

УДК 159.9.072

DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-4>

САМОЗДІЙСНЕННЯ ОСОБИСТОСТІ: СУТНІСТЬ І СПЕЦИФІЧНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ

Казанжи Марія Йосипівна,

доктор психологічних наук,

професор кафедри загальної та диференціальної психології

*ДЗ «Південноукраїнський національний педагогічний університет
імені К.Д. Ушинського»*

kazanzhy.mariya@gmail.com

ORCID: 0000-0001-8316-1288

Сучасне суспільство висуває нові вимоги до особистості, яка мусить відповідати економічним і соціально-політичним викликам сьогодення, що актуалізує вивчення самоздійснення людини.

Мета дослідження – виявлення сутнісних характеристик самоздійснення особистості.

Методи. У дослідженні використано комплекс методів і конкретних методик, а саме: теоретичні методи (аналіз і синтез літератури, застосування порівняння й узагальнення відомостей з проблематики самоздійснення) та емпіричні методи (бесіда, контент-аналіз творів) – для вивчення сутності й специфічних характеристик самоздійснення особистості, а також математико-статистичні методи (кількісний і якісний аналіз установлених даних).

Результати. Установлено, що погляди дослідників щодо феномена самоздійснення різняться виходячи з теоретичних концепцій, яких вони дотримуються. Загалом самоздійснення розглядається як процес і результат власної активності людини, яка може бути детермінована як внутрішніми, так і зовнішніми чинниками, має специфічні ознаки, форми та рівні. За даними літературних джерел, її сутність залишається приблизно однаковою, незважаючи на розбіжності пропонованих концепцій і теоретичних поглядів.

Висновки. Установлена доцільність створення психодіагностичного інструментарію задля вивчення виокремлених аспектів самоздійснення особистості – емоційних, когнітивних і вольових складників – у процесі самоздійснення, який неможливий без результату й наявності в особистості визначених цінностей/смислів. Форми ж самоздійснення (власне, як і чинники та ознаки) варто розглядати залежно від його рівнів.

Ключові слова: *основи самоздійснення, ознаки самоздійснення, категорії, контент-аналіз, бесіда, компоненти самоздійснення.*

PERSONAL SELF-REALIZATION: ESSENCE AND SPECIFIC CHARACTERISTICS

Kazanzhy Mariia Yosypivna,

Doctor of Psychological Sciences,

Professor of the General and Differential Psychology Department

*State Institution "South Ukrainian National Pedagogical University
named after K.D. Ushynsky"*

kazanzhy.mariya@gmail.com

ORCID: 0000-0001-8316-1288

Modern society is putting forward new demands on the individual that should meet today's economic and socio-political challenges, actualizing the study of human self-realization.

Purpose of the research is to reveal essential characteristics of personal self-realization.

Methods. There have been used a system of methods and techniques, which included: theoretical methods (literature analysis; synthesis, comparison, generalization) of existing conceptions and approaches to the problem of self-realization and empirical methods (conversation, content analysis of essays) – to study the essence and specific characteristics of personal self-realization, as well as mathematical and statistical methods (quantitative and qualitative analysis of the data obtained).

Results. There has been found out that researchers' views on the phenomenon of self-realization differ according to the theoretical concepts they adhere to. In general, self-realization is considered a process and result of one's own activity, which can be determined by both internal and external factors, has specific characteristics, forms and levels. Based on the data obtained from scientific literature it should be mentioned that its essence remains approximately the same, despite the differences of the proposed concepts and theoretical views.

Conclusions. The expediency of creating psychodiagnostic tools for studying the individual aspects of personal self-realization – emotional, cognitive and volitional components in the process of self-realization, which is impossible without a certain result and certain personal values/meanings, has been established. Forms of self-realization (as well as factors and signs) should be considered depending on its levels.

