>
13. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С.Л. Рубинштейн. — М.: Педагогика, 1989. — Т.1. — 488 с.
14. Садова М.А. Психологічні складові потенціалу самореалізації особистості: автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01 / М.А. Садова ; Волин. нац. ун-т ім. Л.Українки. — Луцьк, 2010. — 16 с.
15. Сегеда Н. А. Підготовка майбутнього вчителя музики до професійної самореалізації : автореф. дис. ... канд. пед. наук: 13.00.04 / Наталія Анатоліївна Сегеда. — Київ, 2002. — 18 с.
16. Continuing professional Development (CPD) of Medical Doctors. WFME Global Standards for Quality Improvement // WFME Office: University of Copenhagen, Denmark, 2003, — 29 p.