

## **АНОТАЦІЯ**

**Милашенко К.О. Роль самоактуалізації в системі екзистенційних ресурсів особистості у дорослих.** *Кваліфікаційна наукова праця на правах рукопису.*

*Дисертація на здобуття наукового ступеня доктора філософії за спеціальністю 053 Психологія. - Полтавський національний педагогічний університет імені В.Г.Короленка – ДВНЗ «Переяслав-Хмельницький державний педагогічний університет імені Григорія Сковороди», Переяслав, 2021.*

Дисертацію присвячено теоретичному аналізу, узагальненню та емпіричному дослідженню проблеми самоактуалізації особистості дорослого віку й виокремленню системи екзистенційних чинників її формування.

У роботі подано різносторонній аналіз феномену самоактуалізації особистості, теоретично обґрунтовано роль цінностей, соціального та емоційного інтелекту як чинників самоактуалізації в дорослому віці; представлено результати порівняльного дослідження самоактуалізації в групах респондентів, які приділяють увагу самоактуалізації, отримують освіту в перехресній магістратурі; виявлено особливості чинників у групах респондентів з різним рівнем самоактуалізації; розроблено модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку», що описує систему чинників самоактуалізації особистості дорослого віку за допомогою трьох блоків, визначених відповідно до часової перспективи; визначено роль пікових переживань у процесі самоактуалізації особистості дорослого віку; розроблено програму розвитку самоактуалізації особистості дорослого віку, яку апробовано та доведено її результативність.

**У першому розділі – «Теоретичні основи дослідження самоактуалізації в системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку»** – представлено результати теоретичного аналізу особливостей феномену самоактуалізації особистості з точки зору провідних наукових концепцій, специфіки психологічного становлення особистості у

дорослому віці; окреслено вікові характеристики особистості, які визначають успішність її самоактуалізації.

Проаналізовано вітчизняні та зарубіжні дослідження специфіки самоактуалізації особистості, її типових ознак, закономірностей, компонентів та чинників формування. Самоактуалізація розглядається як здатність особистості до автентичного (справжнього) буття, в основі якого лежать повне усвідомлення ситуації, в якій людина здійснює вибір з низки можливостей; здатність до безперервного зростання особистості і до безмежної творчості. Підсумовано, що результатом самоактуалізації є становлення людини як суб'єкта власної життєдіяльності. Акцентовано увагу на таких сутнісних ознаках самоактуалізації як осмисленість, інтенційність, процесуальність, результативність.

Проаналізовано основні закономірності вікового розвитку, новоутворення та кризи періоду дорослості. Аналіз вікових закономірностей даного періоду дозволяє розглядати його як етап онтогенезу, в якому особистість найбільш спроможна до проявів самоактуалізації з огляду на наявний життєвий досвід, результативність в базових сферах функціонування особистості, досвід подолання вікових криз та можливість оцінки результатів власної діяльності.

Вагомими чинниками самоактуалізації особистості дорослого віку виступають система цінностей особистості (як інстанція, що відображає найбільш загальні вектори активності особистості, задає напрям її екзистенційного осягнення), емоційний і соціальний інтелект (як узагальнені характеристики особистості, що відображають дві важливі площини самоактуалізації особистості дорослого віку – ідентифікація та контроль емоційної сфери і системи соціальних контактів, в яких саме особистість і самоактуалізується). Також, самоактуалізація нерозривно пов'язана із піковими переживаннями особистості, що дозволяють їй осягнути зміст екзистенції, перебувати у ситуації «тут і тепер».

**У другому розділі – «Аналіз результатів емпіричного дослідження самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку»** – представлено психодіагностичний інструментарій дослідження самоактуалізації в системі екзистенційних ресурсів особистості у дорослих; показано результати констатувального дослідження показників самоактуалізації та її чинників в межах вираження екзистенційного, емоційного та комунікативного компонентів, що порівнюються в групах досліджуваних, які приділяли увагу власній самоактуалізації (СА), та респондентів, які навчаються на перехресній магістратурі за спеціальністю «Психологія» (ПМ); проаналізовано показники чинників самоактуалізації дорослих з різним рівнем самоактуалізації та представлено модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого віку».

