

УДК 159.923.

DOI <https://doi.org/10.32782/2709-3093/2024.2/02>**Даценко О.А.**

Криворізький державний педагогічний університет

## САМОРОЗВИТОК ЛЮДИНИ В КОНТЕКСТІ ПРОБЛЕМ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ

*Стаття присвячена теоретичному дослідженню проблеми саморозвитку у сучасній психології. Представлено огляд основних наукових підходів до феномену, презентованих в зарубіжній і вітчизняній науці. Зазначено, що в окреслених концепціях уявлення про саморозвиток формується в контексті визначення джерел, умов та рушійних сил особистісного функціонування. На підставі узагальнення теоретичного матеріалу було встановлено, що саморозвиток представляє свідому діяльність індивіда, що спричинена внутрішніми детермінантами і яка спрямована на якісні зміни самого себе з метою формування своєї суб'єктності та особистісного зростання. Це така форма екзистенційної активності в результаті якої людина перетворює, трансформує власну особистість відповідно до перспектив самоздійснення в умовах життєдіяльності. Її джерелами виступають внутрішні суперечності, вирішення яких надає можливостей для розширення, оновлення та якісного наповнення змісту «Я». Робиться спроба здійснити порівняльний аналіз категорій «розвиток» і «саморозвиток». Зазначається, що саморозвиток фіксує переважну роль інтросуб'єктних чинників, механізмів ідентифікації, рефлексії та свідомого контролю в процесі самозмін. Підкреслено що якісна своєрідність саморозвитку може передбачати і деструктивні варіанти, проте вважаємо, що він все ж таки орієнтований на прогрес та сприяє формуванню комплексу індивідуальних компетенцій, який використовується в процесі еволюціонування людини. Визначено основні форми саморозвитку: самоствердження, самоактуалізація та самовдосконалення, які виражають тенденцію до особистісного зростання. Окреслено перспективи подальших наукових пошуків. Наголошується на необхідності дослідження феномену саморозвитку в системних зв'язках з процесами позитивного функціонування та ефективного самоздійснення.*

**Ключові слова:** саморозвиток, самозміни, суб'єкт життєдіяльності, трансформації образу «Я», рефлексія, ідентифікація, особистісна зрілість.

**Постановка проблеми.** Кардинальні зміни, що відбуваються останнім часом у житті нашого суспільства негативно впливають на особистість, ускладнюючи процеси всебічної та творчої самореалізації. Сучасні умови життя в період війни та соціально-економічної кризи обумовлюють духовне збідніння населення, переорієнтацію власних цінностей в бік фізичного виживання. Загострюються суперечності між потребою у розбудові власної особистості, реалізації власного потенціалу і неможливістю це здійснити за об'єктивними причинами. Проте, навіть в таких складних умовах, людина повинна зберігати прагнення до саморозвитку, знаходити внутрішні ресурси у виборі напрямків і способів самоздійснення. Вирішення цієї задачі передбачає необхідність ґрунтовного аналізу проблеми саморозвитку, що сприятиме вирішенню питань, пов'язаних із пошуком внутрішніх можливостей позитивного функціонування і досягненню високого рівня особистісної зрілості.

### **Аналіз останніх досліджень і публікацій.**

Проблема саморозвитку особистості має безліч аспектів розгляду як у теоретичному, так і практичному планах. Аналіз наукової літератури дає можливість виявити значний ресурс досліджень у царині даного питання. Фундаментальними для дослідження проблеми стали ідеї А. Адлера, А. Маслоу, К. Роджерса, В. Франкла, К. Юнга, Е. Десі, Р. Раяна, Г. Олпорта та ін., в яких робиться спроба визначення механізмів поступального руху особистості у напрямку максимального саморозкриття та вдосконалення. Значної представленості проблема саморозвитку набула і в працях українських науковців: Г. Костюка (саморух), Л. Сердюк (самодетермінація), І. Булах (особистісне зростання в онтогенезі), М. Смільсон і Н. Чепелевої (самопроекування), З. Карпенко, Т. Титаренко, В. Ямницького (самоздійснення в процесі життєтворчості) та ін. Незважаючи на підвищений інтерес дослідників, феномен саморозвитку залишається не до кінця розкритим та потребує більш

