

## ЕТАПИ І ФОРМИ САМОРОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

## STAGES AND FORMS OF SELF-DEVELOPMENT OF PERSONALITY

У статті розглядається динамічність сучасного життя, яка вимагає від людини здатності до саморозвитку, тому що сьогодні не можна покладатися тільки на знання, уміння, навички в їх класичному вигляді ретрансляції інформації. Звичайно, саморозвиток – це не тільки самонавчання, а й самовиховання особистості. У цьому аспекті особливу роль відіграє розвиток мотивації і мотивів соціальної поведінки особистості. Процес саморозвитку становить актуалізацію розширеного самовідтворення потреб у процесі життєдіяльності особистості.

Успішність особистісного саморозвитку детермінується наявністю узгодженої, несуперечливої системи ціннісних орієнтацій, яка лежить в основі формування змістовно і хронологічно узгоджених життєвих цілей та планів. Особливо важливою є реалізація особистісного розвитку й самодійснення у межах життєвого простору сім'ї. Шлюбно-сімейні стосунки як найважливіша сфера життєдіяльності особистості становлять її життєвий світ, визначаючи якість її життя, служучи полем для особистісної самореалізації, самоствердження і саморозвитку. Долаючи труднощі, які час від часу переживає будь-яка сім'я, зокрема молода, тільки-но створена, особистість усвідомлює і виразно бачить свої життєві домагання, оскільки складні ситуації можна розглядати як передумову постановки життєвих завдань, завдяки вирішенню яких вона стає спроможною брати на себе відповідальність за власне життя.

Етапи, стадії, рівні та форми прояву саморозвитку особистості аналізували у своїх дослідженнях В. Слободчиков, Е. Ісаєв, М. Монтессорі, С. Кузікова. Дослідниця С. Мінюрова запропонувала модель вивчення детермінації особистості. С. Кузікова розробила структурно-функціональну модель особистості, а також акцентувала увагу на необхідності вивчення психологічного простору для саморозвитку особистості. В. Маралов присвятив свої наукові пошуки виокремленню змістових характеристик саморозвитку на різних вікових етапах і визначив низку наявних перешкод на шляху його реалізації, критично оцінюючи потенціал саморозвитку й аналізуючи амбівалентні характеристики.

**Ключові слова:** саморозвиток особистості, особистість, вікові етапи, соціальна поведінка, психологічний простір.

The article considers the dynamics of modern life requires a person's ability to self-development, because today you can not rely only on knowledge, skills, abilities in their classic form of information retransmission. Of course, self-development is not only self-learning, but also self-education of the individual. In this aspect, a special role is played by the development of motivations and motives for its social behavior. The process of self-development is the actualization of expanded self-reproduction of needs in the process of personal life.

The success of personal self-development is determined by the presence of a coherent, consistent system of value orientations, which underlies the formation of meaningfully and chronologically consistent life goals and plans. It is especially important to realize personal development and self-realization within the living space of the family. Marital and family relations as the most important sphere of a person's life is his life world, determining the quality of life, serving as a field for personal self-realization, self-affirmation and self-development. Overcoming the difficulties that are experienced from time to time by any family, especially young, newly created, the individual realizes, clearly sees his life's demands, because difficult situations can be seen as a prerequisite for setting life goals, which makes it able to take on self-responsibility for one's own life.

Stages, stages, levels and forms of manifestation of personal self-development were analyzed in the researches of V. Slobodchikov, E. Isayev, M. Montessori, S. Kuzikova. S. Minyurova proposed a model for studying its determination, while S. Kuzikova developed a structural-functional model, and also emphasized the need to study the psychological space of personal self-development. V. Maralov devoted his scientific research to the identification of meaningful characteristics of self-development at different age stages and identified a number of existing obstacles to its implementation, critically assessing the potential of self-development and analyzing ambivalent characteristics.

