

ВИЗНАЧЕННЯ СУТНОСТІ ПОНЯТТЯ «САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ» В СУЧАСНИХ ПСИХОЛОГО-ПЕДАГОГІЧНИХ НАУКОВИХ ДОСЛІДЖЕННЯХ

Євграшина Олена

В сучасному суспільстві, яке характеризується високою динамікою змін, невизначеністю життєвих орієнтирів і посиленням індивідуалізації, особливої актуальності набуває проблема розвитку особистісного потенціалу людини. Одним із ключових механізмів реалізації цього потенціалу визнано самоактуалізацію – як процес повного розкриття особистістю своїх можливостей, цінностей, прагнень і творчих здібностей. Попри багаторічний інтерес науковців до цього феномену, у психолого-педагогічних дослідженнях спостерігається відсутність єдиного підходу до трактування сутності самоактуалізації, її критеріїв, умов формування та розвитку в освітньому просторі. Особливої уваги потребує вивчення того, як саме реалізується процес самоактуалізації у студентів, школярів, педагогів – у контексті їхньої навчальної, професійної діяльності.

Метою дослідження є визначення сутності поняття «самоактуалізація» в сучасних психолого-педагогічних наукових дослідженнях.

Самоактуалізація – ключовий аспект гуманістичної психології, який займає вершину "піраміди потреб" А. Маслоу. Вона сприяє самовираженню, реалізації здібностей і гармонійному розвитку особистості. Ідеї Маслоу залишаються актуальними, адже підкреслюють важливість внутрішнього потенціалу та сприятливих умов для саморозвитку [1, 3].

Розвиваючи ідеї А. Маслоу, К. Роджерс виділив такі співвідношення, що відображає структуру особистості, яка прагне самоактуалізації: *усвідомлення* (уявлення людини про себе); *адекватність* (стан особистості, що характеризує справжній зміст її саморозвитку), *активність* (власна динаміка особистості, джерело перетворень, спрямована на бажаний рівень свого особистісного розвитку та діяльність, що виступає як сфера самоактуалізації людини) [2].

Варто врахувати, що А. Адлер розглядає взаємозв'язок самоактуалізації

особистості з почуттям комплексу неповноцінності особистості. За наявності високого рівня даного комплексу, особистість може актуалізуватись ґрунтуючись на можливості отримати перевагу в життєвій ситуації, а єдність з особистісними компонентами домагання, бажання та інтересу викривлюються, а отже втрачають свій основний зміст [1, 4].

Е. Фромм трактує актуалізацію особистості як здатність задовольнити потреби *в розвитку духовності й автентичності*, створенні значущих та надійних стосунків та мотивів. Можливість самоактуалізуватись за концепцією Фромма можлива тільки за умови розвитку самоусвідомленості й прагненню до пізнання [1, 2]. *Соціогенетичний підхід* Е. Еріксона визначає самоактуалізацію як похідну структуру, що зумовлена особливостями психосоціального розвитку людини. Вчений звертає значну увагу на якість подолання особистістю кризових періодів у їх житті [1, 3].

Тенденції до самоактуалізації притаманний *гедоністичний характер*, оскільки вона завжди спрямована до побудови «кращого життя», дослідження, створення й впровадження змін у внутрішньому та зовнішньому світі, що також позитивно впливає на соціальну співпрацю. Значення взаємозв'язку людини зі навколишнім світом також є однією зі складових явища самоактуалізації. Р. Ассаджолі приділяв значну увагу необхідності розвитку духовних взаємен людини зі світом, собою, оточенням задля формування основоположних етично-моральних цінностей й наслідування героїчних, гуманітарних та альтруїстичних поглядів на життя [1, 4].

Екзистенційний напрям трактує самоактуалізацію як спосіб подолання життєвих труднощів та як процесів пошуку людини сенсу життя. Актуалізуватись за В. Франклом означає уміння знайти сенс завдяки цінностям та ідеалам, зуміти поглибити свої роздуми на несприятливу ситуацію й виявити можливість перевершити себе заради важливих етично-моральних цінностей [3, 4].

