

Даценко О.А.

Криворізький державний педагогічний університет

ОСОБИСТІСНА ПАРАДИГМА САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ

Стаття присвячена проблемі самореалізації людини, що особливо гостро постала в умовах сьогодення. Проаналізовано деякі підходи до проблеми в зарубіжній та вітчизняній психології, в яких аксіоматичним виступає положення про фундаментальну роль особистості в актах життєтворення та самоздійснення. На підставі узагальнення провідних наукових позицій робиться спроба теоретичного обґрунтування особистісного характеру процесу самореалізації, в якому ключове значення набуває феноменологія «Я». Припускається, що в структурі самореалізації, система «Я» є фундаментальною і визначає процеси втілення сутнісних сил та особливості трансляції суспільству власного потенціалу. З одного боку, усвідомлення себе, своїх потреб, цілей, цінностей і можливостей, є основою для постановки завдань і вибору шляхів самореалізації, з іншого самореалізація виступає причиною трансформацій у системі «Я». Особливо це проявляється у нестабільних умовах або проблемних ситуаціях, коли людина, долаючи певні труднощі, здобуває новий досвід і розкриває приховані можливості, що призводить до змін в уявленнях про себе. У континуумі «особистість – самореалізація» ці базові елементи знаходяться в постійній взаємодії і взаємодетермінації, утворюючи циклічний процес, де кожен елемент є одночасно причиною і наслідком іншого. Цей взаємозв'язок є безперервним, супроводжує особистість протягом усього життя і пояснює її прагнення до вираження своєї сутності. Дослідження самореалізації через призму особистісно-центрованого підходу, акцентує увагу на ролі людини як активного творця власного життя і організатора змін, який здатний долати зовнішні обмеження та знаходити ресурси для саморозвитку навіть у кризових ситуаціях. Підкреслюється важливість індивідуального підходу до розвитку, врахування унікальних особливостей кожного та створення сприятливих умов для прояву його потенціалу.

Ключові слова: особистість, самореалізація, система «Я», внутрішній потенціал, соціальні зміни.

Постановка проблеми. Життя людини в сучасному світі складається в умовах загострення протиріч та трансформацій, що охоплюють основні сфери її існування. На психологічному рівні кризові процеси в соціумі позначаються на якості особистісного функціонування і ускладнюють можливості вільного розкриття свого внутрішнього потенціалу. На перший план сьогодні виходять ризики втрати особистісної повноцінності та автентичності у зв'язку з прогресуючим розпадом традиційних соціальних зв'язків та моральних цінностей. В таких умовах зростає увага до унікальності кожної особистості, її індивідуальних потреб, цінностей та прагнень, інтеграції її внутрішнього досвіду та його екстеріоризації у зовнішньому середовищі. Сучасному суспільству потрібна людина, здатна до актуалізації своїх ресурсів, реалізації здібностей, талантів, які можуть бути використані для оптимального вирішення завдань психологічного забезпечення особистісного становлення і вирішення актуальних соціальних проблем. У зв'язку з цим, в просторі

наукового знання гостро постає проблема самореалізації особистості, дослідження якої, сприятиме осмисленню повноцінного та гармонійного існування людини в умовах зовнішніх трансформацій та внутрішніх змін.

Аналіз останніх досліджень і публікацій. Аналіз досліджень засвідчує, що проблема самореалізації привертає увагу науковців як у вітчизняній, так і зарубіжній психології. Дослідженням процесу самореалізації особистості займалися представники цілої низки наукових шкіл (А. Адлер, А. Маслоу, К. Роджерс, Е. Фромм та ін.). У вітчизняній психології наукова рефлексія проблеми охоплює різні аспекти феномену і відображає різні концептуальні позиції. Самореалізацію розглядають як особливий вид діяльності (С. Максименко, Л. Пінська); ціннісно – смислове утворення (І. Бех, З. Сердюк, О. Хохліна); форму життєтворчості (Л. Сохань, В. Татенко, Т. Титаренко, В. Ямницький); спосіб самовираження (О. Гомонюк, Л. Просандєєва, О. Штепа); особистісну властивість (В. Зарицька,

М. Демиденко); процес самотворення (І. Данилюк, Н. Володарська, О. Пенькова, Т. Яблонська та ін.); базову потребу (С. Ставицька, Є. Яценко та ін.). Наскрізним моментом у зазначених підходах є постулювання особистісно – центрованого характеру самореалізації, де ключове значення набуває феноменологія «Я».