Key words: *grounds of self-realization, signs of self-realization, categories, content analysis, conversation, components of self-realization.*



Вступ

Сучасний соціум висуває нові вимоги до особистості, яка мусить відповідати економічним і соціально-політичним викликам сьогодення. Трансформації в країні та світі призводять до незначної участі держави в розкритті потенціалу окремої особистості, попри те що зростає зацікавленість у досягненні нею певних висот. Цінуються люди сильні, здатні досягти успіху, забезпечити гідний рівень власного існування та водночас спроможні до саморозкриття, самореалізації в соціумі, професійній сфері, адже саме зі самоздійсненням, самореалізацією, самоактуалізацією в поєднанні з наданням свободи, сприянням і послабленням тиску пов'язують диво, що призвело до значного зростання, прогресу економіки певних країн. Тож вивчення сутності та специфічних характеристик самоздійснення є актуальним дослідницьким завданням.

1. Теоретичне обґрунтування проблеми

Вітчизняні й зарубіжні дослідники часто послуговуються поняттям самоздійснення, що використовують без тлумачення сутності як досить зрозумілої характеристики людини, яка є суб'єктом власного життєвого шляху. Однак складність і безперечна значущість цього явища потребує його психологічного аналізу, означення змісту й систематизації складу (Большакова, 2015: 206). Самоздійснення визнається як неперервний ланцюг дій, кожна з яких здійснюється на основі вільного вибору людини. При цьому детермінація може бути як зовнішня, так і внутрішня, що актуалізує можливості людини, дає їй змогу розширювати сферу потенційного. Тому в кожному вчинку, дії людини самоздійснення відшукує сутнісні характеристики та примножує їх на життєвому шляху (Гуменюк, 2014). Особистісне самоздійснення визнається як свідомий саморозвиток людини з розкриттям її потенційних можливостей у певних сферах життєдіяльності, у результаті чого досягаються соціально значущі ефекти, формується простір власного життя (Кокун, 2016); процес «реалізації особистістю свого внутрішнього змісту, який передбачає незалежний вибір способу взаємодії зі світом і відповідальність людини за здійснені вчинки» (Кузнєцова, 2016: 131); опредметнення, утілення себе, своєї самості – сил, здібностей, цілей, смислів, цінностей у різних формах (Гуляс, 2011: 85).

Отже, самоздійснення можна розглядати як процес і результат, а також прояв активності людини в процесі руху до сутності, яка детермінована самою людиною, тобто

здійснити себе може тільки вона сама. Самоздійснення як сформований як мета-ідеал результат задає напрям саморозвитку людини загалом (Долгих, 2017: 8–9). Приблизно тотожні думки знаходимо в багатьох дослідників. Зокрема, А.М. Большакова наголошує, що самоздійснення водночас є процесом (який виявляється в прагненні до сутнісних характеристик) і результатом (що виражений досягненням істинності й повноти буття); а людина, що проявляє активність у процесі руху до реалізації, здійснення своєї сутності, є ініціатором і реалізатором самоздійснення, відповідальність за яке цілком покладається на саму людину; самоздійснення є процесом і водночас головною метою життя; саме самоздійснення задає напрям і визначає зміст процесів руху самості на життєвому шляху: самоактуалізації, самореалізації, самовизначення, саморозвитку, зростання, самоствердження тощо (Большакова, 2015: 208). Тож цілком очевидним є узагальнений характер самоздійснення стосовно розлого кола феноменів, що описують життєвий саморух особистості.

Зокрема, як спосіб самоздійснення розглядається самовираження (самовиявлення, самопрезентація, самодемонстрація), самореалізація (продуктивне використання, реалізацію свого потенціалу в соціально значущій сфері) та самотрансценденція людини. Повнота самоздійснення залежить від здатності ставити цілі, що релевантні внутрішній сутності людини. Отже, чим ясніше для людини її покликання (виражене самовизначення), тим імовірнішим є її самоздійснення (Болотнікова, 2016). Г.В. Гуменюк дещо ширше розглядає ці способи, крім уже згаданих вище, зазначає ще й самовизначення як усвідомлення власних бажань і можливостей (Гуменюк, 2014). Способи самоздійснення в дорослому віці варто розглядати скрізь призму індивідуальності, а системотвірні фактори – на рівні індивіда, особистості й суб'єкта (Болотнікова, 2016). Становлення особистості являє собою вичерпування з наявної нужди тих можливостей, які могли б бути в людині. Індивід, перебуваючи в соціумі, вибирає в себе потенції й сили, що притаманні цьому середовищу, і «повертає» їх в опосередкованих, суб'єктивно значущих потребово-мотиваційних силах. Отже, самоздійснення можна розглядати через категорію нужди (Максименко, 2009).