грунтового аналізу. Дискусійними залишаються питання визначення поняття «саморозвитку» та його місця в термінологічному апараті психології. Потребують розв'язання проблеми диференціації та інтеграції даної дефініції із категоріями, що характеризують динамічний аспект психологічної реальності (розвиток, самореалізація, самовдосконалення, особистісне зростання і т.д.). Проблемними виступають питання про якісну своєрідність саморозвитку, наявність в його структурі як конструктивних, так і деструктивних особливостей.

**Постановка завдання.** Мета статті – теоретичний аналіз феномену саморозвитку в контексті проблем особистісного зростання.

**Виклад основного матеріалу.** Уявлення про саморозвиток формується в контексті основних теорій особистості при визначенні джерел, умов та рушійних сил розвитку людини.

В аналітичній психології К. Г. Юнга [5] розвиток особистості розглядається як еволюція усього життя, результатом якої є набуття самості, становлення неповторного і цілісного індивіда. Процес індивідуалізації представляє інтеграцію багатьох внутрішньоособистісних сил і тенденцій, що необхідні для успішної самореалізації та руху до більшої свободи та гармонії. Саморозвиток К. Юнг вважав доступним тільки здібним і високоосвіченим людям, які мають потребу у самодосконаленні. У диспозиційній теорії особистості Г. Олпорта основною є ідея про те, що індивідуум володіє певною мотиваційною системою – «пропріумом», як конструктивною, творчою та організаційною силою, яка «шттовхає» людину в бік зростання і розвитку [5]. А Адлер саморозвиток вбачав в такій активності, яка здійснюється в напрямку подолання почуття неповноцінності та формування соціального інтересу, які спонукають людину досягати найвищих результатів [5].

Проблема саморозвитку особистості знайшла своє відображення і в працях психологів – гуманістів, таких як К. Роджерс, А. Маслоу та ін. В теорії К. Роджерса тенденція саморозвитку – це процес реалізації людиною впродовж онтогенезу свого потенціалу з метою стати особистістю, яка повноцінно функціонує, прагне до особистісного зростання та благополуччя. Саморозвиток включає здобуття більшої автономії, незалежності та послідовного задоволення вищих потреб.

В роботах Е. Фромма вказується, що механізмом саморозвитку стає самостійність людини, її спрямованість на пошук способів розв'язання суперечностей існування, здатність відчувати себе суб'єктом власних дій. Саморозвиток є напруже-

ним і драматичним процесом, результатом якого є духовно-моральне піднесення та сформована особистість.

В екзистенційній психології джерелом саморозвитку є потреби людини у осмисленні свого життя, прийнятті власних цінностей, відповідальності, свободі, самостійності, що дає змогу досягти почуття сили «Я». Саме це почуття стає критерієм і відправною точкою саморозвитку і відображає рух до смислу, творчості, безмежності прояву існування. В цій моделі саморозвиток визначається як здатність людини виходити за свої межі та досягати трансцендентальних вершин.

У сучасній вітчизняній психології саморозвиток традиційно розглядають як свідому діяльність індивіда, спрямовану на якісні зміни самого себе з метою формування своєї суб'єктності. Ідея саморозвитку не ігнорує роль впливу інтерсуб'єктних факторів на психіку, проте акцентує увагу на внутрішніх атрибутіях самозмін, що представлені в ментальній свідомості індивіда. Прагнення до саморозвитку є іманентною та інваріантною ознакою людини, що притаманна їй природі, однак він відбувається в культурно-історичному діапазоні, який регулює перехід від саморозвитку, як стихійного, процесу, до саморозвитку, як усвідомленого способу існування. Це такий вид саморуку, який має причину в самому собі, але орієнтується на вимоги і умови зовнішнього середовища.

