

## Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку

К. О. Милашенко

Кафедра психології Полтавського національного педагогічного університету імені В. Г. Короленка  
Corresponding author. E-mail: e.vysochinska@gmail.com

Paper received 08.02.20; Accepted for publication 24.02.20.

<https://doi.org/10.31174/SEND-PP2020-219VIII87-13>

**Анотація.** Стаття присвячена висвітленню особливостей самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку. Розкриті основні результати наукових пошуків чинників самоактуалізації особистості та специфіки даного процесу у дорослому віці. Подано результати факторного аналізу емпіричних даних, які характеризуються вираженість показників самоактуалізації дорослих та чинників даного процесу. Виокремлені закономірності кореляції цінностей, соціального та емоційного інтелекту як ресурсів самоактуалізації зі складовими компонентами даного процесу. Описано та обґрунтовано модель самоактуалізації в системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку, що описує процес самоактуалізації з точки зору його часової перспективи та змістовних характеристик – чинників, проявів у конкретний момент часу та перспектив розвитку.

**Ключові слова:** самоактуалізація, самоактуалізація особистості дорослого віку, чинники самоактуалізації, прояви самоактуалізації, перспективи самоактуалізації.

**Постановка проблеми.** Проблема самоактуалізації особистості є однією із найбільш актуальних для психологічної науки, оскільки виокремлення кола ресурсів особистості та визначення засобів її реалізації дозволяє забезпечити людині повноцінне життя в суспільстві, не лише ефективно функціонувати, але і розвиватися у житті, стверджуватись як особистість. Особливо актуальною проблема самоактуалізації постає у дорослому віці, коли особистість має певні результати власної діяльності, за якими вона може поставити питання про результативність свого життя. Також, значимим є питання виокремлення кола ресурсів самоактуалізації особистості дорослого віку, що дасть можливість розширити погляди на детермінацію становлення особистості та актуалізації її потенціалу і дозволить віднайти нові шляхи сприяння процесу самоактуалізації особистості в сучасних кризових умовах суспільства, спираючись на виокремлені закономірності і механізми її розвитку. Актуальність даної проблеми підкреслюється науковим протиріччям між наявними теоретичними позиціями стосовно процесу самоактуалізації і досягнення стану екзистенції та труднощами в їх емпіричному осягненні, операціоналізації з метою вивчення.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Самоактуалізація тривалий час виступає предметом наукового дослідження. Самоактуалізація у дослідженні Е. Фромма [11] виражена через поняття «плідна орієнтація» в житті людини, Істинна самість, яка розуміється як установка на реалізацію людиною властивих їй можливостей, доцільне використання своїх сил. Як зауважує Н.В. Старинська [8], основи вивчення самоактуалізації у вітчизняній психології зумовили осмислення сутності феномену «самоактуалізація» через категорії «діяльність», «спрямованість», «система відносин», «індивідуальність», «суб'єкт», «життєвий шлях»; використання для його трактування понять «актуальна потреба», «актуальна здатність», «актуальні та потенційні характеристики людини».

Зважаючи на актуальні дослідження серед чинників самоактуалізації особистості дорослого віку виділяють безліч. По-суті фактично весь пласт набутого життєвого досвіду може так чи інакше виступати передумовою самоактуалізації особистості у даному віковому періоді.

Проте, такі дані потребують конкретизації і систематизації, зважаючи на останні наукові дослідження. О.В.Лукашова [4], говорячи про самоактуалізацію в дорослому віці, зауважує, що стаючи повноцінним членом суспільства, доросла особистість набуває автономності, що визначає її можливість здійснювати життєво важливі вибори. Розширення сфер самореалізації (професійної, сімейної, тощо) дозволяє особистості отримати багатогранний досвід, необхідний для повноцінного вираження своїх потенційних можливостей.

Сучасні автори розглядають самоактуалізацію у зв'язку з різними психологічними явищами та процесами, орієнтуючи увагу, переважно, в напрямках вивчення самоактуалізації у контексті професійного становлення, подолання складних життєвих ситуацій, реалізації в сімейних стосунках, вивчення даного феномену як такого, тощо. Зокрема, А. Harrell [13] розглядає самоактуалізацію дорослої особистості у контексті професійного становлення у зв'язку із показниками психологічного благополуччя, екстраверсії, соціально-демографічними характеристиками та стійкістю до стресових факторів. На нашу думку, особливо важливими чинниками, що зумовлюють самоактуалізацію у дорослому віці і пов'язані з її екзистенційними ресурсами є система цінностей особистості (як інстанція, що відображає найбільш загальні вектори активності особистості, задає напрям її екзистенційного осягнення), емоційний і соціальний інтелект (як узагальнені характеристики особистості, що відображають дві важливі площини самоактуалізації особистості дорослого віку – ідентифікація та контроль емоційної сфери і системи соціальних контактів, в яких саме особистість і самоактуалізується).

