

СЕКЦІЯ 6 ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

ДУХОВНИЙ ІДЕАЛ ЯК САМОРЕГУЛЯТИВНА ОСНОВА МОРАЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

THE SPIRITUAL IDEAL AS A SELF-REGULATORY BASIS OF PERSONAL MORALITY

У статті здійснено теоретичний аналіз духовного ідеалу як психологічного утворення, що визначає моральну спрямованість особистості та виступає джерелом внутрішньої саморегуляції. Обґрунтовано, що духовний ідеал виконує функцію ціннісного орієнтира, який спрямовує особистість у прийнятті моральних рішень, формує внутрішню систему координат та задає смислові орієнтири життєвої поведінки. Показано, що становлення духовного ідеалу є процесом, тісно пов'язаним із розвитком моральної самосвідомості, самоусвідомленням особистості, її здатністю до аналізу власних вчинків і осмислення життєвого досвіду.

Особливу увагу приділено розгляду саморегуляції як ключового механізму реалізації духовного ідеалу в повсякденному житті. Проаналізовано компоненти саморегуляції – самопостереження, самооцінювання та самокорекцію – як інструменти, що дозволяють особистості забезпечувати відповідність своєї поведінки внутрішнім моральним принципам. Висвітлено динаміку розвитку духовного ідеалу в онтогенезі, його роль у подоланні внутрішніх суперечностей та збереженні моральної цілісності в умовах соціального тиску чи життєвих викликів. Підкреслено важливість інтеграції морального ідеалу в реальні життєві стратегії поведінки через механізми морального вибору.

Доведено, що саме узгоджена взаємодія духовного ідеалу та моральної саморегуляції є основою для формування стійкої моральної позиції особистості, підтримання її етичної послідовності та особистісного зростання. Акцентовано на актуальності подальших досліджень феномену духовного ідеалу у взаємозв'язку з механізмами морального вибору й внутрішньої регуляції поведінки. Зроблено висновок, що інтеграція ціннісного компонента в систему моральної саморегуляції відкриває нові перспективи для розуміння психологічної зрілості особистості в умовах сучасного суспільства, яке висуває дедалі складніші моральні виклики.

Ключові слова: внутрішні цінності, самосвідомість, етична поведінка, регуляція особистості, ціннісна структура, психологічна зрілість.

This article presents a theoretical analysis of the spiritual ideal as a psychological construct that defines the moral orientation of the individual and serves as a source of internal self-regulation. It is substantiated that the spiritual ideal functions as a value-based reference point that guides a person in making moral decisions, shaping an internal coordinate system and providing meaning to life strategies. The formation of the spiritual ideal is shown to be closely linked with the development of moral self-awareness, the individual's capacity for self-understanding, and the ability to analyze one's own actions and reflect on life experience. Particular attention is paid to self-regulation as a key mechanism for the realization of the spiritual ideal in everyday life. The components of self-regulation – self-observation, self-evaluation, and self-correction – are examined as tools that enable individuals to maintain consistency between their behavior and internal moral standards. The article explores the dynamics of the spiritual ideal across ontogeny, its role in overcoming internal contradictions, and the preservation of moral integrity in the face of social pressure or life challenges. The importance of integrating the ideal into real-life behavioral strategies through moral decision-making is emphasized.

It is argued that the interaction between the spiritual ideal and moral self-regulation constitutes the foundation for forming a stable moral position, maintaining ethical consistency, and promoting personal growth. The article highlights the relevance of further research on the spiritual ideal in connection with mechanisms of moral choice and internal behavioral regulation. It concludes that incorporating value-based components into self-regulation opens new perspectives for understanding psychological maturity in the context of a society that imposes increasingly complex moral demands.

Key words: inner values, self-awareness, ethical behavior, personality regulation, value system, psychological maturity.

УДК 159.923:159.942
DOI <https://doi.org/10.32782/2663-5208.2025.74.25>
Стаття поширюється на умовах ліцензії CC BY 4.0

Батюк О.Є.
аспірант кафедри психології
Прикарпатський національний
університет імені Василя Стефаника

Вступ. У сучасному суспільстві, яке характеризується швидкими соціальними змінами, моральними викликами та інформаційним перенасиченням, особливої актуальності набуває питання внутрішніх механізмів, що забезпечують цілісність і стійкість особистості. Духовний ідеал, як внутрішній орієнтир, відіграє ключову роль у формуванні моральної самосвідомості та спрямовує особистість до самов-

досконалення. Він виступає не лише як етичний еталон, але й як джерело мотивації для саморозвитку та саморегуляції поведінки.