Отже, феномен самоздійснення вирізняється складністю та багатомірністю, і цей факт потрібно обов'язково враховувати під час його дослідження. Залежно від розу-

міння сутності самоздійснення можна виділити його різні складники й інші специфічні характеристики.

2. Методологія та методи

У дослідженні використано комплекс методів і конкретних методик, а саме: теоретичні методи (аналіз і синтез літератури, застосування порівняння й узагальнення відомостей з проблематики самоздійснення) та емпіричні методи (бесіда, контент-аналіз творів) – для вивчення сутності та специфічних характеристик самоздійснення особистості), а також математико-статистичні методи (кількісний і якісний аналіз установлених даних).

Теоретичний аналіз показав неоднозначність поглядів щодо компонентного складу самоздійснення. Так, послуговуючись діяльнісним підходом, І.А. Кузнецова й Н.М. Кузнецова визначили такі компоненти процесу самоздійснення: мотиваційно-ціннісний, діяльнісно-вольовий і результативний. Мотиваційно-ціннісний виявляється у визначенні особистістю «свого життєвого покликання й включає в себе розуміння власних потреб, інтересів і життєвих цілей; усвідомлення внутрішнього потенціалу та інтенцій; ставлення до себе як до суб'єкта діяльності; бажання діяти і творити самого себе; розуміння мети, що визначає спосіб життя». Діяльнісно-вольовий складник процесу самоздійснення виявляється як внутрішня певна зібраність; уміння зробити вибір і, незважаючи на труднощі, завершити розпочату справу; упевненість у власних рішеннях і діях; готовність нести за них відповідальність. Результативність самоздійснення можна виділити окремо на кожному етапі життя людини залежно від мети, що поставлена (Кузнецова, 2016: 131).

По-іншому розглядає компонентний склад самоздійснення Г.В. Гуменюк, виділяючи результативний (самоздійснення як завершеність, реалізованість особистості і бутті), процесуальний (розгортання самоздійснення як процесу в часі та просторі світу людини, де значущим є її активність у русі до здійснення власного єства), діяльнісний (постановка мети життя, яка встановлює спрямування саморозвитку) його складники. Об'єднання цих аспектів воедино дає змогу зрозуміти, що рівень (повноту) самоздійснення можна встановити через досягнуті людиною успіхи. Авторка підкреслює доцільність розгляду питання, як саме перетворюється природа людини задля досягнення успіхів, реалізації власних потреб і можливостей (Гуменюк, 2014), адже можливість повного, гармонійного збігу самовираження та самореалізації залежить як від сформо-

ваності власного образу людини, так і від її готовності забезпечувати, організовувати, створювати комплекс зовнішніх умов для самореалізації (Болотнікова, 2016).

Виділяються також певні види та форми самоздійснення. Зокрема, особистісне, надособистісне, професійне, життєве тощо.

У професійному самоздійсненні виділено такі форми: зовнішньо-професійна (досягнення здобутків у різних аспектах професійної діяльності); внутрішньо-професійна (професійне самовдосконалення) (Кокун, 2016). Щодо ознак самоздійснення, то вони різняться залежно від форми. Наприклад, ознаками внутрішньо-професійного самоздійснення є потреба в професійному вдосконаленні, наявність планів власного фахового розвитку, задоволення від професійних здобутків, ставлення перед собою нових професійних цілей, формування власного простору як у житті, так і в професії. Ознаками зовнішньо-професійного самоздійснення є досягнення поставлених професійних цілей, визнання досягнень професійним співтовариством, використання професійного досвіду та здобутків іншими спеціалістами, розкриття здібностей у професії, вияв креативності саме у фаховій діяльності (Кокун, 2016). Як надособистісне самоздійснення визначається самотрансценденція (орієнтація на необхідність, корисність своєї діяльності не для себе, а для інших) (Болотнікова, 2016).