Українська психологічна школа вивчає самоактуалізацію, як значущий процес, що охоплює професійну реалізацію, покращення міжособистісної комунікацій,

формування життєвих цінностей та підтримку психологічного та духовного здоров'я. Перелічені чинники є взаємопов'язаними і передбачають гармонійне вираження особистісного потенціалу [3].

Представники *особистісно-розвивального підходу* трактують значення самоактуалізації як елемент можливості глибинного самопізнання та розвиток важливих складових особистості, що допомагають отримати бажаний результат. Шлях особистості до самореалізації індивідуальності проходить завдяки діям, які виступають інструментами духовного усвідомлення світу. На думку В. Зінченко, фундаментальна складова самоактуалізації в межах особистісно-розвивального напрямку вивчає розвинуту особистісну свідомість. Індивід в даному підході визначається носієм гарної соціалізації, оскільки в процесі комунікації індивід демонструє автономію та автентичність [1, 3, 4].

Г. Балл підкреслює важливість духовної складової у самоактуалізації, яка допомагає виходу за межі звичного «Я» та стимулює особистісне зростання. С. Максименко акцентує на гармонії біологічного і соціального в реалізації потенціалу особистості, враховуючи життєвий досвід. Баланс цих аспектів сприяє глибокому розвитку та розкриттю можливостей людини [1].

Зміст онтогенезу та психосоціального розвитку в процесі самоактуалізації індивіда розширює в своїх поглядах І. Булах, трактуючи головними факторами самоактуалізації такі аспекти зростання людини як особистості [1, 2, 4]:

1. Умови розвитку та дорослішання, психофізіологічні характеристики, рівень комунікативності та якість соціалізації.

2. Рівень сформованості свідомості, що завбачує розвиток психічних процесів, особистісної автономії та загальної самостійності.

Рівень розвитку особистісної та професійної самосвідомості, рівень вольової сфери.

Дослідник Л. Кобильнік погоджувався із фундаментальним значенням умов

особистісного розвитку в процесі самоактуалізації особистості. Доцільним у можливості якісно реалізувати особистий потенціал виступає важливе домагання індивіда використати саме ті структурні компоненти її особистості, які відрізняють її від інших [4].

На думку М. Садова, самоактуалізація виступає як складова системного процесу використання особистісних характеристик й умінь у буденному житті, основу саморозвитку та елементом прояву потенціалу завдяки сформованій мотиваційній спрямованості, загальній життєвій та соціальній взаємодії [3, с. 88].

Отже, варто підкреслити, що самоактуалізація особистості відводиться показником психологічної цілісності особистості, та іноді може слугувати процесом, сутнісні сили індивідуальності, що системно досягається завдяки розв'язанню багатогранних проблем індивіда між внутрішнім та суспільно бажаним. Особливу увагу в сучасних дослідженнях приділено умовам, що сприяють самоактуалізації, серед яких усвідомлення особистих цінностей, сприятливе соціальне середовище, психоемоційна підтримка, наявність життєвого сенсу та саморефлексії. У педагогічному контексті ці чинники можуть бути основою для створення освітнього простору, який підтримує особистісний розвиток, формує стійкість до стресу, адаптивність і креативність.

Таким чином, самоактуалізація постає як центральний механізм формування зрілої, автономної, духовно наповненої особистості, здатної до відповідального самовизначення й активної участі в суспільному житті.

Список використаних джерел

1. Дідик Н. Феномен особистісної зрілості в інтерпретації українських дослідників. Молодий вчений. 2014. 1 (03). С. 128–131.
 2. Кобильнік Л. Психологічний супровід процесу самоактуалізації особистості майбутніх фахівців. Проблеми сучасної психології. 2015. випуск 30. С. 268–278.
 3. Садова М. Психологічні складові потенціалу самореалізації особистості. Вісник Одеського національного університету. Психологія. 2009. том 14. № 17. С.102–109.
- у: The Original Positive Psychology. 2015. 26. Р. 123–131.