Роль цінностей як ресурсу самоактуалізації особистості часто підкреслюється науковцями. В. Франкл [10] розглядає людину як суб'єкта пошуку власного сенсу життя у процесі самоактуалізації. Такий пошук здійснюється людиною в межах полярної напруги, де перший полюс представлений об'єктом (сенси), а другий полюс – суб'єктом (людина, яка повинна цей сенси знайти). Самоактуалізація в цьому аспекті видається як осягнення «творчих» цінностей, «цінностей переживання» і «цінностей відносин». У дослідженні Д.О. Леонтьєва [3] виявлено, що в основі мотивації діяльності самоактуалізо-

ваної особистості лежать такі цінності: істина, добро, краса, цілісність, єдність протилежностей, життєвість (процес, рух), унікальність, досконалість, необхідність, завершеність, справедливість, порядок, простота, багатство, легкість, гра, гнучкість, лабільність у реалізації своїх цілей, цінностей, самодостатність. Ці цінності орієнтують діяльність особистості до самоствердження, виступаючи ресурсом для даного процесу. При цьому, реалізація ролі цінностей у самоактуалізації особистості завжди вимагає врахування соціального контексту буття особистості – включення її до системи стосунків, перебування у різних групах, системі особистих ті виробничих відносин. Ці стосунки і відносини дозволяють особистості апробувати різні патерни поведінки та адекватно інтерпретувати роль досвіду в формуванні системи смислів і цінностей, що залежать від пропагованих суспільством і певною групою ціннісних ідеалів, які засвоюються через процеси осмислення та усвідомлення (В.А. Лаврінченко [2]). Спираючись на постульовані суспільством цінності, що переінтерпретуються у свідомості згідно з потребами людини, вона відмічає для себе нові шляхи самоактуалізації та оцінює якість досягнутого.

Особлива роль ціннісного компоненту в самоактуалізації особистості обумовлена відсутністю у людини впевненості у майбутньому через складні соціально-політичні та економічні процеси українського суспільства (К.В. Седих [7]), необхідністю людини пристосовувати свої індивідуальні цінності до постульованих цінностей суспільства в умовах кризи та невизначеності.

Проблема зв'язку процесу самоактуалізації із соціальним інтелектом особистості достатньо не однозначна і фактично не виступає предметом дослідження авторів наукових досліджень. Достатньо загальним і вичерпним є визначення соціального інтелекту, представлене Н.Л. Рудою [6], де дана якість визначається як складна динамічна структура особистості, яка представляє сукупність здібностей до пізнання соціальних явищ та детермінує успішність соціальної адаптації та взаємодії. На нашу думку, дане твердження вдало відображає єдність інтелектуального осягнення дійсності та регуляторних впливів на соціальну активність особистості, що складають суть соціального інтелекту. На сьогоднішній день фактично не представлені дослідження, де соціальний інтелект розглядається як чинник чи аспект самоактуалізації особистості, проте можемо стверджувати про наявність певних наукових даних про роль здібностей інтерпретації соціальної поведінки (що, фактично, складають соціальний інтелект) та регуляторних особливостей поведінки у процесі самоактуалізації. Даний зв'язок описується дослідниками у різних контекстах – у професійній самореалізації, у контексті формування соціальної креативності, прояву лідерських якостей як шляху самореалізації, розгляду самоактуалізації як сукупності компетентностей, тощо. Різні аспекти соціального інтелекту є вагомими показниками самоактуалізації особистості в професійному плані, особливо в професіях «людина-людина». Як зауважує Н.Л. Руда [6], соціальний інтелект є вагомою умовою самоактуалізації та успішної професійної діяльності психологів, юристів, викладачів, журналістів.

В.А. Толочек, О.В. Онищенко, В.І. Палей [9], серед ресурсів самоактуалізації особистості у сфері професій-

ної діяльності визначають чотири групи: індивідуальні ресурси людини, ресурси фізичного середовища, ресурси соціального середовища (культури) та ресурси взаємовідносин. Явища, які входять до складу соціального інтелекту, найбільшою мірою можемо віднести до останньої групи таких ресурсів – взаємовідносин. Так, автори визначають, що вагомим ресурсом самоактуалізації особистості в професійній діяльності є різні системи взаємовідносин з оточуючими (шлюб, консультування, навчання, виховання, патронаж, керівництво, лідерство, тощо). Значна роль здібностей до пізнання соціальних явищ у структурі даного ресурсу самоактуалізації в професійному становленні відображається в ефектах, до яких автори відносять задоволеність, зону найближчого розвитку, знання, уміння, мотивацію, зараження, навіювання, підражання, супротив, тощо. Дані ефекти реалізуються за допомогою тих же механізмів, що і складають зміст соціального інтелекту. Отже, соціальний інтелект чи виражені здібності до розуміння соціальних явищ (якщо мова не йде про соціальний інтелект як такий) є вагомим чинником самоактуалізації фахівців соціономічних професій. Проте, зв'язок соціального інтелекту та самоактуалізації особистості охоплює значно ширше коло питань та проявів, ніж професійне становлення особистості.

Роль емоційного інтелекту в процесі самоактуалізації людей дорослого віку також важлива, проте остаточно не вивчена. Закономірно, що спроможність успішно ідентифікувати, контролювати та виражати емоції як свої, так і оточуючих людей. Загалом, емоційна зрілість, що виражається у високому рівні емоційного інтелекту, дає дитині почуття комфорту та емоційної ефективності в середовищі. Тобто, адекватна емоційна поведінка є важливим чинником у взаємодії «особистість-середовище».

Узагальнюючи актуальні дослідження, підсумуємо, що роль емоційного інтелекту у процесі самоактуалізації особистості дорослого віку найбільш чітко і просто продемонструвати, виходячи із виділених різними авторами характеристик самоактуалізованої особистості, що входять і до сфери її емоційного інтелекту. Зокрема, до таких характеристик особистості відносять: містичні та вищі переживання (А. Маслоу [5]); здатність до спонтанної поведінки й вираженню своїх почуттів, прийняття агресії як природного прояву людської природи (Е. Шостром [12]); відкритість як вираження бажання любити й викликати любов (В.Шутс); відкритість досвіду, що містить емоційність і рефлексію (С. Мадді і Р. Нельсон-Джоус); безпосередність у вчинках і щирість у вираженні своїх думок і почуттів (В.В.Столін); здатність до ясного розуміння власних почуттів (К.К.Платонов). Тож, спроможність до чіткого вираження своїх емоцій, їх ідентифікації контролю є вагомою характеристикою особистості, що самоактуалізується. Відповідно, достатньо вагомим постає питання вивчення емоційного інтелекту як чинника самоактуалізації особистості.