Витоки, основи, підґрунтя самоздійснення досліджувалися різними авторами. Так, встановлено статеву специфіку чинників професійного самоздійснення: для професійного самоздійснення чоловіків більше значення має вплив таких чинників, як ступінь вираженості цінностей, властивих особистості, що самоактуалізується; ступінь творчої спрямованості особистості; рівень розвитку комунікативних здібностей; зацікавленість у професійній діяльності; кількість зусиль, спрямованих на підвищення власного професійного рівня; для професійного самоздійснення жінок – рівень розвитку організаційних здібностей; професійної самоефективності; задоволеність змістом професійної діяльності; здатність менше стомлюватися впродовж робочого дня; а ось редукція особистих досягнень є негативним чинником (Кокун, 2016).

Особистісними детермінантами вибору стратегії та сфери самоздійснення є мотиваційно-сміслові – потреби, мотиви, цілі й сенс життя особистості. У зв'язку з потребами обирається сфера активності людини, де може відбуватися процес самоздійснення – мотиви визначають його стратегію.



Якщо наявна потреба розкриття себе, то самоздійснення відбувається як самореалізація; за намагання реалізуватися в служінні іншим людям самоздійснення набуває ознак самотрансценденції; якщо ж людина не докладає зусиль до самоздійснення, «пливе за течією», то самоздійснення зводиться до самовираження (Гуляс, 2011: 90–91). Водночас наявні певні тенденції прояву самоздійснення в різні періоди дорослості: для ранніх періодів більш властива орієнтація на себе, для більш пізніх – орієнтація на служіння (Лукина, 2006). Загалом життєве самоздійснення характеризується хронотопічністю, континуальністю, протяжністю «місце-часу», які є його умовою та визначають стратегії (Логінова, 2010).

Проведений теоретичний аналіз дав змогу зорієнтувати досліджуваних у написанні твору щодо самоздійснення особистості. Отже, створено дві групи досліджуваних (загальна кількість – 128 осіб 18–25 років), приблизно однакові за чисельністю. З учасниками обох груп проводилася бесіда після написання твору. Перша група писала твір за певним планом, який розроблений згідно з результатами попереднього теоретичного дослідження (сутність феномена, складники, форми, основи, специфіка тощо). Досліджувані іншої групи відштовхувалися лише від власного життєвого досвіду, розуміння самоздійснення та його особливостей.

3. Результати та дискусії

За результатами застосування контент-аналізу можна надати надійні та валідні висновки щодо змісту творів досліджуваних за допомогою певних «інтерсуб'єктивно узгоджених законів систематизації інформації». Використання в роботі інтерпретаційного різновиду контент-аналізу дало змогу встановити латентні категорії, що прямо не відображені у творах, але наявність яких засвідчує аналізований текст, звичайно ж, з урахуванням похибки, яку вносить суб'єктивність точки зору дослідника (до речі, сутністю інтерпретації є й латентний, і явний зміст). Варто зауважити, що нині не настільки важливим і, на думку низку науковців, навіть застарілим є методичне дотримання в сучасних дослідженнях процедури проведення контент-аналізу «в класичній інтерпретації» (Согорін, 2016).

Аналіз літератури дав змогу виділити певні категорії, які об'єднують різні параметри самоздійснення. Зокрема, виділено сутнісні компоненти самоздійснення, його результативність, особистісні та соціальні основи, його форми й методи, детермінанти й перепони тощо.

Кодувальна матриця містила саме ці категорії, ознаки яких виявлялися в тексті дослідником, і в відповідній графі матриці помічалася частота зустрічання у творі досліджуваних тієї чи іншої одиниці. По вертикалі зазначалися категорії аналізу, а по горизонталі – досліджувані (їхні твори), середину таблиці заповнено цифрами (частота появи певної категорії у творі респондента). Інструкція для проведення контент-аналізу містила вказівки: які категорії виділені, які ознаки в тексті відповідають їм, якого типу одиниці відліку при цьому використовують, адже результати контент-аналізу будуть більш об'єктивні, якщо процедура достатньо формалізована, а інструкція оформлена в письмовому вигляді, навіть якщо дослідник і кодувальник є однією особою, а тим паче це є необхідністю в ситуації, коли дослідник достеменно не може зорієнтуватися, що саме на увазі мав кодувальник (Галян, 2011).