Постановка завдання. Мета статті – теоретичний аналіз особистісної сутності самореалізації людини.

Виклад основного матеріалу. Самореалізація – складне та багатогранне явище, яке особливим чином осмислюється у психологічному дискурсі та вирізняється поліфонією гносеологічних позицій. Множинність трактувань свідчить про активний науковий пошук та актуальність звернення до цієї тематики в рамках різних підходів. Практично немає жодного психологічного напрямку, який би не намагався у руслі свого предметного поля вирішити питання сутності та межі можливостей життя і ролі самої людини в цих екзистенційних процесах. У тезаурусному вимірі поняття самореалізації найчастіше отожднюється з рядом суміжних категорій, таких як: самоактуалізація, самоздійснення, самовираження, самоствердження, саморозвиток тощо, в яких вихідним моментом виступає квінтесенція феномену «Я».

Одним з перших, хто впровадив поняття «самореалізація» в простір наукового знання був А. Адлер, який його тлумачив в контексті прагнення індивіда до досконалості та переваги над іншими. Центральним елементом у концепції А. Адлера є почуття неповноцінності, яке виникає в дитинстві через фізичні обмеження та залежність від оточуючих. Це почуття спонукає людину до компенсації та розвитку, стимулюючи її до досягнення поставлених цілей [5, с. 102]. Самореалізація особистості полягає в активній спрямованості на довершеність, подолання комплексу меншовартості та формування соціального інтересу, що забезпечують гармонійне особистісне зростання та позитивний внесок у суспільство.

Е. Фромм самореалізацію розумів як процес розкриття потенціалу людини через любов, творчість та продуктивну діяльність [5, с. 103]. Дослідник вважав, що людина повинна звільнитися від суспільних стереотипів і знайти себе через автономію та відповідальність, розвивати внутрішні якості, а не зосереджуватися на матеріальних цінностях, тобто «бути», а не «мати».

В гуманістичній теорії К. Роджерса самореалізація розглядається як особлива форма актив-

ності, що детермінована потребою самовдосконалення і спрямована на досягнення внутрішньої гармонії та максимального розкриття власного досвіду відповідно до соціальних умов [15]. Науковець вважав, що бажання реалізувати власне «Я» є рушійною силою особистісного розвитку людини, надає їй сил і наснаги у презентації власної психологічної сутності у стосунках з іншими. Значний внесок у розробку проблеми мали напрацювання А. Маслоу, який ввів поняття самоактуалізації як вищий прояв свого «Я», пікове переживання власної самоефективності, як повне використання своїх талантів, здібностей та можливостей [4, с. 120].

Значної представленості проблема особистісної самореалізації набула і в працях українських дослідників. В роботах І. Беха, С. Максименка, З. Сердюк, В. Татенка, Т. Титаренко та ін., самореалізацію розглядають у широкому полісемантичному значенні: як трансцендентний процес, специфічну діяльність, базову властивість, вищий рівень розвитку людини, узагальнений показник життєтворчого самоздійснення тощо [8]. Інтегративним моментом зазначених підходів є іманентна присутність системи «Я», що має фундаментальний та наскрізний характер при аналізі різних аспектів самореалізації в широкому просторі власного буття. Феномен «Я» є аксіологічним і смислотворюючим для особистості і визначає якість її існування у всіх сферах життєдіяльності.

На думку С. Максименка, самореалізація є відображенням діяльнісної сутності людини, яка виражає готовність до саморозвитку, розкриття своїх здібностей і можливостей у відповідності до власних уявлень та вимог суспільства [7, с. 6]. Як психологічний феномен самореалізація розглядається як процес і результат самоздійснення, що виражається в об'єктивних і суб'єктивних показниках індивідуального прогресу; як мотив і фундаментальна якість індивіда, що передбачає саморух у напрямку трансляції суспільству власної системи цінностей. Самореалізація представлена не тільки як сутнісна характеристика людини і «піковий» момент її розвитку, але і як особливий тип діяльності – спеціально організований суб'єктом, метою якої є втілення свого призначення якому, з одного боку, властиві всі загальні характеристики діяльності, а з іншого, специфічні риси, що характеризують її діяча.