Н. Чепелева вважає, що саморозвиток – це «...активність людини, ініційована нею самою, з перетворення себе відповідно до задуму» [3, с. 9]. М. Смільсон зауважує, що саморозвиток – процес кількісно – якісних трансформацій в різних структурах особистості, що спричиняються з одного боку внутрішніми потребами у збереженні «Я», з іншого свідомим прагненням його розширення та якісного наповнення [3]. З позиції культурно – історичного підходу джерелами саморозвитку виступають суперечності між зовнішнім та внутрішнім, що постійно виникають в процесі життя. Їх вирішення відбувається в умовах діяльності, результатом чого є системні новоутворення, нагромадження яких утворює потенційну основу для більш складного рівня функціонування, що може відбуватися у формі саморозвитку. Набуття і реалізація особистісного досвіду в різних сферах буття на різних вікових етапах виступає головною умовою життєдіяльності, яка і характеризує саморозвиток у різних його формах і проявах.

Саморозвиток особистості обумовлюється тенденціями і новоутвореннями загального психічного розвитку, який традиційно тлумачиться як

процес кількісно – якісних, прогресивно – регресивних, еволюційно – інволюційних перетворень в психічних структурах, що може носити спонтанний та неконтрольований характер. Загальний розвиток передбачає організацію зовнішніх консолідуючих впливів і фіксується як у мимовільних, так і довільних актах. Саморозвиток засвідчує провідну роль самої людини як суб'єкта свідомих самоперетворень в процесі їх ініціації, організації та довільної регуляції; передбачає орієнтацію на прогрес, еволюцію і якість самоздійснення. Розвиток і саморозвиток є взаємопов'язаними і розглядаються у діалектичних конотаціях, що визначають тенденції та результати існування людини. Л. Сердюк зазначає, що саморозвиток – це процес цілеспрямованої самозміни, тоді як розвиток може бути стихійним внаслідок розв'язання внутрішніх суперечностей і не завжди усвідомлюватись [4]. Саморозвиток є відображенням внутрішніх причин активності, де цілі, напрями і засоби визначає сама людина; спирається на творче начало, коли загальнолюдський досвід засвоюється, примножується та активно використовується. Людина, спираючись на власні цінності та прагнення, внутрішні ресурси, життєві надбання, робить якісно новий крок в процесі перетворення власного «Я». В даній інтерпретації саморозвиток тлумачиться виключно в конструктивній парадигмі. Проте дослідники [1; 3; 4] зауважують, що якісна своєрідність саморозвитку може передбачати і деструктивні варіанти, що проявляються у формі асоціальної поведінки, реактивності, аутодеструкцій і т. д. У позитивному ключі саморозвиток постає як інструмент особистісного зростання, самотворення особистості в напрямку ідеального «Я». С. Кузікова в даному ракурсі зазначає, що саморозвиток – це «свідома, цілеспрямована та самокерована активність особистості, мета якої полягає в позитивній самозміні, що й забезпечує особистісне зростання та самовдосконалення» [1, с. 175].

Концепт саморозвитку ґрунтується на постулаті активності суб'єкта, що полягає в переході від принципу віддзеркалення до принципу породження особливої психологічної індивідуальності, яка відповідає системі внутрішніх спонук. Саморозвитку передують зовнішні причини, які згодом інтеріоризуються у внутрішні. Принцип самодетермінації є основоположним при дослідженні проблеми саморозвитку. Е. Десі, Р. Раян самодетермінацію визначають як вроджену схильність до набуття умінь здійснювати гнучку взаємодію із соціальним середовищем [6]. Л. Сердюк

самодетермінацію тлумачить як «функцію психологічного зростання упродовж всього життя, що базується на основних психологічних потребах у компетентності й автономії» [4, с. 153]. Ідея самодетермінізму втілена в парадигму рівневих концепцій розвитку психіки та сформульована в системному підході про визначення внутрішніх причин, згідно яким людина прагне до особистісного прогресу. Згідно даному підходу саме людина, її цінності, бажання, світогляд і т.д. визначають локус каузальності і виступають джерелом активності по відношенню до власного «Я».