Варто зауважити, що контент-аналіз проводився в досить вільній формі, що стало можливим унаслідок того, що експериментатор є й дослідником, і кодувальником. Це дало змогу в кодувальній матриці залишити вільні графи для позначення певних лінгвістичних одиниць, які не входять у жодну з категорій аналізу, але можуть описувати самоздійснення особистості й лише після проведення процедури контент-аналізу співвідносяться з певною гранню означеного феномена.

Отже, за результатами контент-аналізу встановлено, що категорія «детермінанти самоздійснення» виявлялася такими ознаками, як «мотивація досягнення успіху» (29%), на противагу, зокрема, «намаганням уникати невдачі», що визначалися досліджуваними як перепона самоздійснення (конкретні маркери – «прагне досягати бажаного», «у неї все виходить», «віра в себе», «конструктивність прагнень», «уважає, що все вийде» тощо). Узагалі наявність протиріч, суперечностей між наявним і бажаним (цілі, прагнення, завдання) відзначалася більшістю досліджуваних (68%) як чинники самоздійснення («розуміє, що має й чого прагне», «точно знає, чого хоче», «якщо розбирається в собі й знає, чого хоче», «будує життєві плани»). Потреби, бажання, інтерес входили в категорію «детермінанти самоздійснення» та відзначалися більшістю респондентів (87%): конкретні ознаки були часто фактично тотожними («хоче відтворити те, що в ньому закладено», «прагне змінити себе», «цікаво змінюватися і змінювати все навколо в кращий бік», «прагне до самоздійснення без певної причини, просто є таке бажання» тощо).

Певні особистісні особливості виокремлювали як детермінанти самоздійснення 45% досліджуваних («вольова людина», «не може всидіти на місці», «енергійний», «беручий», «лінь – це не його», «переживання й емоції надихають на звершення») тощо. Соціальні умови відзначили 73% респондентів (конкретні ознаки: «сімейне виховання», «стосунки між батьками», «приклад рідних», «удоба так було заведено», «приклад людей, що здійснили себе самі», «реалізація себе близьким оточенням» тощо). Важливо зауважити, що чинники самоздійснення виокремлювалися у творах респондентів найчастіше не поодинокі, а комплексно. Як додаткові категорії зазначено категорію «ієрархія чинників», яку відмітили 47% вибірки («не завжди однаково», «залежить від віку», «на певних етапах батьки сприяли, потім – сам» тощо).

Категорія «сфери самоздійснення» (57%) зустрічалася в текстах творів і дала змогу згодом їх конкретизувати («самоздійснення в професії», «жінки відтворюють себе в сім'ї», «реалізованість у певному виді діяльності», «для чоловіка важливо реалізувати себе в професії», «в особистих стосунках», «у дітях» тощо). Досліджувані вказали відсутність «рафінованого» самоздійснення, «у чистому вигляді», «досягнутого», «завершеного», так підкреслюється процесуальний характер самоздійснення, його дискретність (через наявність «проміжних» результатів, періодів «накопичення ресурсів для втілення себе в житті»), органічний зв'язок самоздійснення з іншими психологічними особливостями людини, які є його «ресурсами» («відповідальні», «емоційні, але не істеричні», «занурені в себе», «життєстійкі, незламні», «рефлексивні», «творчі, не такі як усі», «їх не турбує самотність», «справжні» тощо), наявність специфічних «засобів» самоздійснення, «рівнів» і «форм» («це була моя реалізація себе», «служіння людям», «форма самовираження», «реалізація творчих задумів», «проект, що відтворив його», «особливе самовідчуття» тощо).

Категорію «компоненти самоздійснення» зазначили 94% досліджуваних, описуючи самоздійснення та людину, що схильна до нього. Зокрема, усіма досліджуваними виділялася категорія «результативний компонент самоздійснення» («якщо людина самоздійснюється, це завжди помітно», «самоздійснення неможливе без результату, інакше його й не було», «прогрес людства є цілком результатом самоздійснення окремих людей», «результат самоздійснення може мати матеріальний і нематеріальний вияв», «людина завжди може переосвідчитися в цьому» тощо).