Зараз все більше уваги звертається на вивченні духовності як інтегративної характеристики особистості, що поєднує в собі моральні, емоційні та когнітивні компоненти. Дослідження в цій галузі свідчать про те, що духовний розвиток особистості

сприяє формуванню внутрішньої гармонії, здатності до рефлексії та усвідомленого вибору в складних життєвих ситуаціях.

Саморегуляція, як здатність особистості свідомо контролювати та спрямовувати власну поведінку відповідно до внутрішніх цінностей і переконань, є необхідною умовою для реалізації духовного ідеалу в повсякденному житті. Вона забезпечує адаптацію до змінних умов середовища, підтримку психологічного благополуччя та ефективне функціонування в соціумі.

Таким чином, дослідження взаємозв'язку між духовним ідеалом та саморегуляцією особистості є надзвичайно актуальним у контексті сучасних психологічних викликів. Воно дозволяє глибше зрозуміти механізми морального розвитку та запропонувати ефективні стратегії підтримки особистісного зростання в умовах сучасного світу.

Результат теоретичного аналізу проблеми.

Проблематика духовного ідеалу як чинника морального розвитку особистості має глибокі корені в психологічній науці. Дослідження цього питання розпочали ще видатні вчені XX століття, серед яких В. Франкл, А. Маслоу, К. Роджерс та А. Бандура. Франкл наголошував на важливості пошуку сенсу життя як основної мотиваційної сили людини, що дозволяє подолати життєві труднощі та зберегти внутрішню цілісність. Маслоу у своїй теорії самоактуалізації розглядав духовний розвиток як вищу потребу, що сприяє самореалізації та досягненню особистісного ідеалу, а Роджерс підкреслював значення узгодженості між реальним та ідеальним «Я» як важливого фактора психологічного благополуччя. Альберт Бандура доповнив ці ідеї, описавши механізми саморегуляції, такі як самоспостереження і самооцінка, що допомагають людині адаптуватися до моральних норм і стандартів.

Сучасні дослідження все більше фокусуються на взаємозв'язку між внутрішніми ціннісними орієнтаціями, саморегуляцією та психологічним благополуччям, про що свідчать роботи Ryan & Deci (2001) [1]. В цілому, аналіз наукових праць підтверджує стійкий інтерес до вивчення духовного ідеалу як важливого чинника морального розвитку особистості, хоча взаємозв'язок між духовним ідеалом і саморегуляцією ще потребує подальшого теоретичного осмислення.

Однією з ключових категорій у структурі моральної свідомості особистості є духовний ідеал. У науковій літературі його розуміють як уявлення про морально та духовно досконале «Я», до якого людина прагне у своєму житті [2, 3]. Це не абстрактна конструкція, відірвана від реального досвіду, а життєво значущий внутрішній орієнтир, що інтегрує моральні цінності, етичні настанови та особистісні прагнення.

Формування духовного ідеалу – складний і тривалий процес, який розпочинається ще в дитинстві під впливом соціального оточення, родинного виховання, культурних традицій, освітнього середовища та індивідуального досвіду. На ранніх етапах

життєвого шляху духовний ідеал часто виникає несвідомо – через наслідування батьків, учителів чи інших авторитетних дорослих. Проте в міру дорослішання людина все більше усвідомлює свої моральні орієнтири, критично переосмислює попередньо засвоєні норми й адаптує їх до власного світогляду та життєвих переконань.

Значущу роль у цьому процесі відіграє здатність до внутрішнього аналізу – осмислення власних мотивів, оцінювання поведінки відповідно до етичних стандартів. Така здатність сприяє активному усвідомленню й актуалізації духовного ідеалу в особистісній свідомості. Постійне зіставлення фактичних дій із образом бажаного «Я» стимулює моральне самозростання та прагнення до вдосконалення. [4]

У цьому контексті варто зазначити, що духовний ідеал має динамічний характер. Упродовж життя він змінюється, збагачуючись новими смисловими відтінками відповідно до особистого досвіду, накопичених знань та еволюції світогляду. Це не застиглий шаблон, а жива система цінностей, яка постійно розвивається й оновлюється завдяки глибокому самоусвідомленню та прагненню до внутрішньої узгодженості.

Продовжуючи розгляд теми, варто зосередитися на тому, що важливою умовою реалізації духовного ідеалу в житті особистості є розвиток саморегуляції – здатності свідомо керувати власною поведінкою, емоційними станами й мисленням відповідно до внутрішніх цінностей і моральних уявлень. У психологічній науці саморегуляція розглядається як складний, багаторівневий процес, що включає компоненти самоспостереження, самооцінювання та самокорекції. [5]

Самоспостереження передбачає вміння особистості відстежувати власні дії та їхні мотиви в контексті етичних норм. Самооцінювання дає змогу співвідносити реальну поведінку з образом духовного ідеалу, виявляючи відхилення чи узгодження. А самокорекція полягає у внесенні свідомих змін до власних рішень і дій з метою наближення до бажаного морального рівня.

