

УДК: 159.923.2

**МИЛАШЕНКО Катерина Олександрівна**

*аспірант кафедри психології Полтавського національного педагогічного  
університету імені В.Г.Короленка*

## **ДОСЛІДЖЕННЯ ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ ЯК РЕСУРСУ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ОСОБИСТОСТІ ДОРΟΣЛОГО ВІКУ**

*Стаття привчена опису наукових поглядів на психологічну сутність самоактуалізації, систему екзистенційних ресурсів, що обумовлюють ефективність даного процесу. Висвітлені результати емпіричного дослідження рівня самоактуалізації особистості дорослого віку, найбільш значимі її параметри. Описана специфіка ціннісних орієнтацій як ресурсу самоактуалізації досліджуваних.*

**Ключові слова:** самоактуалізація, ціннісні орієнтації, цінності, екзистенційні ресурси самоактуалізації, параметри самоактуалізації людини дорослого віку.

**Постановка проблеми.** Питання самоактуалізації особистості є одним із найбільш складних та актуальних в умовах сучасного суспільства. Посилена увага до даної проблеми викликана, по-перше, необхідністю вивчення системи ресурсів та процесу розвитку і становлення особистості в кризових умовах сучасного суспільства (багатовекторність розвитку та самореалізації, розширення цінностей споживання при відсутності життєвої визначеності, відсутність у особистості впевненості у майбутньому через складні соціально-політичні та економічні процеси українського суспільства, тощо (К.В. Седих [6]); по-друге, відсутністю єдиного та всеохоплюючого розуміння процесів самоактуалізації сучасної особистості для його психологічного супроводу. Особливо актуальною проблема самоактуалізації постає у дорослому віці, коли особистість не лише навчається і розвивається, як у дитинстві, підлітковому і юнацькому віці, а вже має певні результати власної діяльності, за якими вона може поставити питання про результативність свого життя, його наповненість смыслом, відповідність властивих їй цінностей тим цілям, що вона перед собою ставила на початку процесу самоактуалізації.

© К.О. Милашенко, 2018

[orcid.org/0000-0002-5528-0201](https://orcid.org/0000-0002-5528-0201)

<http://doi.org/10.5281/zenodo.1169771>

Особливо важливою є проблема результативності власного життя, оцінки досягнутих цілей та подальших перспектив, що відображає особливості самоактуалізації особистості.

Також, значимим є питання виокремлення кола ресурсів самоактуалізації особистості дорослого віку, серед яких вагома роль належить системі цінностей особистості як найбільш загальних регуляторів її поведінки і життєвого шляху. Тож, проблема вивчення цінностей як ресурсу самоактуалізації особистості дорослого віку є актуальною і потребує вирішення.

**Мета** даної статті – дослідити ціннісні орієнтації як ресурс самоактуалізації особистості дорослого віку.

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Проблема самоактуалізації особистості є однією з фундаментальних проблем наукового пізнання, оскільки саме завдяки самоактуалізації особистість долучається до суспільства, гармонійно і збалансовано розкривається в ньому, реалізуючи можливості розвитку свого *Я*.

Основи розуміння феномену самоактуалізації закладені в екзистенційній філософії, розробленій європейськими мислителями (Ф. Брентано, М. Бубер, Е. Гуссерль, А. Камю, С. К'єркегор, М. Гайдеггер, Ж.-П. Сартр). Першим у науковий вжиток поняття «самоактуалізація» ввів К. Гольдштейн з метою філософського визначення універсального принципу життя, основного та єдиного мотиву в людському житті. Загалом, самоактуалізація розглядається у взаємозв'язку з процесами самореалізації, саморозвитку, самовдосконалення та іншими категоріями «само». Усі виділені категорії, пов'язані з самоактуалізацією, уточнюють різні її аспекти, гармонійно доповнюють кожне категорійне значення. Але різні підходи до аналізу концептуальних основ цих понять призводять до досить широкого трактування поняття самоактуалізації (за описом Н.В. Старинської [8]).