У дослідженні G. Ordun, F. A. Akün [14] виявлені чіткі та однозначні кореляції між самоактуалізацією студентів вишів, їх емоційним інтелектом та піковими переживаннями, спроможністю до інтерпретації свого емоційного життя як ресурсу самоактуалізації особистості.

По суті, як соціальний, так і емоційний інтелект виступає одночасно і умовою і наслідком встановлення

ефективних зв'язків особистості у системі «особистість-середовище». Адже, як розуміння соціальних впливів і емоцій, так і їх контроль і модифікація своєї поведінки, що реалізуються в межах соціального й емоційного інтелекту, дають дитині можливість органічно «вписатися» в середовище свого життя та соціальні стосунки, так і відображають ступінь успішності такого «вписування».

Разом із тим, наявні психологічні дослідження не дають чіткого та системного розуміння сутності чинників та механізмів самоактуалізації особистості дорослого віку, відображають лише окремі аспекти даної проблеми. Тож, систематизація наукових та емпіричних даних і побудова на цій основі моделі самоактуалізації дорослої особистості є вагомим завданням сучасності.

**Мета статті** полягає в описі показників самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку та узагальненні результатів емпіричного дослідження у відповідній моделі.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні особливостей самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку використані методики «Діагностика самоактуалізації особистості, методика А.В. Лазукіна в адаптації Н.Ф. Каліної (САМОАЛ)», «Соціальний інтелект» (Дж. Гілфорд, М. Саллівен, адаптація О.С. Михайлової), «Опитувальник емоційного інтелекту (ЕмІн)» (Д.В. Люсін), «Ціннісний опитувальник» (Ш. Шварц). Дослідження проведено на вибірці з 75 досліджуваних дорослого віку.

Для систематизації емпіричних даних та виявлення їх узгодженості проведений факторний аналіз отриманих даних із застосуванням процедури Varimax-обертання з нормалізацією Кайзера. За результатами проведення факторного аналізу виявлено 10 факторів, які описують 87,18% загальної дисперсії ознак.

До змісту першого фактору «Ідеальні ціннісні уявлення як чинник самоактуалізації» (22,642% сумарної дисперсії, факторна вага становить 9,962) увійшли такі компоненти системи самоактуалізації особистості дорослого віку як ідеалізовані цінності: самостійність, стимуляція, доброта, універсалізм, безпека, конформність, традиційність, влада, досягнення, гедонізм. Даний фактор відображає властиві дорослій особистості ідеалізовані уявлення про систему власних цінностей, що виступають орієнтиром та еталоном їх життєдіяльності, організують систему їх ціннісного ставлення до процесу власної самоактуалізації, адже цінності, що лежать в основі даного процесу задають напрямок їх життєвої активності та її спосіб. Проте, як свідчать результати факторного аналізу, ідеалізовані ціннісні уявлення досліджуваних хоча і є орієнтиром їх самоактуалізації, проте не мають реального зв'язку із іншими компонентами системи самоактуалізації (що було описано вище на прикладі невідповідності ціннісних уявлень та реально діючих цінностей). Тобто, ідеалізований ціннісний компонент знаходиться дещо «осторонь» від інших компонентів самоактуалізації особистості в дорослому віці.

Другий фактор «Емоційний інтелект як чинник самоактуалізації особистості дорослого віку» (18,197% сумарної дисперсії, факторна вага становить 8,006) включає майже усі показники емоційного інтелекту досліджуваних – загальний показник розвитку емоційного інтелекту, розуміння емоцій, управління емоціями, сумарні показники внутрішньо особистісного і міжособистісного

емоційного інтелекту, показники міжособистісного розпізнавання та управління емоцій. До даного фактору не входить показник внутрішнього контролю експресії, що складає зміст іншого – 7 фактору. Зміст даного фактору охоплює майже всі прояви емоційного інтелекту як чинника самоактуалізації особистості дорослого віку, адже спроможність до розпізнавання та контролю власних емоційних проявів, їх ідентифікація у спілкуванні з оточуючими та контроль емоційних проявів інших людей – вагомі показники самоактуалізації особистості, її тотожності, автентичності, спроможності до глибоких та ефективних емоційних контактів з людьми. Також, цей фактор, відображає успішність особистості у розвитку навичок розуміння власного психічного життя, досягнення тотожності різних сфер психічного, що характерно для самоактуалізованої особистості.

Достатньо цікавим є зміст третього і четвертого факторів, адже вони відображають реально діючі цінності як чинники самоактуалізації особистості, однак дані цінності розподілені у різні фактори, не об'єднані в єдине «ціннісне ядро». Так, до третього фактору «Орієнтація на цінності соціуму та прийняття традицій як чинник самоактуалізації» (11,770% сумарної дисперсії, факторна вага становить 5,179) входять цінності конформності, безпеки, універсалізму, влади, традиційності і доброти. Зміст даного фактору охоплює так орієнтацію в самоактуалізації як прагнення особистості дорослого віку слідувати у власній поведінці нормам соціального життя контактувати з оточуючими, перебувати з ними у єдності, що є реальною ціннісною основою для самоактуалізації в дорослому віці.