**Key words:** self-development of personality, personality, age stages, social behavior, psychological space.

УДК 159.923.2

DOI <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2021.31.11>

**Васильєва Г.В.**

к.психол.н,  
доцент кафедри психології  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

**Котова І.О.**

магістрантка V курсу спеціальності  
«Психологія»  
Чорноморський національний  
університет імені Петра Могили

Процес саморозвитку індивідуалізований, адже він визначається мірою суб'єктності конкретної особистості, специфікою її активності, характерними особливостями формування цілей саморозвитку та ступенем їх усвідомленості. Проте існує низка підходів до періодизації саморозвитку. Однією з перших спроб розробки такої періодизації були напрацювання М. Монтессорі, яка, обмежившись віком від 0 до 18 років, виділила у процесі саморозвитку такі стадії, кожна з яких складається з двох фаз:

1) першу стадію (від народження до 6 років):

– для першої фази (0–3 роки), яку називають «всмоктуюча свідомість», характерна надчутливість дитини, що відображає емоції батьків, зокрема матері. Саме тому найбільш прийнятним середовищем для оптимального дитячого розвитку є родина, батьківський дім;

– для другої фази (3–6 років), яку називають «будівельник самого себе», властива інтенсивна самопобудова особистості, оскільки цей вік є найбільш чутливим як для сенсорного, рухового, мовного, так і для соціального розвитку;

2) другу стадію (від 6 до 12 років):

– перша фаза (від 6 до 9 років) – «дослідник навколишнього світу» – орієнтована на розвиток дитини й пов'язана з пошуком її місця, ролі в оточуючому світі. У свідомості дитини формується більш-менш адекватний, структурований і осмислений образ світу, образ самої себе і свого місця в світі. З метою пізнання світу вона прагне вийти за межі можливостей органів чуття шляхом експериментування;

– друга фаза (від 9 до 12 років) – «вчений» – дослідницьке ставлення до світу набуває цілеспрямованого характеру;

3) третю стадію (від 12 до 18 років):

– перша фаза (від 12 до 15 років) – «учасник організації» – молода людина знаходить можливості посилити свої пізнавальні здібності, залучаючи для цього однодумців;

– друга фаза (від 15 до 18 років) – «соціальний учасник» – характеризується зайнятістю протягом неповного робочого дня, навчанням, заняттям професійною підготовкою, початком професійного становлення, кар'єри [3].

У вітчизняній психології найбільш цікаво ідея періодизації саморозвитку відображена у працях В. Слободчикова, який намагався простежити процес розвитку особистості ніби зсередини. Вчений хотів відобразити становлення її внутрішнього світу, суб'єктивної реальності, де вихідними є поняття «подієва спільність» і «самобутність». Він вважав, що людина народжується кілька разів, реалізуючи входження до нових соціальних спільнот, при цьому принципово змінюючи режим життєдіяльності. Криза розвитку виникає у той момент, коли виникає розрив між індивідуальними й спільними формами діяльності. Кризи народження і розвитку перемижуються зі стадіями прийняття й засвоєння [6].

С. Кузікова виділяє чотири рівні організації саморозвитку, що відображають адаптивно-зарядні (ситуативні) і мотиваційно-сміслові (прогресивні) аспекти саморозвитку особистості, а саме:

1) високий (автентично творчий, трансгресивний) рівень;

2) середньо-високий (особистісно рефлексивний) рівень;

3) середній (індивідуально конструктивний) рівень;

4) низький (індивідуально регулятивний) рівень [1].

Кожен з зазначених рівнів має свою просторово-часову локалізацію в багатовимірному просторі саморозвитку особистості. Так, перший рівень передбачає локалізацію в часовому просторі «минуле – теперішнє». Особистісні переживання, ставлення, які склалися в минулому, зумовлюють сприйняття зовнішнього світу і реагування на життєві

ситуації в теперішньому. Другий рівень має локалізацію в інтервалі «теперішнє – минуле». Знаходячись у теперішньому, особистість реагує на зміни напрацьованими, звичними способами. Чим багатшим і різноманітнішим є її досвід, тим ефективнішою є її поведінка. Третій рівень організації саморозвитку локалізується в інтервалі «теперішнє – майбутнє». Цей рівень характеризується самоідентифікацією, самопізнанням, самоаналізом, побудовою системи цінностей, смислоутворенням, пошуком цілей і шляхів їх досягнення. Особистість у теперішньому спрямована в майбутнє, а саморозвиток має прогресивний характер. Нарешті, останній рівень передбачає проєкцію «майбутнє – теперішнє» і визначається високою здатністю до трансцендентності [1].