Основні наукові теорії самоактуалізації розроблені в рамках поглядів таких вчених як А. Адлер, Р. Ассаджолі, А. Ленгле, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Фромм, К. Хорні, Е. Шостром, К.Г. Юнг. Засновник гуманістичної психології А. Маслоу визначає самоактуалізацію як «...прагнення людини актуалізувати те, що міститься в ній в якості потенцій. Цю тенденцію можна назвати прагненням стати тією людиною, якою вона може стати, досягнути вершини свого потенціалу» [3, с.494]. Самоактуалізація у Е. Фромма виражена

через поняття «плідна орієнтація» в житті людини, Істинна самість, яка розуміється як установка на реалізацію людиною властивих їй можливостей, доцільне використання своїх сил [10]. Виділені Е. Фроммом п'ять основних екзистенційних потреб людини (у встановленні зв'язків, подоланні, потреба в корінні, тотожності з самим собою, системі поглядів і відданості) збагатили наукові уявлення про механізми самоактуалізації.

Розгляд проблеми самоактуалізації у вітчизняній психології пов'язаний із основними положеннями діяльнісного підходу до трактування внутрішнього світу людини (П.Я. Гальперін, О.М. Леонт'єв, С.Л. Рубінштейн, К.О. Абульханова-Славська, Б.Г. Анан'єв, О.О. Бодальов, А.В. Брушлинський, В.М. М'ясищев та ін.). Основні принципи теорії діяльності (відображення, предметність, системність, розвиток, детермінізм, тощо) дозволили науковцям по-новому розглянути концепції зарубіжної гуманістичної психології про самореалізацію й самоактуалізацію та розкрити природу механізмів її розвитку. Як зауважує Н.В. Старинська [8], теоретико-методологічні основи вивчення самоактуалізації у вітчизняній психології зумовили осмислення сутності феномену «самоактуалізація» через категорії «діяльність», «спрямованість», «система відносин», «індивідуальність», «суб'єкт», «життєвий шлях»; використання для його трактування понять «актуальна потреба», «актуальна здатність», «актуальні та потенційні характеристики людини».

Важливим та остаточно не вирішеним питанням у даному контексті є пошук ресурсів самоактуалізації особистості. Сучасні автори розглядають самоактуалізацію у зв'язку з різними психологічними явищами та процесами, орієнтуючи увагу, переважно, в напрямках вивчення самоактуалізації у контексті професійного становлення, подолання складних життєвих ситуацій, реалізації в сімейних стосунках, вивчення даного феномену як такого, тощо. Зокрема, Є.В. Карпенко [1] визначив зв'язок процесу самоактуалізації та захисних механізмів особистості. Він стверджує, що захисні механізми в процесі самоактуалізації відіграють роль каталізаторів, які підтримують у суб'єкта рішучість прийняти виклики трансцендентних цінностей, застосовуючи для цього релевантні копінг-стратегії, або роль інгібіторів, що ускладнюють перехід у самоактуалізаційний режим життєздійснення, консервуючи

внутрішній мотиваційно-ціннісний конфлікт і обмежуючи життєві домагання особистості адаптивним самообмеженням.

Г.К. Радчук [4] на прикладі вивчення студентів зауважує, що самоактуалізація – це безперервний рух у напрямку особистісного зростання. Прагнення до самоактуалізації є вищим рівнем мотивації особистості, природнім, закономірним і необхідним процесом життя і, водночас, важливим чинником професійно-особистісного зростання особистості.

Роль цінностей як ресурсу самоактуалізації особистості часто підкреслюється науковцями. В. Франкл [9] розглядає людину як суб'єкта пошуку власного сенсу життя у процесі самоактуалізації. Такий пошук здійснюється людиною в межах полярної напруги, де перший полюс представлений об'єктом (сенса), а другий полюс – суб'єктом (людина, яка повинна цей сенс знайти). Самоактуалізація в цьому аспекті видається як осягнення «творчих» цінностей, «цінностей переживання» і «цінностей відносин». Водночас, процес «осягнення сенсу» характеризує вищу стадію розвитку, ніж «привласнення» уже відомого, «представленого» людині сенсу. «Знаходячи сенс, людина реалізує сама себе». Підкреслюючи роль цінностей у процесі самоактуалізації, К. Роджерс [5] акцентує увагу на двох перешкодах особистісного зростання, а саме: неконгруентності (відмінність між усвідомленням, досвідом і повідомленням про досвід) і «умовних цінностях» (поведінка або відношення, яке заперечує деякий аспект самості як нецінний для значущих осіб, і формується з дитинства).