Натомість, зміст четвертого фактору має дещо іншу семантику. Так, якщо в третьому факторі мова йде про орієнтацію на цінності соціуму, конформізм та взаємодію з оточуючими, то четвертий фактор «Реалізація в житті і отримання задоволення як прояви самоактуалізації» (9,086% сумарної дисперсії, факторна вага становить 3,998) відображає семантику активної життєвої реалізації, досягнення та, одночасно, направленості на гедоністичні прояви, зовнішнє стимулювання особистісного розвитку. Відповідно, до даного фактору входять реально діючі цінності досліджуваних – самостійність, досягнення, стимуляція та гедонізм.

П'ятий фактор «Соціальний інтелект як чинник самоактуалізації особистості» (6,688% сумарної дисперсії, факторна вага становить 2,943) включає такі показники досліджуваних як загальний показник соціального інтелекту, здатність передбачувати наслідки поведінки людей в відповідальній ситуації, передбачення майбутнього (С1), здатність до логічного узагальнення, виділення суттєвих ознак у невербальних реакціях людини (С2), здібність розуміти зміст значень подібних вербальних реакцій людини в залежності від контексту ситуацій, які їх викликали (С3). Семантика даного фактору охоплює важливість розуміння різних вербальних і невербальних реакцій людини у процесі самоактуалізації особистості, адже процес самоактуалізації передбачає розширення різноманітних ідентифікаційних здібностей розпізнавання соціальної поведінки. Відповідно, можемо передбачити, що самоактуалізована особистість спроможна до успішного розуміння та інтерпретації поведінки людей. Цікаво, що до даного фактору не увійшов показник С4 як компонент соціального інтелекту. Однак, можемо

пояснити такий розподіл шкал методики за факторами тим, що показник С4 має найнижчий рівень вираженості в усіх досліджуваних, викликав у них найбільші труднощі, тому, відповідно до розподілу значень, даний показник і «випав» зі структури фактору соціального інтелекту.

Шостий фактор «Ядерні якості самоактуалізованої особистості» (5,151% сумарної дисперсії, факторна вага становить 2,266) відображає найбільш вагомі якості самоактуалізованої особистості, виходячи з результатів дослідження. До таких якостей відносяться: загальний показник самоактуалізації, креативність, контактність, цінності самоактуалізованої особистості та гнучкість. Даний фактор відображає суттєві характеристики самоактуалізованої особистості, її орієнтацію на розділення цінностей любові, добра, підтримки, єдності людей, тощо; спроможність до реалізації власних потенційних можливостей, створення нових продуктів, що мають соціальну значимість, нестандартного вирішення ситуацій; важливість соціальних контактів для самоздійснення особистості та спроможність варіювати власну поведінку відносно нових контекстів ситуації. Ці якості, будучи, на нашу думку, ядром самоактуалізованої особистості, відображають найбільш загальні її властивості (цінності самоактуалізації, гнучкість, контактність, мінливість, творчість), що, в подальшому, об'єднуючись з іншими психологічними характеристиками, складають основу складного комплексу ресурсів самоактуалізації людини.

Інші фактори реалізують окремі тенденції у становленні самоактуалізації дорослої особистості дорослого віку. Зокрема, зміст сьомого фактору «Емоційний контроль як показник самоактуалізованої особистості» (4,273% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,880) охоплює семантику єдиного показника емоційного інтелекту – емоційного контролю як компонента внутрішньо особистісного емоційного інтелекту. Це відрізняє даний показник від усієї сукупності даних, що увійшли до фактору №3 – емоційного інтелекту як чинника самоактуалізації особистості дорослого віку і доводить особливу важливість контролю емоційної сфери в комплексі рис самоактуалізованої особистості. Це, однак, відображає наявність вираженої неузгодженості – з одного боку, самоактуалізована особистість характеризується спонтанністю, легкістю переключення у життєвій ситуації, в тому числі, і в емоційній сфері, а з іншого – спроможна успішно контролювати свої емоційні прояви. Імовірно, мова йде про спонтанність у контексті життєвої стратегії, і про емоційний контроль як прояв зрілості емоційної сфери самоактуалізованої особистості.

Восьмий фактор «Спроможність спонтанно жити «тут і тепер»» (3,661% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,611) об'єднує два показники – спонтанності та орієнтації в часі. Зміст даного фактору доповнює попередній. Його семантика відображає спроможність самоактуалізованої особистості до реалізації у теперішньому, відволіканні від подій минулого і мрій про майбутнє для забезпечення можливості проявити власне спонтанне «Я» відносно поклику самоактуалізації у теперішньому. Для самоактуалізованої особистості це важливо, адже таким чином вона реалізується в переживанні моменту екзистенції, можливо через пікові переживання, про що йтиме мова у наступному розділі робо-

ти. У даному моменті екзистенції особистість вільна, спонтанна, спроможна до діяльності, і, в той же час, вільна від часових рамок, реалізуючись у теперішньому актуальному моменті. Разом із тим, поєднуючись із впливом сьомого фактору, зміст даного фактору відображає одночасну можливість самоактуалізованої особистості і само здійснюватися, і контролювати свої емоції, досягаючи найвищих показників самореалізації потенціалу.