До основних форм саморозвитку належать такі: самоствердження, самовдосконалення, самоактуалізація і самореалізація. Самоствердження дає можливість особистості заявити про себе повною мірою. Самовдосконалення характеризує прагнення особистості наблизитися до деякого ідеального образу, який виступає в якості орієнтира для досягнення чого-небудь в собі в майбутньому. Самоактуалізація полягає у виявленні в собі певного потенціалу. Самореалізація полягає у використанні зазначеного потенціалу в житті.

Зазначені форми саморозвитку тісно пов'язані одна з одною. Первинним є самоствердження. Щоб удосконаливатися й актуалізуватися повною мірою, необхідно спочатку утвердитися в своїх очах і очах інших людей. Можна сказати, що той, хто самовдосконалюється і самоактуалізується, об'єктивно самостверджується. Більшість дослідників вважає, що аж до підліткового віку включно основною формою саморозвитку є самоствердження. І тільки стаючи суб'єктом саморозвитку, особистість здобуває нові можливості, які зумовлюють її прагнення до самовдосконалення і актуалізації свого особистісного потенціалу, що підвищує ймовірність самореалізації в житті і в діяльності. Кожний віковий період характеризується своїми ступенями становлення суб'єктивної реальності, специфікою розвитку самосвідомості, своєрідністю суб'єктної позиції і проявами соціальної активності, домінуванням тих чи інших форм саморозвитку.

На основі аналізу теоретичних підходів до визначення сутності процесу саморозвитку С. Мінорова запропонувала модель вивчення детермінації саморозвитку, в якій представлені дві площини й чотири вектори. Перша площина (вертикаль **A**) відображає спрямованість саморозвитку. Її задають два вектори: центробіжний (**ao**) – внутрішній конфлікт, центроспрямований (**oa1**) – мета, цінності, перспектива.

Друга площина (горизонталь **B**) відображає структурну складність джерел саморозвитку. Її задають два інших вектори. Вектор **B** спрямований на пошук інстанції, яка керує саморозвитком (самість, проприум, «Я-концепція»). Вектор **ob1** спрямований на виділення принципів які керують саморозвитком. Це принципи самоефективності, саморегуляції, самопідкріплення, самореалізації, інтерпретації і прогнозу. Вектори **ao** і **vo** визначають контекст саморозвитку, в основі якого лежить спрямованість на внутрішній конфлікт і пошук інстанції, здатної керувати саморозвитком. Цей контекст можна позначити як зіткнення з «Я». Натомість вектори **oa1** і **ob1** задають контекст саморозвитку, актуалізуючи спрямованість на мету, цінності, перспективи та пошук принципу, який може керувати саморозвитком, тим самим сприяючи розкриттю «Я» [4].

С. Кузікова наголошує на тому, що використання системно-синергетичного підходу до аналізу процесу саморозвитку особистості дозволяє враховувати все розмаїття елементів, з яких складається особистість як система. Вчена зазначає, що необхідно акцентовано вивчати внутрішні й зовнішні ресурси формування і розвитку тієї чи іншої системної якості, виникнення якої буде визначати потенційні можливості розвитку особистості. Використання авторкою структурно-функціонального аналізу дозволило побудувати модель, що відображає психологічний зміст саморозвитку особистості [1].

Індивідуальність саморозвитку визначається дією відповідних факторів, механізмів особистісного саморозвитку, а також умовами певної життєвої ситуації, характерними рисами, властивостями особистості, значущістю особистісних і міжособистісних відносин. Саме ступінь взаємозумовленості чинників

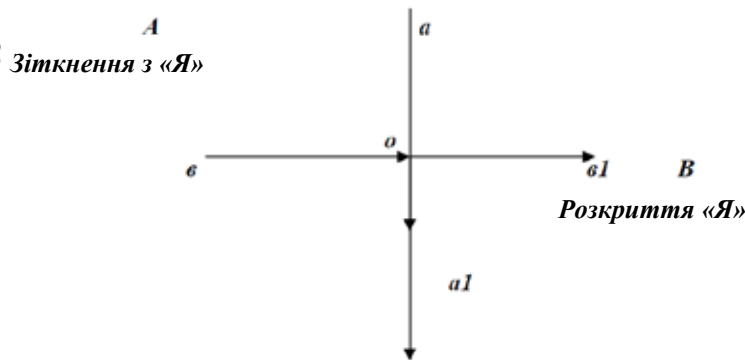


Рис. 1. Модель детермінації саморозвитку (за С. Мінуровою [4])

