

## Професійна самореалізація особистості як психологічна проблема

У статті розглянуто психологічні проблеми професійної самореалізації особистості. Проаналізовано зміст останніх досліджень, присвячених проблемі професійної самореалізації. Виділено моделі, форми та етапи професійної самореалізації особистості.

**Ключові слова:** самореалізація, самосвідомість, саморозвиток, самовдосконалення, самоактуалізація, самопізнання, самовизначення.

В статье рассмотрены психологические проблемы профессиональной самореализации личности. Проанализировано содержание последних исследований, посвященных проблеме профессиональной самореализации. Выделены модели, формы и этапы профессиональной самореализации личности.

**Ключевые слова:** самореализация, самосознание, саморазвитие, самосовершенствование, самоактуализация, самопознание, самоопределение.

**Постановка проблеми.** Динамічні процеси, що відбуваються у суспільстві, зокрема на ринку праці, зумовлюють певні зміни у професійній підготовці фахівців. У контексті цих змін актуалізується, набуваючи нового звучання, проблема професійної самореалізації суб'єкта, яка передбачає не просто набуття ним певної кваліфікації та компетентності, а і його прагнення до самовдосконалення через діяльність та водночас змінення оточуючих об'єктів через реалізацію своїх можливостей.

Аналіз проблеми самореалізації особистості здійснюється на філософському, соціологічному та психологічному рівнях. Об'єктом філософського рівня виступає людина як родова істота, а основним завданням – питання про сенс людського життя, про сутність людини та рівні її екстеріоризації, про сутність процесу самореалізації. Соціологічний рівень має об'єктом соціум та розв'язує питання про шляхи і способи самореалізації людини в конкретних соціальних, економічних умовах її існування. Об'єктом психологічного рівня аналізу

зазначеної проблеми є окремих індивід у його зв'язках з навколишнім середовищем. На цьому рівні аналізуються особистісні властивості та умови, які сприяють продуктивній самореалізації, вивчається мотиваційна основа самореалізації, досліджується зворотній вплив процесу та результату самореалізації на особистість, її діяльність, картину життєвого шляху, світогляд, самосвідомість тощо [1].

**Аналіз останніх досліджень.** Вивченням сутності особистісно та професійної самореалізації особистості займалися К. Абульханова-Славська, М. Боришевський, О. Бондаренко, Д. Леонт'єв, І. Індинов, Л. Коган, Л. Коростильова, С. Максименко, А. Маслоу, Л. Мітіна, В. Муляр, К. Роджерс, С. Рубінштейн та ін. При цьому, незважаючи на різноплановість підходів, у науковій літературі наявна загальна позиція щодо розуміння самореалізації особистості. Основним поняттям у визначенні досліджуваного феномена є уявлення про сутнісні сили людини. Самореалізація з цієї точки зору визначається як розкриття в діяльності людини її сутнісних сил. У такий спосіб розробляється питання про об'єктивну базу самореалізації особистості, що розглядається як соціальний процес та має тісний зв'язок з культурою та свободою.

Слід зазначити, що мало розробленими залишаються такі аспекти досліджуваного феномена, як характеристика суб'єктивних умов успішності професійної самореалізації, вплив успішності професійної самореалізації на особистісний розвиток суб'єкта діяльності, значення усвідомлення професійних перспектив на різних стадіях підготовки спеціаліста на успішність його самореалізації тощо. Отже, **завданнями нашого дослідження** стали визначення сутності професійної самореалізації як психологічного феномена, вивчення особливостей професійної та особистісної самореалізації психолога.