Так, Є.І. Ісаєв та В.І. Слободчиков визначають самоактуалізацію «як процес становлення людини суб'єктом власної життєдіяльності і потребує засвоєння ним норм і засобів діяльності, основних змістів і цінностей, які регулюють сумісне життя людей у суспільстві» [7, с.29].

У дослідженні Д.О. Леонтєва [2] виявлено, що в основі мотивації діяльності самоактуалізованої особистості лежать такі цінності: істина, добро, краса, цілісність, єдність протилежностей, життєвість (процес, рух), унікальність, досконалість, необхідність, завершеність, справедливість, порядок, простота, багатство, легкість, гра, гнучкість, лабільність у реалізації своїх цілей, цінностей, самодостатність. Ці цінності орієнтують діяльність особистості до самоствердження, виступаючи ресурсом для даного процесу. Тож, цінності визначаються науковцями як вагомий ресурс

самоактуалізації, який дозволяє людині успішно реалізувати свої потенційні можливості.

**Виклад основного матеріалу дослідження.** У дослідженні особливостей ціннісних орієнтацій як ресурсу самоактуалізації особистості використані методики «Діагностика самоактуалізації особистості» (методика А.В. Лазукіна в адаптації Н.Ф. Каліної (САМОАЛ)) та «Ціннісний опитувальник» (Ш. Шварц). Дослідження проведене на вибірці з 75 досліджуваних, що включала 2 підгрупи. До першої підгрупи увійшли 45 досліджуваних, які отримують другу вищу освіту за спеціальністю «Психологія», до другої групи – 30 досліджуваних, які приділяли увагу власній самоактуалізації – проходили курси психотерапії, тренінги, займалися духовними практиками, тощо. На нашу думку, такі групи досліджуваних найбільш прийнятні для вивчення особливостей самоактуалізації, адже їх представники зацікавлені у розвитку своїх потенційних можливостей, переймаються даною проблемою.

За результатами проведеного дослідження виявлено, що більшість (87,5%) досліджуваних характеризується середнім рівнем самоактуалізації (рис. 1). Такі респонденти змогли визначитись із власними можливостями, інтересами та цінностями, способами їх реалізації. Проте, вони часто не мають цілісного бачення власного життя чи центровані у окремих його часових проміжках – минулому чи майбутньому (50%), іноді не мають достатнього рівня спонтанності (25%). Цим досліджуваним властива, переважно, посередньо виражена контактність (50%) та потреба у пізнанні і креативність (56,25%).

Менша частина вибірки (12,5%) має високий рівень самоактуалізації. Такі досліджувані, самоактуалізувалися, змогли віднайти спосіб узгодження своїх бажань і можливостей їх реалізувати, задоволені власним *Я*. Вони спроможні успішно жити сьогоденням (50%), приймають самих себе, інших людей і життя загалом як даність із усіма негативними і позитивними сторонами. Цим досліджуваним властива здатність жити теперішнім, тобто переживати теперішній момент свого життя у всій його повноті, а не просто як фатальний наслідок минулого або підготовку до майбутнього «справжнього життя». Вони спроможні відчувати нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним. Саме таке

світовідчуття, психологічне сприйняття часу респондентами свідчить про високий рівень їх самоактуалізації.