І. Бех вважав, що самореалізація – це особливе, високоорганізоване утворення, що свідчить про те, що особистість стає суб'єктом власного розвитку і здатна до його проектування [1, с. 31]. Специфіка

самореалізації полягає, насамперед, у екстеріоризації змісту внутрішнього світу у зовнішній, через безперервний ланцюг дій на основі цінностей і вільного вибору. Вона надає можливості задовольняти прагнення, виявляти власні здібності та сили, дозволяє потенційним здібностям перейти в актуальний стан і проявитися у вигляді реальних здобутків. Великого значення надається регулятивним умінням, що спрямовують активність індивіда до поставленої мети та передбачуваного результату у предметній, соціально – комунікативній, професійній та індивідуально – особистісній сферах існування.

В роботах В. Татенко, Т. Титаренко та ін. самореалізація розглядається як складна форма життєтворчої активності, яка охоплює ціннісно – смислові та інструментально – ресурсні механізми життєздійснення [13; 14]. В ході життєдіяльності людина створює способи самоорганізації та розбудовує власну стратегію існування, визначається із пріоритетними напрямками і цілями. Як зауважують С. Максименко, Л. Сердюк особистість несе у собі потенціал не лише як суб'єкта діяльності, а й суб'єкта життєвого шляху [7; 11]. Самореалізація забезпечує процеси розширення кордонів існування індивіда та його якісного наповнення, провокує внутрішні зміни і є втіленням наявних здібностей творити власне життя і себе, як головного його автора.

Л. Просандєєва зазначає, що самореалізація особистості детермінується прагненням до самовдосконалення, забезпечує готовність самовираження особистості в різних сферах життєдіяльності у процесі онтогенезу [10, с. 158]. Це активний процес пошуку внутрішніх та зовнішніх ресурсів особистісного зростання, інтеріоризація нових знань, умінь та навичок, досягнення нових цілей і формування власного «Я» у різні вікові періоди. На думку дослідниці, повноцінна та свідомо самореалізація можлива лише тоді, коли образ «Я» сформовано, а вибір траєкторії самоздійснення осмислений та логічно обґрунтований.

Як свідомий процес розкриття власного потенціалу та вираження сутнісних сил особистості, самореалізація спрямована на виявлення власних спроможностей, ініціює здатність оптимально використовувати та переводити свої резерви в реальну діяльність, орієнтуючись на досягнення успіху [2]. Вона може бути представлена як інтеграція індивідуально – особистісних якостей та властивостей людини, завдяки яким вона набуває здатності творити себе в багатовимірному просторі існування, долати складні та невизначені

ситуації, вибудовувати гнучкі та різнопланові стосунки, не руйнуючи при цьому внутрішніх установок та переконань [6]. В процесі самореалізації індивід демонструє та застосовує все, що накопичено в ході розвитку, проявляє власну індивідуальність та презентує цінності свого «Я». В даному контексті категорія «Я» є стрижневою і передбачає полімодальність прояву особистісної сутності, уміння формулювати принципи та закони власного життя і бути причиною своїх вчинків.

І. Бех вважає, що в своїй структурі самореалізація охоплює процеси творення себе (самоорганізація), самоприйняття (афективні установки на себе), самопрогнозування (уявлення про імовірні зміни в майбутньому) [1]. У рамках суб'єктного підходу процес особистісної самореалізації розглядається як основа саморуху до значущих цілей на будь-якому етапі на основі прийнятого рішення. Як складна форма цілеспрямованої активності вона залежить від механізмів самоідентифікації, саморозуміння, самототожності, усвідомлення своїх талантів, бажань і призначення у світі.

Л. Сердюк, О. Шамич зауважують, що стремління до самореалізації є автономним психологічним механізмом, що об'єднує різні актуальні потреби, які детермінують розкриття власного потенціалу релятивно особистісним та соціальним умовам [12, с. 155]. Усвідомлюючи ці потреби, людина генерує енергію, підсилює інтенції і шукає відповідні засоби і способи самореалізації. Інструментально-стильові характеристики (динамічні, когнітивні, емоційні та регуляторні зміни) забезпечують координаційно – енергетичну функцію самореалізації.