Справжній саморозвиток означає, що людина є не продуктом подій, а автором власної життєдіяльності, яка здатна не підкорятися обставинам, а творити їх, визначаючи при цьому перспективи самоіснування. Саморозвиток описується у категоріях породження нового, ствердження та практичного перетворення власної особистості, що і виступає критерієм її зрілості. Він відображає особливості внутрішнього світу людини, її активне ставлення до того, що відбувається в особистісному просторі. Людина як суб'єкт саморозвитку виявляється з позиції зацікавленості до власної особистості, прагне її досконалості, здобуття нового досвіду, розвитку умінь, виробляє нові ресурси та механізми самоуправління. Вона здійснює інтервенцію у свій внутрішній світ, проводить ревізію власного потенціалу, аналізує та оцінює свої можливості, приймає рішення про необхідність оновлення змісту та збагачення власного «Я».

С. Максименко вважає, що саморозвиток представляє процес безперервної реалізації потенційних можливостей, здібностей і талантів людини як звершення своєї місії чи покликання, повне пізнання та прийняття власної сутності, невпинне прагнення до внутрішньої синергії та інтеграції із зовнішнім середовищем [2]. В такій інтерпретації виявляються такі ознаки, що характеризують людину як зрілу особистість.

В якості центральних психологічних механізмів саморозвитку розглядаються ідентифікація і рефлексія, як метакогнітивні здібності, що ґрунтуються на знанні і оцінюванні себе. Ідентифікація дає можливість через ототожнення з іншою людиною пізнати себе, а рефлексія забезпечує здатність здійснювати глибокий і повноцінний самоаналіз, виявляти найрізноманітніші аспекти власного «Я», які потребують змін. Як складні утворення сфери самосвідомості індивіда, ідентифікація і рефлексія інтегровані в процеси самопізнання, на підставі чого людина приймає

рішення про необхідність оновлення особистісного досвіду. Вони вбудовані в сам механізм саморозвитку визначаючи його зміст, результати та якість; виявляються у здатності людини на основі даних самооцінювання породжувати у внутрішньому світі якісно нові психологічні утворення, що стають ресурсом для вирішення завдань саморозвитку в майбутньому, тобто особистісного зростання.

Саморозвиток особистості реалізується у трьох основних формах: самоствердження, самоактуалізація та самовдосконалення. Самоствердження характеризує спрямованість людини у напрямку виявлення та підтвердження своїх певних якостей, рис характеру, способів поведінки та діяльності; дозволяє заявити про себе повною мірою як про справжню особистість. Самоактуалізація є вищою формою саморозвитку в якій інтегровано значущі смисли та мотиви. На думку А. Маслоу, самоактуалізація – це вміння людини реалізувати те, що в ній закладено, виявити свій потенціал і використати його в житті [5]. Самовдосконалення – це процес свідомого управління розвитком особистості, своїх якостей і здібностей у відповідності до уявлень про ідеал. Його результатами виступають: задоволеність собою і своїм життям, відчуття психологічного благополуччя і т. д.

Очевидно, що саморозвиток у процесі життєдіяльності відбувається за рахунок новоутворень різного рівня, які є свідченням сформованості людини як зрілої особистості, яка займає активнотворчу позицію по відношенню до власних змін. Реалізуючи власний досвід, створюючи нові цінності, усвідомлюючи свої досягнення і недоліки індивід набуває можливості до прогресу, тобто особистісно зростає.

Визначені механізми саморозвитку виступають умовою, водночас і критерієм зрілості особистості, яка володіє системою визначених життєвих та моральних принципів; в поведінці та діяльності спирається на внутрішні регулятори, усвідомлює повноту відповідальності за свої думки, почуття та вчинки. Зріла особистість, набуваючи в процесі діяльності певного досвіду та якостей починає на цій базі вільно й самостійно обирати нові цілі та засоби самореалізації, управляти своєю активністю, водночас удосконалюючи та розвиваючи себе. Загалом успішність особистісного зростання визначається прагненням та результатами саморозвитку на попередніх етапах, наявністю ресурсів, достатніх для продуктивного та творчого самоздійснення в процесі життя.