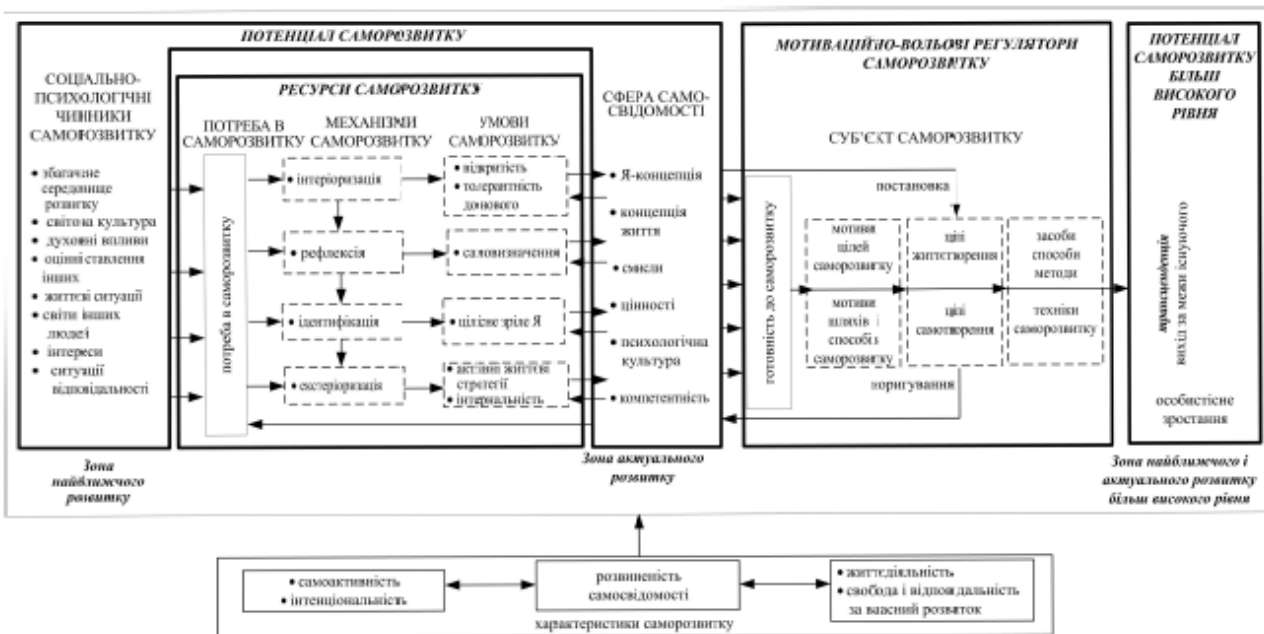


Рис. 2. Структурно-функціональна модель саморозвитку особистості (за С. Кузіковою [1])

соціального оточення, особистісних особливостей, характеру і спрямованості діяльності суб'єкта визначає динаміку саморозвитку особистості. Отже, дієвість і продуктивність саморозвитку залежить від змісту та емоційного забарвлення психічної реальності людини. З огляду на це вагомими факторами саморозвитку суб'єкта є ступінь значущості життєвих обставин і відносин особистості та рівень її психологічної культури і духовності.

На думку С. Кузікової, простір саморозвитку особистості є «суб'єктивізованим» середовищем, яке вибірково сприймається, створюється самим суб'єктом відповідно до його цінностей, цілей, домінуючих життєвих стратегій, індивідуально-психологічних особливостей та досвіду. Межами саморозвитку особистості виступають, з одного боку, її цілі та особистісні смисли, а з іншого боку, її ресурсні можливості (потенціал саморозвитку).

Отже, у психології зараз не існує єдиного підходу до визначення феномену саморозвитку, його суті, утворення синонімічного поля подібних понять, таких як самореалізація, самовдосконалення, самотрансценденція тощо.

Спираючись на періодизацію В. Слободчикова, В. Маралов запропонував виокремити

змістові характеристики саморозвитку на різних вікових етапах [3].