Дев'ятий фактор «Віра в людину та прагнення до пізнання як прояви самоактуалізації» (3,231% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,422) відображає поєднання таких показників як орієнтація на гуманістичну природу особистості, віра в людей, основа для відвертих і гармонійних відносин, що поєднуються із бажанням пізнавати, розвиватися, збагачувати свій особистий досвід. Даний фактор можемо інтерпретувати як виражену гуманістично-пізнавальну орієнтацію самоактуалізованої особистості.

Десятий фактор «Спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки як показник самоактуалізації у дорослому віці» (2,481% сумарної дисперсії, факторна вага становить 1,092) відображає особливу вагомість спроможності розуміння логіки соціальної поведінки людини в процесі досягнення самоактуалізації в дорослому віці. Даний фактор має специфіку. Зокрема, даний показник єдиний, що не увійшов до п'ятого фактору «Соціальний інтелект як чинник самоактуалізації особистості», хоча фактично є показником вираженості соціального інтелекту, проте виступає окремим фактором. Схожа ситуація зафіксована нами за показником емоційного контролю в структурі характеристик емоційного інтелекту, що окреслилися в окремий фактор. Таке відділення одного окремого показника від шкал методики при факторному аналізі пояснюється розподілом показників його вираженості у досліджуваних. Тобто, якщо емоційний контроль є кількісно більш вираженим показником у сукупності якостей емоційного інтелекту, що доводиться його високими значеннями, то показник цілісного передбачення соціальної поведінки, навпаки, є найменш вираженим показником в сукупності якостей соціального інтелекту. Це доводиться кількісними показниками за відповідною шкалою методики, за якою досліджувані мають найнижчі показники. Відповідно, факторний аналіз засвідчує що спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки, по-перше, є вагомою характеристикою самоактуалізованої особистості, по-друге, дана якість достатньо слабо виражена навіть у досліджуваних із виокремленим рівнем самоактуалізації, тобто, є найбільш складною характеристикою. Важливість даного фактору в структурі ресурсів самоактуалізації особистості відображає налаштованість досліджуваних до опанування даної якості. Зокрема, у виділеній нами групі досліджуваних, що отримують другу вищу освіту, саме прагнення адекватно і ефективно передбачати соціальну поведінку (хоча і поряд з прагненням пізнати себе, розвитку самоконтролю, тощо) склало основу для вибору професії психолога і подальшого саморозвитку.

Отже, проведення факторного аналізу дозволило виявити сукупність чинників самоактуалізації особистості дорослого віку, їх змістовне наповнення. Особливо діагностично значимим стало виявлення показників, що відмежувалися від сукупності показників в рамках однієї

методики (емоційний контроль, спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки особистості, тощо) та наявності протиріч і «слабких місць» в системі чинників самоактуалізації особистості дорослого віку. Такими «слабкими місцями» є ціннісна невідповідність на рівні декларованих цінностей та реально діючих ціннісних пріоритетів і недостатня сформованість показника цілісного передбачення соціальної поведінки. Ці якості важливі для самоактуалізованої особистості, проте відображають складність процесу самоактуалізації особистості, його безперервність.

На основі узагальнення показників, отриманих в емпіричному дослідженні, та змістовного співвідношення матеріалу за факторами нами побудована структурно-змістовна модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку», що представлена на рис. 1. Дана модель побудована нами на основі синтезування наукових поглядів дослідників та узагальнення результатів проведеного емпіричного дослідження.

Дана модель побудована нами на основі синтезування досвіду фахівців у різних галузях психологічного знання, відповідно до постулатів системного підходу в психології, де, 1) система чинників самоактуалізації особистості дорослого віку є відкритою і такою, що самоорганізується (перераховані компоненти моделі відображається емпірично задані її параметри, що є найбільш загальними, однак самоактуалізація особистості передбачає взаємодію більш широкого кола факторів, що визначають її ефективність); 2) зміни в певному елементі системи (наприклад, показник цінностей) призводять до змін в інших компонентах системи та її функціонуванні в цілому; 3) система самоактуалізації особистості дорослого віку умовно визначена нами аутопоетична (адже сама самоактуалізація не може будувати сама себе, але кожна особистість, що само актуалізується, віднаходить свій неповторний індивідуально заданий спосіб реалізації себе у системі діяльності, життя, спілкування, розвитку, тощо).

Дана модель описує систему чинників самоактуалізації особистості дорослого віку за допомогою трьох блоків, визначених відповідно до часової перспективи. Означення часової перспективи як системоорганізуючого критерію в даній моделі обумовлено, по-перше, логічністю такого поділу, по-друге, вагомністю часової орієнтації в системі параметрів самоактуалізації особистості. Відповідно до часової перспективи, виділено три блоки даної моделі.

Перший блок моделі складають чинники самоактуалізації особистості дорослого віку, що умовно відповідає минулому досвіду, його ролі в процесі самоактуалізації. До таких чинників, віднесені ціннісні ідеали, реально діючі цінності (орієнтація на цінності соціуму і традиції; реалізація в житті і гедонізм); емоційний та соціальний інтелект. Дані чинники, як виявлено в результаті емпіричного дослідження є найбільш суттєвими ресурсами самоактуалізації особистості дорослого віку.