**Виклад основного матеріалу.** Самореалізація розглядається вченими як «свідомий процес розкриття та визначення сутнісних сил особистості, багатогранність громадської діяльності» [2, с. 147]. При цьому наголошується, що кардинальні зміни сучасного суспільства сприяють формуванню потреб особистості в самореалізації в нових умовах. Зазначається, що «не мотиви, які лежать поза особистістю (гроші, кар'єра, престиж, чужа воля та ін.), а її прагнення, настирлива внутрішня потреба спонукають до самореалізації. Самореа-

лізація у цьому розумінні виступає як безкорислива діяльність особистості, бо єдиний її сенс – прагнення до виконання своєї життєвої мети, до власного вільного розвитку. Реалізація цієї внутрішньої мети у процесі самоздійснення особистості і є досягнення нею внутрішньої свободи» [2, с. 147]. Отже, самореалізація – є свідомим та цілеспрямованим процесом розкриття і упредметнення сутнісних сил особистості в її різноманітній соціальній діяльності, свідомим плануванням власного життя і реалізацією життєвих планів, тому кожний конкретний етап життєвого шляху має бути новим етапом самореалізації особистості.

Для дослідження проблеми професійної та особистісної самореалізації важливими є ідеї, розроблені К. Абульхановою-Славською щодо стратегії життєвого шляху як основної форми розвитку особистісних властивостей людини. Упродовж життя людина неодноразово змінює статуси, ролі, види діяльності, що виявляється у змінах структурних компонентів її особистісної організації – здібностей і потенцій – «те, що людина може», відносин і спрямованості – «те, що людина хоче» та її характеру як стійкої програми реалізації своїх можливостей – «що людина є» [3, с. 44]. Так виникає поле суб'єктивних проблем самореалізації й актуалізації особистісного зростання.

С. Рубінштейн звертає увагу на те, що людина, досягнувши певного рівня розвитку, стає здатною свідомо регулювати хід свого життя, вибирати і здійснювати власний шлях самореалізації. Тому велике значення має своєчасне формування здатності особистості визначати змістовий бік подій свого життя як найбільш значущих для подальшого розвитку. Суб'єкт «у своїх діяннях, в актах своєї творчої самодіяльності не тільки відкривається і проявляється, він в них визначається» [4, с. 106]. Тому самореалізація не є одноманітною дією, яка може привести особистість до завершеності, повної досконалості і, як наслідок, принести їй почуття заспокоєності. Це має бути постійне боріння, рух до реалізації нових можливостей через подолання себе заради себе самого. Це «процес (і підсумок) життєдіяльності цілісної людини, який полягає в опредметненні всього комплексу індивідуальних здібностей і веде до перетворення особистості на суб'єкта життя» [5].

У працях В. Муляра знаходимо глибокий логіко-структурований аналіз проблеми самореалізації, яку вчений

розглядає як діалектичний процес. Кожний індивід у процесі опредметнення прагне адекватного й повного розкриття своїх сутнісних сил – самореалізації індивідуальності, тобто розпредметнення. Отже, самореалізацію можна вважати єдиним можливим способом буття індивідуальності і визначати її як «процес усвідомленого, найбільш повного та вільного опредметнення сутнісних сил особистості в ході її різноманітної діяльності» [6, с. 107].

У механізмі самореалізації В. Муляр виокремлює технологічний та діяльнісний аспекти. Перший з них передбачає соціальну активність, творчість та життєтворчість як основні способи самореалізації, а культуру – як її універсальний спосіб [6, с. 199]. Діяльнісний аспект відображає особливості мотиваційної сфери особистості, соціальну детермінацію процесу самовтілення особистості, а саме: потреби, інтереси, цілі, ідеали, серед яких потреба в самореалізації вважається базовою для особистості.

Структурно-функціональна модель самореалізації особистості, за Л. Коростильовою, включає чотири рівні: 1) примітивно-виконавчий, або рівень «ХОЧУ», включає інтереси, бажання, потяги, автентичність особистості; 2) індивідуально-виконавчий рівень означає особисте «МОЖУ» (тобто самопізнання, самоставлення, самооцінку); 3) рівень реалізації ролей та норм у соціумі – це рівень «ТРЕБА», який включає саморегуляцію, смислоутворення, соціальне замовлення; 4) рівень сенсожиттєвої та ціннісної реалізації означає «ПРИЙНЯТТЯ РІШЕННЯ» і включає ціннісні орієнтації, мотиваційно-потребову сферу [7, с. 21-46]. Процесу самореалізації властиві рівень адекватності, рівень стійкості та спрямованість на здійснення прогресивної або регресивної моделі саморозвитку [7, с. 47-61].