Здатність до саморегуляції особливо критичною стає в ситуаціях морального вибору, коли виникає конфлікт між зовнішніми обставинами і внутрішніми переконаннями. Людина може стикнутися з спокусою діяти на шкоду власним принципам задля короточасної вигоди або емоційного комфорту. Наприклад, навіть у буденній ситуації, коли вранці виникає бажання залишитися в ліжку замість своєчасного підйому, постає моральна дилема. З одного боку – задоволення, з іншого – можливі наслідки: запізнення, осуд, зрив професійних зобов'язань. Якщо особистість прагне розвивати в собі відповідальність, пунктуальність і активне ставлення до життя, саме здатність до самоконтролю допомагає ухвалити рішення, яке узгоджується з її духовним ідеалом. Такі дії зберігають внутрішню послідовність і сприяють формуванню моральної стійкості.

У перспективі особистісного зростання саморегуляція виконує функцію інтегратора – вона за-

безпечує гармонізацію духовного ідеалу з повсякденною поведінкою. При цьому відбувається не лише зовнішня відповідність ціннісним орієнтирам, а й поступове збагачення самого ідеалу, адже кожна моральна дилема відкриває нові можливості для усвідомлення себе та переосмислення власних життєвих засад.

У цьому контексті важливо наголосити, що особливою рисою духовного ідеалу є його органічний зв'язок із моральною самосвідомістю особистості. У психології моральна самосвідомість розглядається як здатність особистості усвідомлювати власні дії, емоції й мотиви з позицій моральних норм і внутрішніх переконань. Становлення моральної свідомості нерозривно пов'язане з формуванням внутрішньої позиції, що дозволяє людині не просто засвоювати зовнішні норми, а здійснювати їх осмислення на основі власного досвіду. Саме завдяки такому внутрішньому механізму індивід здатен не лише орієнтуватися на соціально прийнятні моделі поведінки, але й зіставляти свої дії з глибинними переконаннями та власною уявою про моральне «Я».

Духовний ідеал у цьому процесі виступає як внутрішній стандарт – уявний образ моральної досконалості, що дає змогу формувати критичну позицію до власної поведінки. Якщо у свідомості особистості відсутній чіткий орієнтир, етичне самозвітування може залишатися поверхневим і зводиться до дотримання зовнішніх норм чи пошуку соціального схвалення. Натомість наявність глибоко засвоєного духовного ідеалу стимулює внутрішню мотивовану моральну активність, яка не залежить від очікувань з боку оточення. Подібну динаміку становлення морального орієнтира описував К. Роджерс [6], який у рамках своєї гуманістичної теорії виділяв «реальне Я» та «ідеальне Я». На його думку, саме ступінь узгодженості між цими образами визначає внутрішню гармонію та психологічне благополуччя особистості.

Особливого значення цей взаємозв'язок набуває у складних життєвих ситуаціях, коли виникає розбіжність між зовнішнім тиском і внутрішньою етичною позицією. У подібних умовах сформована моральна самосвідомість, підкріплена духовним ідеалом, дозволяє не лише виявити внутрішній конфлікт, але й ухвалити рішення на користь особистої етичної позиції – навіть тоді, коли це пов'язане з ризиками чи втратами.

Таким чином, духовний ідеал і моральна самосвідомість постають як взаємодоповнювальні складники внутрішнього морального світу людини. Ідеал визначає ціннісну вісь морального орієнтування, тоді як здатність до етичного самоконтролю забезпечує її практичне втілення. Саме ця єдність забезпечує особистості стійкість, цілісність і послідовність у моральній поведінці.

Розвиток духовного ідеалу впродовж життя людини має динамічний характер. На різних етапах онтогенезу його зміст і структура зазнають

змін, відображаючи як накопичений життєвий досвід, так і трансформацію світоглядних орієнтацій. У дитинстві уявлення про моральну досконалість зазвичай мають спрощений характер і базуються на зовнішніх зразках – це можуть бути батьки або герої художніх творів. Але в міру дорослішання людина дедалі частіше звертається до критичного переосмислення своїх моральних переконань, формуючи ціліснішу систему ціннісних орієнтирів.

Юність – період особливої ваги у формуванні зрілого духовного ідеалу, адже саме тоді інтенсифікується процес самовизначення, пошуку сенсу життя та осмислення власного місця у світі. Саме в цей час відбувається становлення особистісного етичного ядра. Як зазначав В. Франкл [2], наявність внутрішнього сенсу існування є визначальним чинником, що дозволяє людині долати труднощі та зберігати стійкість перед обличчям життєвих випробувань.