Верхня позиція належить ціннісним ідеалам, що організують світосприйняття та життєву активність особистості, втілюючись у ціннісних регуляторах – реально діючих цінностях, що організують активність особистості, надаючи їй напрямку та змістовної наповненості. Також, для самоактуалізації вагомими є емоційний та

соціальний інтелект, що відображають спроможність особистості адекватно і повно інтерпретувати емоційні прояви, їх регулювати, поведінку особистості, її передумови і наслідки. Виділення саме таких компонентів обумовлене тим, що цінності на рівні ідеалів та регуляторів задають загальний життєвий напрямок активності особистості, соціальний інтелект – компонент, що відображає спроможність особистості ефективно перебувати і реалізуватись у складній системі міжособистісних стосунків і соціальних контактів; емоційний інтелект – чинник, що відображає спроможність особистості до ефективного розпізнавання і контролю емоційного життя. Уся сукупність даних чинників, поєднуючись, виражається в другому блоці – досягнутих проявах самоактуалізації досліджуваних.

Другий блок відповідає часовій перспективі теперішнього і особливо важливий в контексті самоактуалізації, адже спроможність особистості діяти в умовах «тут-і-тепер» є одним із головних проявів самоактуалізації. Даний блок відображає реальні прояви самоактуалізації особистості дорослого віку відповідно до визначених у першому блоці чинників її формування. Отже, до даного блоку відносяться (у відповідності до виділених чинників у першому блоці): 1) розділення цінностей самоактуалізованої особистості; 2) ядерні характеристики самоактуалізованої особистості (креативність, контактність, гнучкість); 3) конформізм відносно загальноприйнятих цінностей; 4) прояв самостійності, орієнтації на досягнення і отримання задоволення і стимуляцію (де з і 4 – прояви елементів цінностей-регуляторів); 5) адекватна і точна ідентифікація емоційних проявів, саморегуляція та б) адекватна інтерпретація соціальної поведінки, передбачення дій і вчинків людей. Даний блок сигналізує про реальні прояви чинників самоактуалізації і відображає ті показники самоактуалізації особистості дорослого віку, що типово мають найбільш високий рівень вираженості.

Третій блок моделі відображає орієнтацію на майбутнє і містить показники самоактуалізації, що на момент дослідження виступали своєрідною «зоною найближчого розвитку» для досліджуваних. Даний блок виділений відповідно до розуміння самоактуалізації особистості як динамічного, постійно оновлюваного процесу. Це ті прояви, які на момент дослідження мають певні ознаки протиріччя і потребують удосконалення, узгодження. Відповідно до послідовності виявлених чинників, їх реалізації у другому блоці, в третьому блоці моделі представлені: 1) вирішення неузгодженості ціннісних ідеалів та цінностей-регуляторів поведінки; 2) актуалізація себе в ситуації «тут і тепер»; 3) узгодження системи реально діючих цінностей у відповідності до цінностей-ідеалів; 4) прояв емоційного інтелекту в ситуаціях комунікації; 5) розвиток навичок цілісного передбачення соціальної поведінки особистості. Такі компоненти системи самоактуалізації виявлені нами у процесі дослідження і мають ознаки протиріччя. Зокрема, найбільш вагомими є досягнення узгодженості ціннісних ідеалів та реально діючих цінностей у людей дорослого віку в контексті самоактуалізації; розвиток навичок цілісної інтерпретації і передбачення соціальної поведінки особистості.

Єдність функціонування цих блоків відображає поєднання двох площин: 1) змістовного наповнення ресурсів самоактуалізації особистості дорослого віку – ідеальних

і реальних цінностей, емоційного і соціального інтелекту, власне параметрів самоактуалізації; 2) структурної залежності цих змістовних компонентів у площині минуле (чинники самоактуалізації), теперішнє (прояви самоактуалізації відповідно до чинників) і майбутнє (подальші прояви самоактуалізації і вирішення протиріч у її проявах). Загалом, дана модель є динамічною і по

стійному переході до третього блоку створюються нові умови для більш повної самореалізації, що не може бути статичною. Кожне досягнення особистості в процесі самоактуалізації виступає основою для побудови нової, більш віддаленої мети, а сам процес і можемо визначити як самоактуалізація.