Поняття «самореалізація» (self-realization) особистості, в основі якого лежать проблеми росту, розвитку, самовдосконалення людини, часто вживають як синонім терміна “самоактуалізація” (self-actualization), “реалізація своїх можливостей” (self-fulfillment). Поняття активно розроблялося К.Гольдштейном, А.Маслоу, К.Роджерсом, стало ключовим для гуманістичного напрямку у психології.

За А. Маслоу, самоактуалізація – це повноцінний розвиток людини, вищий рівень мотиваційної сфери особистості,

основний мотив її розвитку, одвічне прагнення людини «бути тим, ким вона може бути» [8, с. 108]. Це «безперервна реалізація потенційних можливостей, здібностей і талантів як здійснення своєї місії, покликання, долі, як більш повне пізнання і, отже, прийняття своєї власної первісної природи, як постійне прагнення до єдності, інтеграції, або внутрішньої синергії особистості». А потреба у самоактуалізації виявляється природною, необхідною, власне людською потребою, яка «надає людському життю яскраву спрямованість та глибокий смисл, укріплює віру в себе і дає сили пережити життєві негаразди» [8, с. 108].

Серед основних передумов, що сприяють самоактуалізації особистості, К. Роджерс виокремлює такі, вони отримали назву «тріади Роджерса»: 1) безумовне позитивне ставлення і прийняття себе та інших; 2) емпатія та емпатійне розуміння; 3) конгруентність як узгодженість та відсутність «масок» і психологічних захистів. Для розвитку особистості визначальним є ставлення до неї значущих людей [8, с. 159-161].

На сучасному етапі розвитку психологічної науки самоактуалізація пов'язується з процесом розвитку особистості як суб'єкта життєдіяльності і формування життєвої стратегії (К. Абульханова-Славська), інтелектуальної активності (Д. Богоявленська), вільного вибору (В. Петровський), саморегуляції довільної активності (О. Конопкін, В. Іваніков), носія відповідальності, моральності, віри (Б. Братусь) і смислу (Д. Леонт'єв). Самоактуалізація розглядається як психічне явище, що трактується як процес, стан, потреба, результат і властивість особистості. Вона тісно пов'язана із самопізнанням і самовдосконаленням, сприяючи управлінню всіма рівнями психіки особистості та забезпечуючи соціальну «результативність» особистості (Е. Яценко).

В літературі виокремлюються дві основні сфери реалізації людиною своїх сутнісних сил – приватна та професійна. Остання забезпечує особистості найбільш повні можливості для реалізації творчого потенціалу, рівня домагань, цінностей, планів. Праця та трудова діяльність виступають основними способами самореалізації, які підпорядковуються більш домінуючим способам – соціальній активності, творчості та життєтворчості.

Професійний розвиток розглядається як важлива невід'ємна частина розвитку особистості, що триває усе життя.

Професійна самореалізація формується вже на етапі професійного самовизначення, проте з'ясування відповідності професії можливостям, здібностям і бажанням особистості – це лише початок самореалізації. Як правило, людина включається у ті види діяльності, для виконання яких вона має необхідні задатки і в яких виявляє вищі здібності до набуття нового досвіду, завдяки яким уможливорюються високий або середній рівні успішності [9, с. 46].

Однією з форм самореалізації вважається кар'єра як успішна професійна доля, що включає вдосконалення у професії, підвищення професійної майстерності, просування по службі. Найважливішим вважається початок кар'єри, адже на цей період припадає і самовизначення, і набуття необхідних знань, умінь, навичок, і формування індивідуального стилю професійної діяльності, що в майбутньому виступає необхідними чинниками успішної самореалізації особистості у професійній сфері.