У зрілому віці духовний ідеал зазвичай набуває більшої складності та глибини. Особистість не лише прагне до відповідності певним моральним стандартам, але й активно переосмислює свій життєвий шлях, аналізує значущість пережитого, удосконалює уявлення про себе та свої цінності. Ці трансформації часто свідчать про внутрішню інтеграцію досвіду, прийняття власних меж і прагнення до гармонії із собою.

У періоди життєвих криз або зовнішніх викликів ідеал стає джерелом моральної сили. Він допомагає людині ухвалювати етичні рішення, не зраджуючи собі навіть під тиском складних обставин. Сформований і зрілий ідеал також виступає основою психологічної стійкості: він підтримує адаптивність, стресостійкість і сприяє конструктивному подоланню внутрішніх конфліктів.

Взаємозв'язок між духовним ідеалом і саморегуляцією є фундаментальним для повноцінного особистісного розвитку. Духовний ідеал виконує функцію внутрішнього компаса, що задає ціннісну спрямованість людини, формуючи уявлення про добро, справедливість, гідність і сенс існування. Проте без сформованих механізмів саморегуляції ці цінності залишаються декларативними, оскільки реальне життя постійно ставить перед особистістю моральні виклики, що потребують свідомого самоконтролю та відповідального вибору. Без чіткого внутрішнього орієнтира контроль за поведінкою міг би зводитися лише до дотримання зовнішніх норм або прагнення до результативності. Ідеал допомагає визначати, чому й навіщо варто діяти морально, зберігаючи послідовність навіть у непередбачуваних умовах.

Узгоджена взаємодія духовного ідеалу та саморегуляції створює підґрунтя для глибокої внутрішньої інтеграції моральних цінностей, підтримує етичну стабільність і стимулює особистість до самовдосконалення. Саме завдяки цьому поєднанню стає можливим стійкий розвиток зрілої, морально відповідальної особистості.

Висновки. У ході теоретичного аналізу було встановлено, що духовний ідеал виступає одним із ключових психологічних чинників морального розвитку особистості. Він виконує функцію внутрішнього ціннісного орієнтира, що визначає життєві цілі, етичні принципи та загальну спрямованість особистісного саморозвитку. Духовний ідеал формується у процесі соціалізації, особистісного досвіду та свідомого осмислення життєвих цінностей, поступово ускладнюючись і поглиблюючись на різних етапах онтогенезу.

Водночас саморегуляція виступає основним психологічним механізмом реалізації духовного ідеалу в реальній поведінці. Завдяки здатності до самоспостереження, внутрішньої оцінки власних дій і самокорекції особистість підтримує узгодженість між моральними орієнтирами та практичними вчинками. Саморегуляція забезпечує стійкість моральної позиції навіть у складних життєвих обставинах, сприяючи збереженню цілісності особистості та її психологічній адаптивності.

Духовний ідеал і саморегуляція формують єдину систему моральної самосвідомості, що дозволяє особистості не лише відповідати етичним нормам, але й активно вдосконалювати себе у відповідності до обраних моральних цінностей. Їхня взаємодія створює підґрунтя для свідомого морального вибору, розвитку внутрішньої гармонії, стійкості до зовнішніх викликів і життєвих криз.

Отже, духовний ідеал як саморегулятивна основа морального розвитку має визначальне значення для становлення особистості, її ціннісної орієнтації, етичної поведінки та психологічного благополуччя. Подальші дослідження у цій галузі можуть бути спрямовані на емпіричну перевірку механізмів впливу духовного ідеалу на моральну поведінку в різних соціокультурних контекстах.

ЛІТЕРАТУРА:

1. Ryan R. M., Deci E. L. On happiness and human potentials: A review of research on hedonic and eudaimonic well-being. *Annual Review of Psychology*. 2001. Vol. 52. P. 141–166. DOI: 10.1146/annurev.psych.52.1.141
2. Франкл В. Людина в пошуках справжнього сенсу. Психолог у концтаборі. Харків : Клуб сімейного дозвілля, 2024. 160 с.
3. Maslow H. M. *Motivation and Personality*. New York : Harper & Row, 1954. 394 p.
4. Боришевський М. Й. Особистість у вимірах самосвідомості : монографія. Суми : Видавничий будинок «Еллада», 2012. 608 с.
5. Bandura A. Social cognitive theory of self-regulation. *Organizational Behavior and Human Decision Processes*. 1991. Vol. 50(2). P. 248–287. DOI: 10.1016/0749-5978(91)90022-L.
6. Rogers C. *On Becoming a Person: A Therapist's View of Psychotherapy*. Boston : Houghton Mifflin, 1961. 420 p.