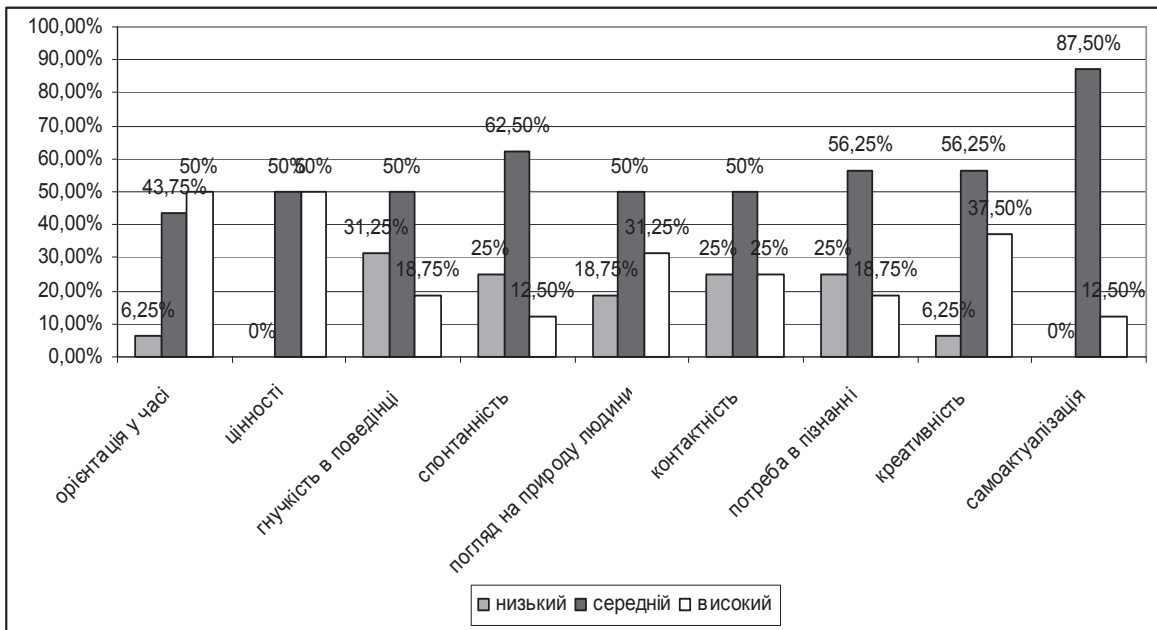


Рис. 1. Показники самоактуалізації досліджуваних

Вони незалежні у своїх вчинках, прагнуть керуватися в житті власними цілями, переконаннями, установками і принципами (50%), що, однак, не означає ворожості до оточуючих і конфронтації з груповими нормами. Вони вільні у виборі, не схильні до зовнішнього впливу, мають внутрішній локус контролю. Для цих досліджуваних властива гнучкість поведінки та спонтанність проявів своїх можливостей, спроможність до творчого самовираження та орієнтація на пізнання нового.

Аналізуючи групові показники, можемо визначити, що найбільш вираженими характеристиками самоактуалізації досліджуваних є орієнтація в часі, цінності, погляд на природу людини, креативність, гнучкість. Так, 50% досліджуваних живуть сьогоднішнім, реалізуючи свої можливості у ньому і не намагаючись жити спогадами. Також, 50% представників групи розділяють цінності самоактуалізованої особистості, визначені А. Маслоу [3], – доброту, цілісність, життєвість, справедливість, порядок, простоту, тощо. При цьому, 37,5% досліджуваних характеризуються вираженою креативністю – спроможністю до створення нового, творчого поєднання виділених раніше частин проблеми, тощо. Для 31,25% представників вибірки властива виражена віра в природу людини – упевненість в тому, що

особистість наділена потенційними можливостями, спроможна до розвитку, і відповідне ставлення до оточуючих.

До менш виражених параметрів самоактуалізації відносяться гнучкість в поведінці (31,25% досліджуваних мають низький рівень якості), потреба в пізнанні та спонтанність (по 25% відповідно).

Одним із ресурсів самоактуалізації особистості дослідники визначають систему цінностей, результати дослідження якої представлені у таблиці 1.

Таблиця 1

**Ціннісні орієнтації представників досліджуваної групи**

| цінності      | нормативні ідеали |      | реальні цінності |      |
|---------------|-------------------|------|------------------|------|
|               | $\bar{X}$         | ранг | $\bar{X}$        | ранг |
| універсалізм  | 2,17              | 1    | 4,78             | 3    |
| самостійність | 2,67              | 2    | 3                | 1    |
| доброта       | 3                 | 3    | 4,93             | 4    |
| безпека       | 4,87              | 4    | 4,36             | 2    |
| досягнення    | 5,3               | 5    | 5,21             | 5    |
| конформність  | 6,26              | 6    | 8,78             | 9    |
| влада         | 7,27              | 7    | 6,28             | 8    |
| традиційність | 6,77              | 8    | 8,92             | 10   |
| гедонізм      | 7,87              | 9    | 5,42             | 6    |
| стимуляція    | 8,83              | 10   | 6,21             | 7    |