Професійна самореалізація має такі якісні характеристики: 1) самостійність, яка відображає здатність особистості до вибору цілей, планування, рефлексії, регуляції своєї діяльності; 2) свобода вибору, дій, рішень, що репрезентує здатність особистості до автономної поведінки та міжсуб'єктної взаємодії, до саморегуляції; 3) творчість, яка демонструє розвинутість здатності до концентрації творчих зусиль, креативність, незалежність у судженнях у поєднанні з відповідальністю за результати власної діяльності [9, с. 59-60].

Аналіз запропонованих якісних характеристик професійної самореалізації показав їх тісний взаємний зв'язок та залежність від особистісної самореалізації, адже самостійність, свобода вибору, креативність особистості у професійній діяльності відображають перш за все рівень сформованості та потенційні можливості для подальшого розвитку особистості в цілому. На цій підставі можна дати характеристику рівнів особистісної та професійної самореалізації.

Низький рівень професійної самореалізації характеризується відсутністю прагнення до виявлення і розкриття свого потенціалу; здатністю реалізувати лише ті якості, які яскраво виражені, не прикладаючи вольових зусиль; недостатньою активністю та низьким рівнем усвідомленості життєвої позиції, низьким рівнем самоусвідомлення, саморефлексії, саморегуляції, заниженістю рівня домагань.

На середньому рівні професійної самореалізації потреби і мотиви виявлення й розкриття можливостей та здібностей носять ситуативний характер, залежать від оцінки оточуючих; особистість здатна ставити перед собою цілі і прикладати вольові зусилля для їх досягнення, здатна до рефлексії, проте наявні труднощі у саморегуляції діяльності, коливання самооцінки, самоставлення.

На високому рівні професійної самореалізації наявне стійке прагнення до виявлення й розкриття сутнісних сил і можливостей, активність, виявлення волі та наполегливості у досягненні поставлених цілей, здатність до саморефлексії, саморегуляції, стійкість та адекватність самооцінки, свобода, відповідальність та самостійність у виборі діяльності для реалізації можливостей [9, с. 60].

Професійна реалізація особистості на її життєвому шляху має такі етапи: професійне самовизначення, професійне становлення в обраній сфері діяльності, фахове зростання і розвиток компетенції. Отже, розвиток компетенції та компетентності особистості розглядається і як етап професійної самореалізації, і як чинник її успішності. Саме професійна компетентність створює можливості для особистості не просто адаптуватися до специфіки професії, а й адаптувати професію до себе [10, с. 73].

В. Гупаловська пропонує структурно-функціональну модель професійної самореалізації жінки. Ця модель, на нашу думку, вдало описує процес професійної самореалізації особистості взагалі. Перший етап включає професійне самовизначення: а) вибір професії; б) професійну освіту. Другий етап вміщує професійний розвиток: а) професійну адаптацію; б) апробацію теоретичних знань у практичній діяльності; в) професійне самовдосконалення, підвищення кваліфікації. Третій етап означає професійне становлення: а) підвищення рівня професіоналізму; б) набуття професійного авторитету; в) досягнення самостійності і творчого підходу у професійній діяльності [9, с. 62].

Професійну самореалізацію вітчизняні вчені розглядають з позиції суб'єктно-генетичного підходу (В. Татенко), який акумулює культурологічний та діяльнісний підходи, положення гуманістичної психології. Згідно з ним психологічні формули «зовнішне через внутрішнє» (С. Рубінштейн) та

«внутрішнє через зовнішнє» (О. Леонт'єв) переростають у науковий принцип саморозвитку особистості: внутрішнє (суб'єкт) діє через зовнішнє й тим самим змінює себе та зовнішнє [11].