Говорячи про вікові особливості саморозвитку, не варто забувати й про перешкоди його реалізації. З-поміж низки невдач увагу слід зосередити на таких з них, як:

1) *ризик зазнати невдачі в ході досягнення життєвих цілей.* Як би індивід не прагнув досягти поставлених цілей і успіху, завжди існує імовірність зазнати невдачі. Вона може виражатися як в недосягненні цілей, так і в невизнанні заслуг особистості соціумом або окремими людьми. На жаль, слід констатувати, що такі ситуації трапляються в житті нерідко. У результаті цього людина втрачає віру в себе, у свої можливості, в існування справедливості, що негативно позначається на психологічному здоров'ї;

2) *вибір неадекватної сфери самореалізації і саморозвитку.* Саморозвиток в асоціальному напрямку слід визнати небезпечним для особистості. Часто трапляється, що людина вибирає не ту професію або галузь життєдіяльності. У результаті цього вона страждає, намагається робити все, щоб найбільш повно проявити себе, але результати є мінімальними. Підкорившись обставинам, людина не знаходить в собі сили, щоб змінити стан

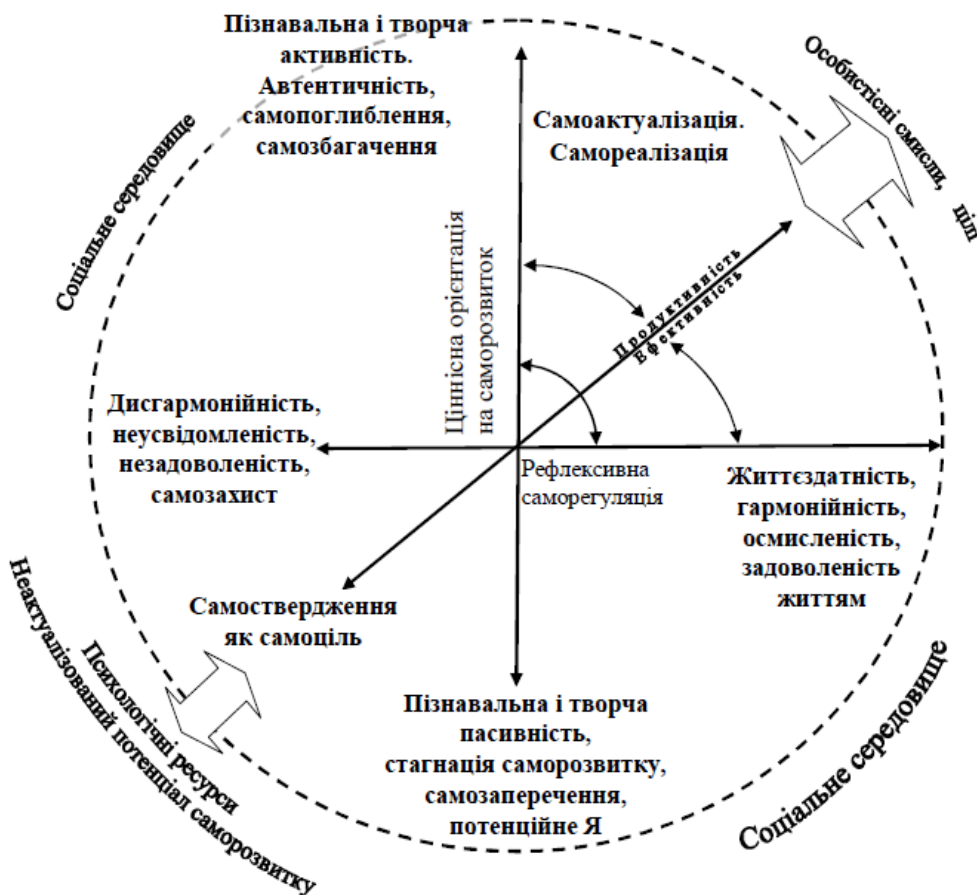


Рис. 3. Психологічний простір саморозвитку особистості (за С. Кузіковою [1])



справ. Коли людина усвідомлює це, то вже запізно щось змінювати. Це відбувається в тих випадках, коли діяльність з саморозвитку не сполучена з самопізнанням сильних і слабких сторін;