**Висновки.** У світлі вищевикладених уявлень можна зазначити, що саморозвиток розглядають як самодетерміновану активність людини з перетворення і становлення себе як суб'єкта особистісного зростання. Це фундаментальна здатність індивіда розбудовувати, оновлювати, перетворювати власну особистість відповідно до прагнення досягти вершин власного «Я». Як системно – рівневий творчий акт, саморозвиток, ґрунтується на метакогнітивних здібностях, включає механізми рефлексії та ідентифікації і спрямований на привнесення у ментальний простір раніше не існуючого досвіду. Саморозвиток вирізняється усвідомленою й активною участю самої особистості в детермінації, організації, реалізації та регуляції діяльності, яка створює умови для еволюційних змін та особистісного прогресу. Перспективи наукових пошуків полягають у подальшому дослідженні феномену саморозвитку в системних зв'язках з процесами позитивного функціонування та ефективного особистісного зростання.

#### Список літератури:

1. Кузікова С. Б. Феноменологія саморозвитку особистості: визначення поняття *Науковий вісник Миколаївського державного університету імені В. О Сухомлинського. Серія: Психологічні науки.* 2013. Вип. 10. С. 171–176.
2. Максименко С.Д. Генеза здійснення особистості. Київ : Видавництво ТОВ «КММ», 2006. 240 с.
3. Психологія саморозвитку особистості: збірник наукових праць / за ред. Н.В. Чепелевої, Я.Ф. Андреевої. Чернівці – Київ, 2016. 284 с.
4. Сердюк Л.З. Психологічні фактори самодетермінації особистості. Актуальні проблеми психології : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. Том. V: Психофізіологія. Психологія праці. Експериментальна психологія. Вип. 18. С. 151–161.
5. Столяренко О. Б. Психологія особистості. Навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 280 с.
6. Deci E. L. Intrinsic motivation and self-determination in human behavior / E.L. Deci, R.M. Ryan. University of Rochester. New York: Plenum Press, 1985. 375 p.

**Datsenko O.A. HUMAN SELF-DEVELOPMENT IN THE CONTEXT OF PERSONAL GROWTH PROBLEMS**

*The article is devoted to the theoretical study of the problem of self-development in modern psychology. An overview of the main scientific approaches to the phenomenon presented in foreign and domestic science is presented. It is noted that in the outlined concepts the idea of self-development is formed in the context of determining the sources, conditions and driving forces of personal functioning. Based on the generalization of theoretical material, it is established that self-development is a conscious activity of an individual caused by internal determinants and aimed at qualitative changes in oneself with a view to forming one's subjectivity. This is a form of existential activity that results in a person transforming his or her own personality in accordance with the prospects of self-realization in the conditions of life. Its sources are internal contradictions, the resolution of which provides opportunities for expansion, renewal and qualitative filling of the content of the "I". An attempt is made to make a comparative analysis of the categories of "development" and "self-development". It is noted that self-development fixes the predominant role of intro-subjective factors, mechanisms of identification, reflection and conscious control in the process of self-changing. It is emphasized that the qualitative originality of self-development may include destructive options, but we believe that it is still focused on progress, evolution and a higher level of self-realization. The main forms of self-development are identified: self-affirmation, self-actualization and self-improvement, which are a criterion of the maturity of a personality that has a system of appropriate resources for further growth. The acquisition and realization of these resources in different spheres of life at different age stages is a condition for self-movement, which characterizes self-development in its various forms and manifestations. Prospects for further scientific research are outlined. The author emphasizes the need to study the phenomenon of self-development in systemic relations with the processes of positive functioning and effective life support.*

**Key words:** *self-development, self-changes, subject of life activity, transformations of the "I" image, reflection, identification, personal maturity.*