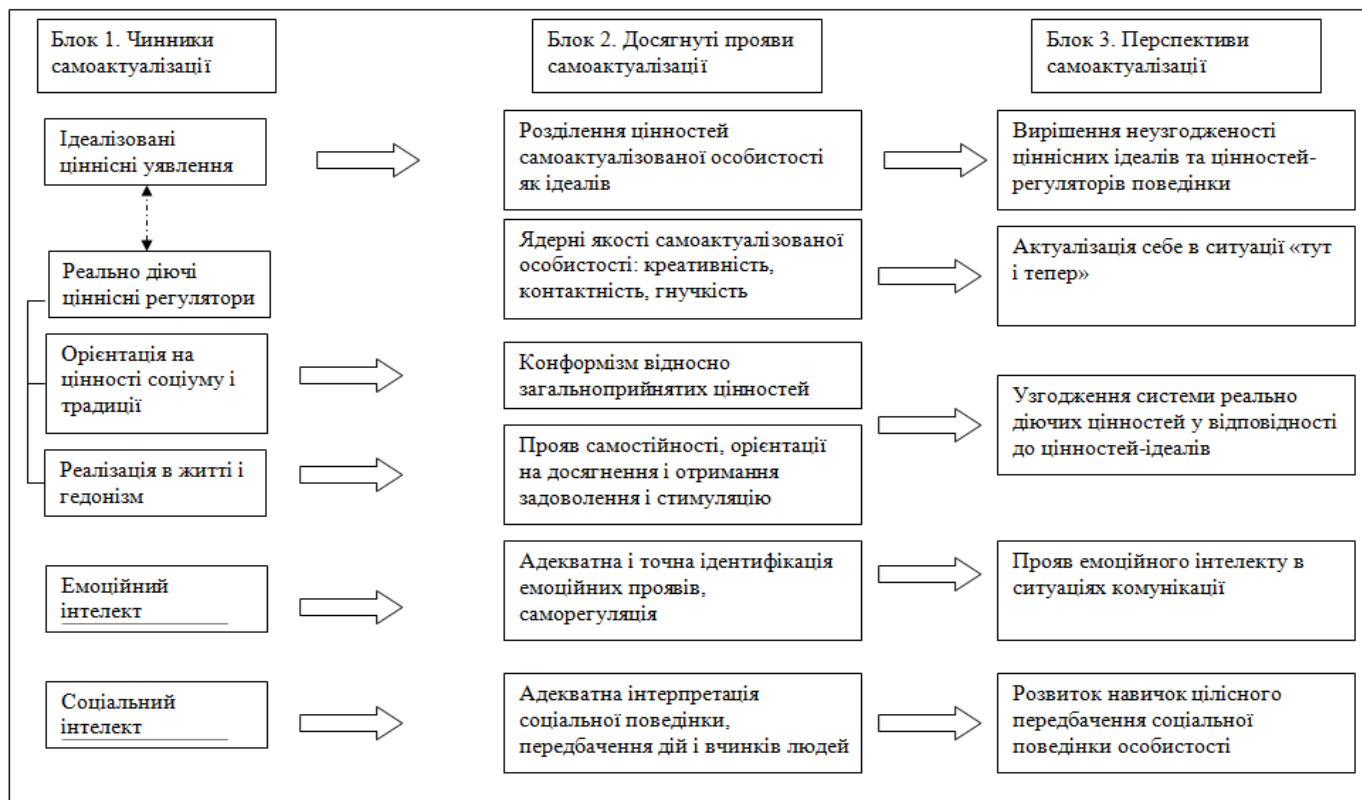


Рис. 1. Структурно-змістова модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку»

**Висновки та перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Отже, самоактуалізація в дорослому віці визначається як складна система, що реалізується в динамічній зміні характеристик особистості у логіці від ресурсів самоактуалізації, до її проявів, подальших цілей, тощо. Проведення факторного аналізу дало змогу виявити 10 факторів, що описують роль самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості. Зокрема, емпіричні дані узагальнилися в такі фактори як «Ідеальні ціннісні уявлення як чинник самоактуалізації», «Емоційний інтелект як чинник самоактуалізації особистості дорослого віку», «Орієнтація на цінності соціуму та прийняття традицій як чинник самоактуалізації», «Реалізація в житті і отримання задоволення як прояви самоактуалізації», «Соціальний інтелект як чинник самоактуалізації особистості», «Ядерні якості самоактуалізованої особистості», «Емоційний контроль як показник самоактуалізованої особистості», «Спроможність спонтанно жити «тут і тепер»», «Віра в людину та прагнення до пізнання як прояви самоактуалізації», «Спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки як показник самоактуалізації у дорослому віці». Значимим при цьому стало виявлення показників, що відмежувалися від сукупності показників в рамках однієї методики (емоційний контроль, спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки особистості, тощо) та наявності про-

тирч і «слабких місць» в системі чинників самоактуалізації особистості дорослого віку. Такими «слабкими місцями» є ціннісна невідповідність на рівні декларованих цінностей та реально діючих ціннісних пріоритетів і недостатня сформованість показника цілісного передбачення соціальної поведінки.

На основі узагальнення показників, отриманих в емпіричному дослідженні, та змістовного співвідношення матеріалу за факторами нами побудована структурно-змістова модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку», що описує систему чинників самоактуалізації особистості дорослого віку за допомогою трьох блоків, визначених відповідно до часової перспективи. Перший блок моделі складають чинники самоактуалізації особистості дорослого віку, що умовно відповідає минулому досвіду, його ролі в процесі самоактуалізації (орієнтація на цінності соціуму і традиції; реалізація в житті і гедонізм); емоційний та соціальний інтелект. Другий блок відповідає часовій перспективі теперішнього і відображає реальні прояви самоактуалізації особистості дорослого віку відповідно до визначених у першому блоці чинників її формування (розділення цінностей самоактуалізованої особистості, ядерні характеристики самоактуалізованої особистості (креативність, контактність, гнучкість); конформізм відносно загальноприйнятих цінностей; прояв самостійнос-

ті, орієнтації на досягнення і отримання задоволення і стимуляцію; адекватна і точна ідентифікація емоційних проявів, саморегуляція, тощо). Третій блок моделі відображає орієнтацію на майбутнє і містить показники самоактуалізації, що на момент дослідження виступали своєрідною «зоною найближчого розвитку» для досліджуваних. Дана модель дозволяє описати процес самоа-