3) *чи не є надбання втратою?* Часто трапляється, що особистість, здавалося б, піднімається на сходинку вище у своєму саморозвитку, втрачаючи при цьому щось, що вигідно відрізняло її від інших людей. Якщо нове надбавується над старим, то це позитивний факт. А коли нове погіршує або заперечує попередні надбання особистості, варто поставити запитання про те, чи потрібні такі нововведення;

4) *«авторитет або заздрість»?* Особистість, яка стала на шлях саморозвитку, по-різному може сприйматися іншими людьми. Найбільш сприятливим варіантом є той, коли саморозвиток людини викликає захоплення у інших, тобто людина в силу своїх здібностей і можливостей набуває авторитет. Водночас нерідко ми стикаємося з небезпекою, коли досягнення однієї людини викликають заздрість у інших. Людям здається, що комусь все дається саме собою без будь-яких зусиль, що хтось захищає його. У результаті виникає почуття заздрості, засноване на неправильному уявленні про справедливість;

5) *«що ж ти такий розумний і такий бідний»?* Не секрет, що люди, які обрали шлях саморозвитку, далеко не завжди за свої зусилля в роботі над собою отримують матеріальну винагороду. Як правило, вони не ставлять перед собою таких цілей. Часто-густо ми стикаємося з ситуаціями, коли люди, які займаються простою працею і не обтяжують себе турботами про просування вперед у саморозвитку, отримують набагато більше за тих, хто вдосконалює себе;

6) *вибір неадекватних способів і засобів саморозвитку.* Робота над собою – це складний і трудомісткий процес. Вона передбачає не тільки чітку постановку цілей саморозвитку, але і вибір психологічного інструментарію для їх досягнення. Якщо інструментарій вибраний неправильно або не дає відчутного ефекту, це негативно позначається на самопочутті людини і її стані.

Отже, у межах нашого дослідження з точки зору вивчення особливостей впливу сім'ї на саморозвиток актуальним є визначення спе-

цифіки ранньої юності і зрілості. Для юнаків і дівчат прагнення до автономії як мотив самоствердження поглиблюється за рахунок інтеграції поведінкової, емоційної і ціннісної складових частин особистості. Перевагу над іншими отримує соціальна мотивація, що включає прагнення до популярності і громадського престижу, отримання визнання оточуючих, досягнення високих результатів у значимій діяльності. У зв'язку із продовженням процесів самовизначення, де на перший план висувається самовизначення у професійній сфері, диференціюються мотиви самовдосконалення, виникає потреба в самоактуалізації особистісного потенціалу та використанні його в житті. На відміну від молоді, зрілі люди перебувають на стадії індивідуалізації з можливим переходом на стадію універсалізації. Відбувається подальший розвиток «Я-концепції» і внутрішнього світу як мікрокосму. Активність дорослої людини переходить на продуктивний рівень. Можливим є перехід на особистісно творчий рівень. Активуються всі три форми саморозвитку, а саме: самоствердження, самовдосконалення і самоактуалізація.

#### ЛІТЕРАТУРА:

1. Кузікова С.Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : монографія. Суми : Видавництво СумДПУ, 2020. 324 с.
2. Максимова Н.Ю. Сімейне консультування : навчальний посібник. Київ : ДП «Вид. дім «Персонал», 2001. 304 с.
3. Маралов В.Г. Общие закономерности и возрастные особенности саморазвития личности. *Cherepovets State University Bulletin*. 2015. № 65 (4). URL: <https://nbn-resolving.org/urn:nbn:de:0168-ssoar-46846-2>.
4. Минюрова С.А. Психология самопознания и саморазвития. Екатеринбург, 2013. 316 с.
5. Психологія саморозвитку особистості : збірник наукових праць / за ред. Н.В. Чепельової, Я.Ф. Андреевої. Чернівці – Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2016. 284 с.
6. Слободчиков В.И., Исаев Е.И. Психология человека: введение в психологию субъективности : 2-е изд., испр. и доп. Москва : Изд-во АСТГУ, 2013. 360 с.
7. Яремчук С.В., Новгородова Е.Ф., Неживая Е.А. Саморазвитие и субъективное благополучие современной молодежи. Москва : НИЦ ИНФРА-М, 2021. 142 с.