Самореалізація є необхідним атрибутом розвитку особистості, умовою гармонізації та успішності існування. В основі самореалізації лежать індивідуальні здібності, накопичені на протязі життя знання, вміння, навички, моральні та світоглядні якості, що визначають масштабність людини, її реальний внесок у збагачення матеріальних і духовних цінностей суспільства. Вона виявляється у здійсненні себе як індивідуальності, у втіленні в життя ідей, мрій та бажань. Самореалізація супроводжується почуттям задоволення досягнутим, прийняттям дійсності, станом гармонії з собою та навколишнім світом, корелює із високою самооцінкою, вірою в свої сили та почуттям оптимізму.

Самореалізація виступає як складна взаємодія об'єктивної та суб'єктивної сторін життя індивіда, що спрямована на пошук прихованих резервів та

оволодіння новими можливостями. І. Галян наголошує, що вона забезпечує цілісність особистості, виявлення та розвиток здібностей і ґрунтується на факторах соціокультурного розвитку суспільства і актуалізується в ситуаціях невизначеності та соціальних трансформацій [3, с. 43]. Навіть під час несприятливих подій людина прагне розкриття «Я», не лише тому, що воно закладено в її сутності, а й тому, що воно дає відчуття контролю над обставинами.

В умовах суспільної нестабільності, коли соціальні, економічні та культурні зміни відбуваються швидко й інтенсивно, процес самореалізації набуває особливих характеристик та викликів. Криза традиційних цінностей і пошук на суспільному та особистісному рівні нової системи життєвих орієнтирів і смислових координат, спричиняють суттєві перетворення на рівні власного «Я» [9]. Зовнішні зміни провокують необхідність вироблення нових варіантів та способів прояву індивідуальності, оновлюють ресурси та активізують здатності до вироблення нових смислів та цінностей. В умовах соціальної невизначеності стихійно утворюються нові соціальні норми та пріоритети, формуються інші очікування, що відповідно обумовлюють інші стратегії самореалізації. Людина постає перед завданням самостійно приймати рішення, робити вибір і реалізуватися в наднасиченому, аморфному та нестабільному соціальному середовищі, при цьому бути відповідальною і здатною до успішних дій. З одного боку, індивід прагне задоволення своїх потреб у досконалості, з іншого змушений діяти у нових обставинах. Вирішення питання діалектичної рівноваги відбувається за рахунок гнучких та адаптивних стратегій самореалізації, які презентують оновлене «Я» у змінних умовах.

Формування стратегій самореалізації є динамічним процесом, що залежить від внутрішнього змісту системи «Я», яка підтримує здатність до постійного розвитку і включає декілька етапів [1; 9; 11]:

- самовизначення, що передбачає аналіз своїх цінностей, інтересів та здібностей, переосмислення життєвих пріоритетів та пристосування до нових реалій, виявлення напрямків подальшого саморозвитку;

- постановку конкретних, досяжних, гнучких цілей, які відповідають як особистим прагненням, так і зовнішнім обставинам; спрямованість на виявлення індивідуальних якостей у нових обставинах;

- самовираження, як досягнення поставлених цілей з використанням ресурсного потенціалу, що

є наслідком кумуляції та інтегративності досвіду, підвищення рівня самоорганізованості, інтенційності, внутрішньої детермінованості, ролі та ваги всіх самоконструктів, що задіяні в процесах презентації власного «Я»;

- оцінка результату самореалізації, що передбачає рефлексію досягнень і суб'єктивно – афективне ставлення до нього.

Аналіз досягнень та невдач дозволяє коригувати стратегії самореалізації, що виражається в розгорнутому репертуарі актів самоздійснення.

Соціальні трансформації виконують неодноразову роль і можуть мати як позитивні, так і негативні наслідки для самореалізації. Мова йдеться про те, що зміни у цьому контексті – це не лише характеристика зовнішніх умов, а в першу чергу перетворення самої особистості, які потребують оновлення досвіду для успішної самопрезентації. Несприятливі обставини викликають відчуття нестабільності, тривоги, фрустрованості та невпевненості. З'являється дифузія цінностей, розмитість життєвих перспектив та нерозуміння напрямків подальшого руху. Фіксація на зовнішніх перешкодах призводить до звуження особистісного простору і веде до обмеженості можливостей для самореалізації. Людина стикається з необхідністю адаптуватися до нових умов, що може ускладнювати довгострокове планування та постановку цілей. Великого значення тут набуває сформованість механізмів самодетермінації, які обґрунтовують необхідність змін та здатність до самоздійснення. В такій ситуації людині важливо відтворити «Я», вибрати правильний шлях, сформувати образ бажаного майбутнього і цілеспрямовано рухатись до досягнень.