«Емоційний» відображав увесь спектр переживань як у процесі самоздійснення, так і в емоційному відгуку на його результати («радість», «хвилювання», «тремтіння, що в мене це виходить», «невпевненість», «тривога», «сумніви», «провина, що не приділяю уваги рідним», «задоволення», «відсутність страху невідомого» тощо). Вольовий (47%) означувався такими фразами: «такі люди вміють докладати зусилля», «часто це важко», «недостатньо мати в собі творче начало, важливо втілити це в житті, а це складно», «цілеспрямовані», «вольові та наполегливі» тощо. Крім того, виділялися категорії «когнітивний компонент» (63%), «ціннісний» (49%), а також трансливалися певні «сенси самоздійснення» (часто в поєднанні з роздумами в площині екзистенційності (12%) – додатково виділена категорія в процесі аналізу текстів). Наприклад, «самоздійснення – це не тільки для себе, важливо, що ти зробив для людей», «самоздійснення не може бути за рахунок інших людей», «самоздійснення не на шкоду іншим, інакше це не самоздійснення», «самоздійснення не може бути злом» тощо.

Певні змістові одиниці можна згрупувати й інтерпретувати як рівні самоздійснення. Зокрема, з тих досліджуваних, хто виокремив таку змістову одиницю (24%), усі сконцентрувалися на рівні самоздійснення «для інших людей», «не для себе», «результати самоздійснення важливі для людства», «на користь іншим», «людина здійснює себе не спеціально, плодами не користується сама (навіть про це не задумується)», «керується добрими намірами» тощо.

Важливо, що не було суттєвих відмінностей у творах досліджуваних обох груп за кількістю виділених змістових одиниць, частотою зустрічань у тексті та специфічністю, що свідчить про дійсну представленість феномена самоздійснення у свідомості особистості, а отже, у досвіді конкретної людини незалежно від заданості дослідження ззовні (планом, завданнями тощо). Бесіди з досліджуваними підтвердили це, дали додаткові відомості щодо їхнього власного самоздійснення. Досліджувані відзначили, що якщо й уважають, що ще взагалі жодним чином не самоздійснилися в житті (38%), то прагнуть до самоздійснення (98%). Зауважимо в цьому контексті досить молодий вік опитаних. Загалом же узагальнення результатів теоретичного й емпіричного дослідження виявило складність і багатовимірність самоздійснення, наявність специфічних особистісних особливостей, що його вирізняють, а також складнощі в діагностиці, оскільки навіть побіжний перегляд діагностичних інструментів показав, що їх



обмаль, особливо українською мовою, хоча є й винятки, наприклад, опитувальник особистісної здійсненності О.С. Штепи чи опитувальник професійного самоздійснення О.М. Кокун тощо.

Висновки

Установлено, що феномен самоздійснення вирізняється складністю та багатомірністю. Погляди дослідників щодо компонентного складу різняться виходячи з теоретичних концепцій, яких вони дотримуються. Усе ж більшість науковців сходиться на думці щодо значущості емоційних, когнітивних і вольових складників у процесі самоздійснення, яке неможливе

без певного результату й наявності в особистості визначених цінностей/смислів. Узагальнення даних, отриманих емпіричним шляхом, показує їх співвідносність із теоретичними розвідками та розлогий перелік можливого прояву в психіці людини кожного специфічного компонента самоздійснення. Форми самоздійснення (власне, як і чинники) варто розглядати залежно від його рівнів, які можна виділяти виходячи з певних ціннісно-смислових аспектів.