Дослідники проблеми професійної самореалізації підкреслюють, що визначальним для цього процесу є її перший етап – професійне самовизначення особистості, яке, на нашу думку, включає не лише вибір професії та набуття професійної освіти. Саме на цьому етапі особистість на основі самопізнання та саморегуляції будує ідеальну модель своєї майбутньої професійної діяльності, усвідомлюючи свої професійні перспективи. Результатом розвитку підростаючої особистості після шкільного навчання має виступати її готовність до вибору професії, проектування варіантів професійних життєвих шляхів, що репрезентує створення професійного життєвого плану або плану професійного старту та найближчих за ним кроків. На жаль, недостатньо розробленою є проблема самовизначення випускника вищого закладу освіти.

Діяльність психолога у порівнянні з іншими професіями є специфічною як своїм предметом – індивідуальністю людини, так і тим, що особистість фахівця фактично виступає інструментом його професійної діяльності. Ця специфіка передбачає відповідні вимоги до спеціаліста як професіонала та як особистості. А рівень самореалізації психолога набуває особливого значення, а саме: рівень самоактуалізації особистості практичного психолога виступає «одним з критеріїв його професійної готовності» [12, с. 155].

Стрижнем психологічної готовності до професійної діяльності психолога-практика є особистісне зростання спеціаліста, яке передбачає не лише розвиток особистості, а й прагнення її до повного вияву та розвитку своїх потенційних можливостей. Саме це прагнення мотивує особистість до саморозвитку, до вільного вибору власного життєвого шляху (О. Бондаренко, Н. Пов'якель, Н. Чепелева та ін.). Структуру психологічної готовності до професійної діяльності психолога складають професійно важливі особистісні властивості та якості, до яких належать адекватна самооцінка, сенситивність, емпатійність, толерантність, відсутність непродуктивних психологічних захистів; когнітивні уміння, а саме: слухати іншого, встановлювати контакт, переконувати і розмовляти, продуктивно рефлексувати; такі властивості психічних



процесів, як здатність до тривалої концентрації, широта і обсяг уваги, оперативність і гнучкість процесів сприймання і мислення, високий інтелектуальний потенціал і розвиненість розумових операцій і процесів; і, нарешті, здатність майбутнього фахівця в галузі психології до діалогу і партнерства у створенні професійних відносин та регуляції професійного мислення (Н. Пов'якель).

У вимогах до професіональних та особистісних якостей практичного психолога існує протиріччя, згідно з яким, щоб зрозуміти страждання та проблеми іншої людини, психолог повинен пережити щось подібне у своєму житті, – це з одного боку, а з іншого – щоб ефективно зіткнуватися особою, що перебуває у важкому, часто критичному психічному стані, він повинен мати силу, енергію, оптимізм, бути творчо самореалізованою людиною. Отже, крім набуття знань, практичних умінь та навичок, психолог має здійснити величезну роботу зі становлення власної особистості [13].

**Висновки.** Підводячи підсумки, можна зазначити, що самореалізація особистості виступає свідомим та цілеспрямованим процесом розкриття і опредметнення сутнісних сил в її різноманітній соціальній діяльності, свідомого планування власного життя та реалізації життєвих планів. Кожний конкретний етап життєвого шляху має бути новим етапом самореалізації особистості.

Професійна сфера забезпечує особистості найбільш повні можливості для реалізації творчого потенціалу, рівня домагань, цінностей, планів. Під професійною самореалізацією розуміємо соціалізований шлях розвитку особистості, поєднаний із здобуттям професійно-практичного та духовного досвіду в процесі первинного професійного становлення та вдосконалення, що є невід'ємним атрибутом розкриття і здійснення особистісного професійного потенціалу. Професійна самореалізація невідривна від самореалізації особистісної. Тому значущою виявляється така професійна діяльність, у процесі якої особистість творить і твориться, розвивається. Характеристиками професійної самореалізації виступають самостійність, свобода вибору, дій, рішень та творчість. Етапами професійної самореалізації особистості є: професійне самовизначення, професійне становлення в обраній сфері діяльності, фахове зростання і розвиток компетенції.