Як бачимо з таблиці 1, переважаючими ціннісними ідеалами досліджуваних є універсалізм, самостійність та доброта. Посередньо виражені цінності безпеки, досягнення, конформності та влади. Найменш вираженими ціннісними ідеалами представників групи є традиційність, гедонізм та стимуляція. На рівні реально діючих цінностей такі показники дещо змінюються. Зокрема, до групи найбільш вагомих цінностей, поряд із універсалізмом та самостійністю, додається цінність безпеки (що, імовірно пов'язано з актуальними соціально-політичними подіями у нашій країні), а доброта відходить до групи посередньо виражених цінностей. Тож, універсалізм та самостійність можемо визначити як абсолютні цінності, що виступають як ціннісними ідеалами досліджуваних, так і вагомими регуляторами їх життєвої активності. Безпека і доброта також можуть бути названі достатньо дієвими цінностями респондентів.

При цьому, в реальному житті, порівняно з ідеалами, зменшується вагомість цінностей конформності ( $\bar{X}$  зменшується на 3), натомість, збільшується вплив цінностей гедонізму та стимуляції (різниця в середніх значеннях рангів – 3). Фактично незмінними залишаються цінності досягнення, влади та традиційності (навіть при відмінностях у середніх рангових позиціях, у цих показників не змінюється рівень вираженості). Тож, найменш вагомими цінностями досліджуваних є традиційність і стимуляція.

Для визначення ролі цінностей у процесі самоактуалізації особистості порівняні показники вираженості цінностей у респондентів із середнім та високим рівнем самоактуалізації. Співвідношення середніх значень та середніх рангових позицій вираженості цінностей у даних групах представлено у таблиці 2.

Таблиця 2

**Ціннісні орієнтації досліджуваних із різним рівнем самоактуалізації**

| цінності      | рівень самоактуалізації |      |           |      |
|---------------|-------------------------|------|-----------|------|
|               | середній                |      | високий   |      |
|               | $\bar{X}$               | ранг | $\bar{X}$ | ранг |
| універсалізм  | 2,04                    | 1    | 3,05      | 3    |
| самостійність | 2,61                    | 2    | 3,01      | 2    |
| доброта       | 3,23                    | 3    | 1,48      | 1    |
| безпека       | 4,53                    | 4    | 7,05      | 6    |
| досягнення    | 5,5                     | 5    | 3,95      | 4    |
| конформність  | 6,07                    | 6    | 7,48      | 8    |
| влада         | 7,15                    | 7    | 8,02      | 9    |
| традиційність | 7,19                    | 8    | 4,01      | 4    |
| гедонізм      | 7,92                    | 9    | 7,46      | 7    |
| стимуляція    | 8,73                    | 10   | 9,48      | 10   |

Як бачимо з таблиці 2, у досліджуваних із різним рівнем самоактуалізації фактично однакові розподіли цінностей, що доводиться значенням  $r_s$ -Спірмена (0,794,  $p \leq 0,01$ ). Найбільш вагомими цінностями – універсалізм, самостійність та доброта – мають перші рангові позиції у двох групах досліджуваних. Деякі відмінності зафіксовані за ранговими позиціями цінностей традиційність, що вища у групі з високим рівнем самоактуалізації (різниця середніх значень становить 3,18), та безпека, що вища у протилежній групі (2,52). Інші цінності



мають майже однаковий розподіл. Найменш дієвими цінностями серед досліджуваних об'єктів груп є стимуляція, гедонізм і влада. Тож, найбільш дієвими цінностями, що виступають ресурсом самоактуалізації особистості, є універсалізм, самостійність та доброта. При цьому, цінності стимуляції, гедонізму і влади не пов'язані з процесом самоактуалізації, або, навіть, перешкоджають його здійсненню.