Перспективи подальших досліджень убачаємо у створенні надійного та валідного інструмента для дослідження самоздійснення особистості.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Болотнікова І.В. Акмеологічні основи особистісного самоздійснення. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 2016. Вип. 16. Том V : Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. С. 3–12.
2. Большакова А.М. Психологічний аналіз феноменів самоздійснення особистості. *Молодий вчений*. 2015. № 2 (17). С. 206–209.
3. Галян І.М. Психодіагностика : навчальний посібник. Київ : «Академвидав», 2011. 464 с.
4. Гуляс І.А. Детермінанти самоздійснення особистості. *Психологічні перспективи*. 2011. Вип. 17. С. 83–92.
5. Гуменюк Г.В. Психологічний простір професійного самоздійснення особистості як предмет дослідження. *Проблеми загальної та педагогічної психології* : збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка НАПН України / ред. кол. : С.Д. Максименко (гол. ред.), М-Л.А. Чепя (заст. гол. ред.), Ю.Т. Рождественський та ін. Київ, 2014. Т. XVI. Ч. 1, 2. С. 299–310.
6. Долгих Н.П. Психология готовности личности к самоосуществлению : учебное пособие. Хабаровск : Изд-во Тихоокеан. гос. унта, 2017. 216 с.
7. Кокун О.М. Чинники професійного самоздійснення особистості (статеві особливості). *Актуальні проблеми психології*. 2016. Том V. Вип. 16. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jm/v5/i16/10.pdf> (дата звернення: 23.12.2019).
8. Кузнєцова І.А., Кузнєцова Н.М. Самоздійснення як проблема гуманістичної психології. *Наука і освіта*. 2016. № 2–3. С. 129–134.
9. Логинова І.О. Жизненное самоосуществление человека: системно-антропологический контекст : автореф. дисс. ... докт. психол. наук : 19.00.01 «Общая психология, психология личности, история психологии». Томск, 2010. 42 с.
10. Лукина Е.А. Особенности самоосуществления человека в разные периоды взрослости : дисс. ... канд. психол. наук : 19.00.13. Санкт-Петербург, 2006 258 с.
11. Согорін А.А. Окремі аспекти забезпечення валідності результатів контент-аналізу як методу дослідження соціального дискурсу. *Український соціум*. 2016. № 2 (57). С. 41–47.
12. Максименко С.Д., Максименко К.С. Теоретичні проблеми самоздійснення особистості. *Проблеми сучасної психології* : збірник наукових праць КПНУ імені Івана Огієнка, Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України. Київ, 2009. Вип. 5. С. 3–13.

REFERENCES:

1. Bolotnikova I. V. (2016). Akmeologichni osnovy osobystisnoho samozdiisnennia [Acmeological grounds of personal self-realization]. *Aktualni problemy psykhologii – Actual problems of psychology*, V, 16, 3–12 [in Ukrainian].
2. Bolshakova A. M. (2015). Psykholohichniy analiz fenomeniv samozdiisnennia osobystosti [Psychological analysis of the phenomena of personal self-realization]. *Molodyi vchenyi – Young scientist*, 2 (17), 206–209 [in Ukrainian].
3. Halian I. M. (2011). Psykhodiahnostyka : navch. posibn. [Psychodiagnostics : textbook]. K.: «Akademvydav» [in Ukrainian].
4. Hulias I. A. (2011). Determinanty samozdiisnennia osobystosti [Determinants of personal self-realization]. *Psykholohichni perspektyvy – Psychological perspectives*, 17, 83–92 [in Ukrainian].
5. Humeniuk H. V. (2014). Psykholohichniy prostir profesiinoho samozdiisnennia osobystosti yak predmet doslidzhennia [Psychological space of professional self-realization of personality as a subject of research]. *Problemy zahalnoi ta pedahohichnoi psykhologii: zb. nauk. prats Instytutu psykhologii im. H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy* / [red. kol.: S.D. Maksymenko (hol. red.), M-L.A. Chepa (zast. hol. red.), Yu.T. Rozhdestvenskyi ta in.]. K. T. XVI. chast. 1,2. S. 299–310 [in Ukrainian].
6. Dolgih N. P. (2017). Psihologija gotovnosti lichnosti k samoosushhestvleniju: ucheb. posobie [Psychology of personal readiness for self-realization: textbook]. Habarovsk: Izd-vo Tihookean. gos. unta. 216 [in Russian].