Робота практичного психолога належить до таких видів діяльності, в яких професійні та особистісні прояви переплетені особливо тісно. Тому професійне становлення неможливе без особистісного розвитку. Рівень самореалізації психолога виступає одним із критеріїв його професійної готовності і показником його особистісної та професійної зрілості, що передбачає створення особливих умов фахової підготовки психологів. Готовність до психологічної діяльності, як феномен, проявляється на фоні високого рівня розвитку особистості професіонала-психолога: його світоглядних, ціннісних, моральних та ділових якостей. Зазначене поняття відображається у моделі особистості практичного психолога.

Проведений аналіз показав недостатню розробленість таких аспектів професійної самореалізації особистості, зокрема майбутнього психолога, як: вивчення особливостей самовизначення особистості на різних етапах підготовки спеціаліста (від випускника школи до випускника вищого закладу освіти), дослідження особливостей усвідомлення своїх професійних перспектив та його значення для успішності професійної самореалізації, для особистісного розвитку взагалі. У розкритті цих питань ми вбачаємо перспективу нашої подальшої дослідницької діяльності.

#### **Список використаних джерел**

1. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу // Вопросы психологии. – 1987. – № 3. – С. 150-158.
2. Коган Л.Н. Всестороннее развитие личности и культура: Монография. – М.: Просвещение, 1981. – С.147.
3. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни: Монография. – М.: Наука, 1991. – С. 44.
4. Рубинштейн С.Л. Принцип творческой самодеятельности. (К философским основам современной психологии) // Вопросы психологии. – 1986. – № 4. – С. 101-108. – С.106.
5. Психологія і педагогіка життєтворчості: Навч.-метод. посібник / Ред. рада: В.М. Доній, Г.М. Несен, Л.В. Сохань, І.Г. Єрмаков та ін. – К.: Наукова думка, 1996. – С. 271-272.
6. Муляр В.І. Самореалізація особистості як соціальна проблема (філософсько-культурологічний аналіз): Монографія. – Житомир: ЖІТІ, 1997. – 214 с.

7. Коростылёва Л.А. Уровни самореализации личности. Особенности стратегий самореализации и стили человека // Психологические проблемы самореализации личности. – Вып. 4. – СПб.: Питер. – 2000. – С. 21-61.
8. Психологія особистості: Словник-довідник / За ред. П.П. Горностая, Т.М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
9. Гупаловська В.А. Професійна самореалізація як чинник становлення особистості жінки: Дис. ... канд. психол. наук: 19.00.01. – Львів, 2005. – 191 с.
10. Пилипенко Н. Психологічні особливості самореалізації особистості в умовах професійної кризи // Соціальна психологія – 2005. – № 3. – С. 72-79.
11. Татенко В.А. Субъект психологической активности: поиск новой парадигмы // Психологический журнал. – 1995. – Т. 16. – № 3. – С. 64-70.
12. Долинська Ю.Г. Особистісне зростання практичного психолога в процесі його професійної підготовки // Психологія: Збірник наук. праць. – К.: НПУ імені М.П. Драгоманова, 1998. – Вип. I. – С. 155-160.
13. Панок В. Особистість практикуючого психолога. Психотерапевтична ситуація // Основи практичної психології / За ред. В. Панка, Т. Титаренко, Н. Чепелевої та ін.: Підручник. – К.: Либідь, 1999. – С. 216-228.

The psychological problem of professional personality's self-realization was considered in this article. The content of the latest researches that devoted to the psychological problem of professional personality's self-realization was analyzed. The models, the forms and the stage of professional personality's self-realization were emphasized.

**Key words:** self-realization, self-actualization, self-development, self-perfection, self-actualization, self-knowledge, self-determination.

*Отримано: 06.06.2009*