Соціальні зрушення мають і розвивальний ефект. Вони часто відкривають нові сфери для реалізації потенціалу, наприклад, через здобуття нових знань чи форми соціальної активності, приводять до зміни системи цінностей і можуть спонукати людину переосмислювати свої пріоритети та цілі. Самореалізація може набувати нових форм, розширюються горизонти прикладання зусиль і прояву здібностей, стимулюється розвиток креативності, оскільки традиційні засоби часто стають неефективними. Людина змушена переосмислювати себе та своє місце в суспільстві, шукати нові способи презентації «Я» у контексті змін. Завдяки внутрішнім метаморфозам індивід отримує доступ до нових ресурсів та інструментів для самовдосконалення. Успішна самореалізація в складних умовах породжує відчуття задоволеності, сприяє позитивному самоставленню і високій самооцінці.

Таким чином, самореалізація особистості розуміється як активний процес розкриття своїх здібностей і потенційних можливостей, пошук способів успішної презентації суспільству, набуття нових знань, умінь, навичок та готовність їх використовувати у різних сферах життєдіяльності. Демонстрація своєї сутності носить особистісно – центрований характер, де категорія «Я» є фундаментальною і виступає одночасно як причина і наслідок самореалізації. Взаємодетермінація системи «Я» і самореалізації, як процесу і результату, є динамічною і двонаправленою. «Я» включає усвідомлення себе, своїх потреб, цілей, цінностей і можливостей, що є основою для постановки завдань і вибору шляхів самореалізації. Без чіткого уявлення про себе особистість не може ефективно реалізовуватись. Бажання розвиватися, досягати успіхів і впроваджувати свої ідеї впливає з осмислення себе як активної, цілеспрямованої особистості, що прагне розкриття того, що здобуто в ході онтогенезу. З іншого боку, самореалізація виступає причиною змін у системі «Я». Особливо це проявляється у динамічних умовах або проблемних ситуаціях, коли людина, вирішуючи певні суперечності, відкриває нові можливості, здобуває новий досвід і навички, що призводить до змін у її особистісних структурах. Успішна самореалізація зміцнює віру в себе, під-

вищує самооцінку і сприяє формуванню позитивного образу «Я». У процесі самореалізації особистість краще пізнає себе, свої сильні і слабкі сторони, що веде до глибшого розуміння себе і самовдосконалення.

Висновки. Самореалізація як складне інтегративне психологічне утворення діяльній природи являє собою складну систему взаємобумовлених елементів, в якій центральне місце належить системі «Я». Глибоке розуміння власних потреб, бажань та можливостей дозволяє особистості більш усвідомлено підходити до процесу самореалізації, роблячи його більш цілеспрямованим та ефективним. Уявлення про себе і самореалізація знаходяться в постійній взаємодії, утворюючи циклічний процес, де кожен елемент є одночасно причиною і наслідком іншого, створюючи динамічні умови розвитку особистості. Зміст структури «Я» визначає напрямки і способи самореалізації, а результати самореалізації, у свою чергу, впливають на «Я», змінюючи його. Цей взаємозв'язок є безперервним і супроводжує особистість протягом усього життя. Особистісно-центризований характер самореалізації підкреслює важливість індивідуального підходу до розвитку, врахування унікальних особливостей кожної людини та створення сприятливих умов для розкриття її потенціалу.

Список літератури:

1. Бех І. Д. Самореалізація особистості як визначальний чинник її життєдіяльності. Багатовимірність особистості: теорія, психодіагностика, корекція : зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. семінару з міжнар. участю (23 березня 2017 р., м. Полтава). С. 31–36. <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/7947> (дата звернення 1. 03. 2025).
2. Большакова А. Особистісна реалізованість (суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу) та переживання біографічної кризи особистості. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (22–23 лютого 2018 року, м. Суми). С. 17–18. <https://eportfolio.kubg.edu.ua/data/conference/3557/document> (дата звернення 2.03. 2025).
3. Галян І. М. Психологічні особливості особистості, що перебуває у кризовому стані. Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя : матеріали V Міжнародної науково-практичної конференції 28 лютого – 1 березня 2019 року С. 43–45. <https://lib.iitta.gov.ua/id/eprint/715403/1> (дата звернення 2. 03. 2025).
4. Грабішук С. В. Новітні дослідження самоактуалізації в зарубіжній психологічній науці. *Теорія і практика сучасної психології*. 2018. № 2. С. 119–123.
5. Гупаловська В. Самореалізація як проблема розвитку особистості у сучасній зарубіжній психології. *Проблеми гуманітарних наук: збірник наукових праць ДДПУ імені Івана Франка*. Серія : Психологія. 2002. № 10. С. 100–110.
6. Кулешова О., Міхеєва Л. Теоретичні аспекти дослідження проблеми самореалізації особистості. *Psychology Travelogs*, 2024. (3). С. 261–269.
7. Максименко С. Д., Сердюк Л. 3. Психологічна основа самореалізації особистості: структура і функції. URL: <http://www.apppsychology.org.ua/data/jrn> (дата звернення 5. 03. 2025).

8. Маятіна Н. В. Поняття про самореалізацію у дослідженнях вітчизняних науковців. Materials of International research and practice conference «Modern methods innovations and operational experience in the field of psychology and pedagogics». Lublin. Republic of Poland. October 20–21. 2017. С. 25–27.
9. Несторенко Г. Особистість у нелінійному суспільстві : монографія. Запоріжжя : Просвіта, 2004. 140 с.
10. Просандеєва Л. Є. Творчість як засіб самореалізації особистості в період дорослішання. *Psychological journal* . № 6 (16). 2018. С. 156–164.
11. Психолого – педагогічні основи процесу самотворення особистості: монографія / Л. З. Сердюк, Т. М. Яблонська, І. В. Данилюк, О. І. Пенькова [та ін.]. Київ : Педагогічна думка, 2015. 197 с.
12. Сердюк Л. З., Шамич О. М. Психологічні основи самореалізації особистості. *Актуальні проблеми психології*. 2016. Том V. Вип. 16. С. 150–157.
13. Татенко В. Методологія суб'єктно-вчинкового підходу: соціально-психологічний вимір : монографія. Київ : Міленіум, 2017. 184 с.
14. Титаренко Т. Природа вибору: шляхи самоорганізації особистості у її життєвому світі. *Психологічні перспективи*. 2001. Вип. 1. С. 67–77.
15. Тищенко І. А. Поняття самореалізації особистості у контексті зарубіжних психологічних теорій. <https://eprints.oa.edu.ua/id/eprint/7919/1> (дата звернення 1.03.2025).

Datsenko O.A. PERSONALITY PARADIGM OF HUMAN SELF-REALIZATION

The article is devoted to the problem of human self-realization, which has become particularly acute in the present conditions. Some approaches to the problem in foreign and domestic psychology are analyzed, in which the axiomatic position is the position on the fundamental role of the individual in the acts of life-creation and self-realization. Based on the generalization of leading scientific positions, an attempt is made to theoretically substantiate the personal nature of the process of self-realization, in which the phenomenology of the «I» acquires key importance. It is assumed that in the structure of self-realization, the «I» system is fundamental and determines the processes of embodiment of essential forces and the features of broadcasting one's own potential to society. On the one hand, awareness of oneself, one's needs, goals, values, and opportunities is the basis for setting tasks and choosing paths for self-realization, on the other hand, self-realization is the cause of transformations in the «I» system. This is especially evident in unstable conditions or problem situations, when a person, overcoming certain difficulties, gains new experience and reveals hidden possibilities, which leads to changes in self-concept. In the continuum «personality – self-realization» these basic elements are in constant interaction and mutual determination, forming a cyclical process, where each element is both the cause and consequence of the other. This relationship is continuous, accompanies the individual throughout life and explains his desire to express his essence. The study of self-realization through the prism of a person-centered approach emphasizes the role of a person as an active creator of his own life and an organizer of change, who is able to overcome external limitations and find resources for self-development even in crisis situations. The importance of an individual approach to development, taking into account the unique characteristics of each person and creating favorable conditions for the manifestation of their potential is emphasized.

Key words: *personality, self-realization, «I» system, internal potential, social changes.*