7. Kokun O. M. (2016). Chynnyky profesiinoho samozdiisnennia osobystosti (statevi osoblyvosti) [Factors of professional self-realization of a person (sexual characteristics)]. *Aktualni problemy psykholohii – Actual problems of psychology*, V, 16. Retrieved from <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn/v5/i16/10.pdf> [in Ukrainian].
8. Kuznietsova I. A., Kuznietsova N. M. (2016). Samozdiisnennia yak problema humanistychnoi psykholohii [Self-realization as a problem of humanistic psychology]. *Nauka i osvita*, 2–3, 129–134 [in Ukrainian].
9. Loginova I. O. (2010). Zhiznennoe samoosushhestvlenie cheloveka: sistemno-antropologicheskij kontekst [Human self-realization: system-anthropological context]. *Dissertation abstract*, Tomsk. [in Russian].
10. Lukina E. A. (2006). Osobennosti samoosushhestvlenija cheloveka v raznye periody vzroslosti [Features of personal self-realization in different periods of adulthood]. *Dissertation*, SPb. [in Russian].
11. Sohorin A. A. (2016). Okremi aspekty zabezpechennia validnosti rezultativ kontent-analizu yak metodu doslidzhennia sotsialnoho dyskursu [Some aspects of content analysis validity as a method of social discourse research]. *Ukrainskyi sotsium – Ukrainian society*, 2(57), 41–47 [in Ukrainian].
12. Maksymenko S. D., Maksymenko K. S. (2009). Teoretychni problemy samozdiisnennia osobystosti. *Zbirnyk naukovykh prats KPNU imeni Ivana Ohiiienka, Instytutu psykholohii im. H. S. Kostiuka APN Ukrainy. Problemy suchasnoi psykholohii*. Vypusk 5. S. 3–13 [in Ukrainian].

Стаття надійшла до редакції 15.01.2020.
The article was received 15 January 2020.

УДК 159.923.2-055.2:17.023.35
DOI <https://doi.org/10.32999/ksu2312-3206/2020-1-5>

ОСОБЛИВОСТІ ПСИХОЛОГІЧНОГО БЛАГОПОЛУЧЧЯ ЖІНОК РАНЬОГО ДОРОСЛОГО ВІКУ

Кондратюк Світлана Миколаївна,

кандидат психологічних наук, доцент,
завідувач кафедри психології та соціальної роботи

*Хмельницький інститут соціальних технологій
Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»*

svetakondratyuk@ukr.net
orcid.org/0000-0002-3987-136X

Жилкіна Ірина Юрїївна,

студентка магістратури

*Хмельницький інститут соціальних технологій
Відкритого міжнародного університету розвитку людини «Україна»*

irinazhilkina@ukr.net
ORCID 0000-0001-6710-9711

Мета. Здійснити теоретичний аналіз феномену психологічного благополуччя, описати особливості психологічного благополуччя особистості. Проаналізувати результати експериментального дослідження особливостей психологічного благополуччя жінок раннього дорослого віку.

Методи. Теоретичний аналіз вітчизняних і закордонних наукових джерел, який дозволив виявити, узагальнити і систематизувати матеріали із проблеми дослідження. Із групи емпіричних методів: психодіагностичний метод (тести); із групи методів аналізу (обробки) даних: якісний і кількісний аналіз отриманих результатів. Методичний інструментарій: методика К. Ріфф «Шкали психологічного благополуччя» в адаптації Т. Шевеленкової, П. Фесенка. У дослідженні взяли участь 50 осіб жіночої статі, віком від 20 до 35 років. Усі вони на момент дослідження були одружені та працевлаштовані.

Результати. Представлено теоретичний аналіз феномену психологічного благополуччя в контексті психології, висвітлено її особливості з погляду різних наукових тлумачень. Розкрито погляд на поняття психологічного благополуччя як умови самореалізації особистості. Проаналізовано чинники, компоненти даного феномену. У роботі описано підходи психологічного благополуччя в сучасній психології. Проаналізовано результати емпіричного дослідження особливостей психологічного благополуччя жінок раннього дорослого віку.

Висновки. У результаті проведеного дослідження здійснено емпіричний аналіз психологічного благополуччя. Установлено, що в даній групі жінок раннього дорослого віку у структурі психологічного благополуччя найзначущі такі параметри: «особистісне зростання», «позитивні стосунки з оточенням», «самоприйняття». Дещо меншою мірою виражені параметри «цілі в житті», «автономія», «управління середовищем». Притаманний загальний помірний рівень психологічного благополуччя, досягається через те, що жінки реалізують свою здатність до саморозвитку й особистісного росту, підтримують стосунки з іншими людьми, мають життєві цілі, що відповідають їхнім потребам. За результатами дослідження вироблено рекомендації щодо оптимізації рівня психологічного благополуччя жінок раннього дорослого віку.

Ключові слова: особистість, благополуччя, суб'єктивне благополуччя, позитивні стосунки з оточенням, автономія, управління середовищем, особистісне зростання, цілі в житті, самоприйняття.