ктуалізації як тривалий та динамічний, постійно змінюваний процес. Разом із тим, проблема самоактуалізації особистості залишається остаточно не вирішеною. Зокрема, перспективою подальших досліджень виступатиме специфіка пікових переживань як ресурсу самоактуалізації особистості.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гринів О.М. Детермінанти психологічного благополуччя сучасних чоловіків і жінок періоду ранньої дорослості. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць К-ПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С.Костюка НАПН України. 2015. Вип. 29. С.184–195.
2. Лаврінченко В. А. Особливості смислової сфери підлітків із неформальних об'єднань агресивної та романтико-ескапістської спрямованості. Психологія і особистість. 2017. № 1. С. 130–145.
3. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу. Вопросы психологии. 1987. № 3. С. 150–158.
4. Лукашова С.В. Особенности самоактуализации личности во взрослом возрасте. Психологический журнал. 2009. № 4. С. 102–106.
5. Маслоу А. Мотивация и личность. СПб.: Питер, 2007. 352 с.
6. Руда Н.Л. Соціальний інтелект психолога як чинник професійної діяльності. Науковий вісник МНУ ім. В.О.Сухомлинського. Сер.: Психологічні науки. 2012. Т. 2. Вип. 9. С. 202–205.
7. Седих К.В. Міфологізація свідомості як ознака суспільно-політичної кризи. Проблеми сучасної психології: Збірник наукових праць Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка, Інституту психології імені Г.С. Костюка. 2015. Вип. 29. С. 626–635
8. Старинська Н.В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Київ: «Інтерсервіс», 2015. 178 с.
9. Толочек В.А., Онищенко О.В., Палей В.И. Интрасубъектные, интрасубъектные и внесубъектные ресурсы профессиональной успешности субъекта: постановка вопроса. Социология и управление персоналом. 2008. №2. С.155–161.
10. Франкл В. Человек в поисках смысла. М.:Прогресс, 1990. 364 с.
11. Фромм Э. Иметь или быть?; [пер. с нем. Т.Э.Телятниковой]. М., 2017. 320с.
12. Шостром Э. Человек-манипулятор. Внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации. М.: ЭКСМО-Пресс, 2002. 240 с.
13. Harrell A. Self-actualization wellness: a developmental approach to predicting and reducing college student stress related to person and environment variables: A dissertation submitted in partial fulfillment of the requirements for the degree of Doctor of Philosophy. Drake University, Des Moines, Iowa, 2018. 163 p.
14. Ordun G., Akün F. Aslı. Self Actualization, Self Efficacy and Emotional Intelligence of Undergraduate Students. Journal of Advanced Management Science. 2017. Vol. 5. No. 3, May. P.170–175.
15. Roché, H. The relationship between self-actualization and emotional intelligence: Master of Arts dissertation, University of South Africa, Pretoria, 2003. 168 p.

#### REFERENCES

1. Griniv O.M. Determinanti psihologichnogo blagopoluchchja suchasnih cholovikiv i zhinok periodu rann'oi doroslosti. Problemi suchasnoi psihologii: Zbirnik naukovih prac' K-PNU imeni Ivana Ogienka, Institutu psihologii imeni G.S.Kostjuka NAPN Ukraini. 2015. Vip. 29. S.184–195.
2. Lavrinenko V. A. Osoblivosti smislovoi sferi pidlitkiv iz neformal'nih ob'ednan' agresivnoi ta romantiko-eskapists'koi sprjamovanosti. Psihologija i osobistist'. 2017. № 1. S. 130–145.
3. Leont'ev D.A. Razvitie idei samoaktualizacii v rabotah A.Maslou. Voprosy psihologii. 1987. № 3. S. 150–158.
4. Lukashova S.V. Osobennosti samoaktualizacii lichnosti vo vzrosлом vozraste. Psihologicheskij zhurnal. 2009. № 4. S. 102–106.
5. Maslou A. Motivacija i lichnost'. SPb.: Piter, 2007. 352 s.
6. Ruda N.L. Social'nij intelekt psihologa jak chinnik profesijnoi dijal'nosti. Naukovij visnik MNU im. V.O.Suhomlins'kogo. Ser.: Psihologichni nauki. 2012. T. 2. Vip. 9. S. 202–205.
7. Sedih K.V. Mifologizacija svidomosti jak oznaka suspil'no-politichnoi krizi. Problemi suchasnoi psihologii: Zbirnik Naukovih prac' Kam'janec'-Podil's'kogo nacional'nogo universitetu imeni Ivana Ogienka, Institutu psihologii imeni G.S. Kostjuka. 2015. Vip. 29. S. 626–635
8. Starins'ka N.V. Osoblivosti samoaktualizacii majbutnih psihologiv u procesi profesijnoi pidgotovki. Kiiv: «Interservis», 2015. 178 s.
9. Tolocek V.A., Onishhenko O.V., Palej V.I. Intersub#ektnye, intrasub#ektnye i vnesub#ektnye resursy professional'noj uspeshnosti sub#ekta: postanovka voprosa. Sociologija i upravlenie personalom. 2008. №2. S.155–161.
10. Frankl V. Chelovek v poiskah smysla. M.:Progress, 1990. 364 s.
11. Fromm Je. Imet' ili byt'?; [per. s nem. T.Je.Teljatnikovoj]. M., 2017. 320s.
12. Shostrom Je. Chelovek-manipuljator. Vnutrennee puteshestvie ot manipuljacji k aktualizacii. M.: JeKSMO-Press, 2002. 240 s.

#### Self-actualization in the system of adult personality existential resources

**K. O. Mylashenko**

The article deals with the features of self-actualization in the system of adult personality existential resources. The personality self-actualization factors and specificity of this process in adulthood basic results of scientific researches are revealed. The empirical data, which characterize the severity of adult self-actualization indicators and factors of this process, factor analysis results are presented. The regularities of values, social and emotional intelligence as resources of self-actualization correlation with the constituent components of this process are distinguished. The model of self-actualization in the system of existential resources of an adult person is described and substantiated. This model describes the process of self-actualization in terms of its temporal perspective and content characteristics - factors, manifestations at a particular moment in time and development prospects.

**Keywords:** self-actualization, self-actualization of adult personality, factors of self-actualization, manifestations of self-actualization, perspectives of self-actualization.