**Висновки з даного дослідження і перспективи подальших розвідок у даному напрямку.** Самоактуалізація є складним феноменом, процесом становлення людини суб'єктом власної життєдіяльності, що потребує засвоєння ним норм і засобів діяльності, основних змістів і цінностей, які регулюють сумісне життя людей у суспільстві. В актуальних психологічних дослідженнях визначені особливості самоактуалізації особистості в різних сферах життя (навчання, професійній діяльності, сімейному житті, спілкуванні, тощо) та її зв'язок із різними психологічними феноменами (захисними механізмами, мотивацією, смисловою сферою, тощо). При цьому, цінності визначаються як один із найбільш вагомих екзистенційних ресурсів самоактуалізації особистості.

За результатами дослідження виявлено, що більшість респондентів характеризується середнім рівнем самоактуалізації, а незначна частина вибірки – високим. Найбільш вираженими аспектами самоактуалізації досліджуваних є орієнтація в часі, цінності, погляд на природу людини, креативність, а найменш вираженими – гнучкість в поведінці, потреба в пізнанні та спонтанність.

Серед цінностей, які найбільшою мірою пов'язані з процесом самоактуалізації визначені універсалізм, самостійність та доброта. Тобто, для самоактуалізації особистості важливе значення мають такі цінності як розуміння, терпимість, захист благополуччя всіх людей, самостійність мислення, незалежність думок і способів діяльності, самокерівництво та автономність, збереження благополуччя у стосунках з близькими людьми, потреба в афіліації. Натомість, цінності стимуляції, гедонізму і влади заважають процесу самоактуалізації. Проте, проблема визначення ресурсів самоактуалізації особистості не обмежується вивченням ролі цінностей у даному процесі, потребує подальшого вивчення, що і буде предметом досліджень автора.

### Список використаних джерел

1. Карпенко Є.В. Суб'єктно-ціннісні особливості процесу самоактуалізації особистості / Є.В. Карпенко // Психологія особистості. – 2012. – №1. – С. 59–68.
2. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу / Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 1987. – № 3. – С. 150–158.
3. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу. – СПб. : Питер, 2007. – 352 с.
4. Радчук Г.К. Особливості самоактуалізації особистості студентів в освітньому середовищі вищої школи / Г.К. Радчук // Психологія і особистість. – 2015. – №2. – Ч.2. – С. 85–97.
5. Роджерс К. Искусство консультирования и терапии / К. Роджерс. – М. : Апрель Пресс, Изд-во Эксмо, 2002. – 976 с.
6. Седих К.В. Міфологізація свідомості як ознака суспільно-політичної кризи / К.В. Седих // Проблеми сучасної психології. – 2015. – Вип. 29. – С. 626–635.
7. Слободчиков В.И. Основы психологической антропологии / В.И. Слободчиков, Е.И. Исаев. – М. : Школа-Пресс, 1995. – 384 с.
8. Старинська Н.В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки / Н.В. Старинська. – Київ: «Інтерсервіс», 2015. – 178 с.
9. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл. – М. : Прогресс, 1990. – 364 с.
10. Фромм Э. Иметь или быть? / Э. Фромм ; [пер. с нем. Т.Э.Телятниковой]. – М., 2017. – 320 с.

**K. Mylashenko**

#### INVESTIGATION OF VALUE ORIENTATIONS AS THE RESOURCE OF ADULT PERSONALITY'S SELF-ACTUALIZATION

*The article is aimed to reveal the main scientific approaches in personality's self-actualization justification. The features of personality's self-actualization in various spheres of life (education, professional activities, family life, etc.) and its connection with various psychological phenomena (protective mechanisms, motivation, semantic sphere, etc.) are defined. Values are defined as one of the most significant existential resources of self-actualization of personality.*

*The results of empirical research of value orientations as the resource of adult personality's self-actualization are discussed. It's defined that the most expressed aspects of respondent's self-actualization are time orientation, values, a view on human nature, creativity, and least expressed – flexibility in behavior, the need for knowledge and spontaneity. The specificity of value orientations that made the most and the less influence on personality's self-actualization process are discussed.*

**Keywords:** *self-actualization, value orientations, values, existential resources of self-actualization, parameters of self-actualization of an adult personality.*

Надійшла до редакції 15.01.2018 р.