На емпіричному етапі дослідження охоплено 312 досліджуваних, що передбачало діагностику 2 підгруп. До першої підгрупи увійшли 192 досліджуваних, які здобувають ступень магістра за спеціальністю 053 Психологія на основі ступеня бакалавра та освітньо-кваліфікаційного рівня спеціаліста, здобутого за іншою спеціальністю («Перехресна магістратура» (група ПМ)), до другої групи – 120 досліджуваних, які приділяли увагу власній самоактуалізації (група СА) – проходили курси психотерапії, тренінги, займалися духовними практиками, тощо. Для емпіричного етапу дослідження розроблено комплекс методик вивчення екзистенційного (показники самоактуалізації досліджуваних та їх ціннісних орієнтацій), емоційного (емоційний інтелект та пікові переживання досліджуваних) та комунікативного (соціальний інтелект) критеріїв самоактуалізації дорослих.

Порівняння досліджуваних груп показало, що представники групи СА мають вищий показник самоактуалізації, орієнтовані на цінності самоактуалізованої особистості, відрізняються гуманістичним поглядом на природу людини та більш вираженою креативністю, ніж досліджувані групи

ПМ, яким, однак характерна перевага на актуальний момент часу та гнучкість у поведінці.

При цьому досліджувані групи СА більше, ніж студенти магістратури, налаштовані на здатність передбачення наслідків поведінки людей у відповідній ситуації у майбутньому і мають здібність розуміти зміст значень подібних вербальних реакцій людини в залежності від контексту ситуацій, які їх викликали, характеризуються вищим рівнем соціального інтелекту загалом, більш успішно інтерпретують соціальну поведінку особистості.

Встановлено, що представникам групи СА властивий більш виражений показник міжособистісного емоційного інтелекту, спроможність до сприймання, розуміння та інтерпретації чужих емоцій, керування ними у процесі міжособистісної взаємодії.

На рівні реально діючих цінностей у досліджуваних групи СА переважають влада, гедонізм і стимуляція. Натомість, на рівні ціннісних ідеалів більш виражені універсалізм, доброта, традиційність і конформність. На рівні ціннісних ідеалів групі ПМ властиві більш виражені універсалізм, доброта, конформність і традиційність. Натомість, у реальній поведінці їм характерна перевага цінностей гедонізму і стимуляції.

Аналіз реально діючих цінностей досліджуваних показав, що респондентам групи СА властиві більш виражені цінності універсалізму, самостійності, доброти, традиційності, стимуляції. Натомість, досліджуваним групи ПМ властиве переважання цінностей досягнення, конформності, влади.

Проведення факторного аналізу дало змогу виявити 10 факторів, що описують роль самоактуалізації у системі екзистенційних ресурсів особистості. Зокрема, емпіричні дані узагальнилися в такі фактори як «Ідеальні ціннісні уявлення як чинник самоактуалізації», «Емоційний інтелект як чинник самоактуалізації особистості дорослого віку», «Орієнтація на цінності соціуму та прийняття традицій як чинник самоактуалізації», «Реалізація в житті і отримання задоволення як прояви самоактуалізації», «Соціальний інтелект як чинник самоактуалізації».

особистості», «Ядерні якості самоактуалізованої особистості», «Емоційний контроль як показник самоактуалізованої особистості», «Спроможність спонтанно жити «тут і тепер»», «Віра в людину та прагнення до пізнання як прояви самоактуалізації», «Спроможність до цілісного розуміння соціальної поведінки як показник самоактуалізації у дорослому віці».

Нами описана та обґрунтована структурно-змістовна модель «Самоактуалізація у системі екзистенційних ресурсів особистості дорослого б віку», що описує систему чинників самоактуалізації особистості дорослого віку за допомогою трьох блоків, визначених відповідно до часової перспективи. Перший блок моделі складають чинники самоактуалізації особистості дорослого віку, що умовно відповідає минулому досвіду, його ролі в процесі самоактуалізації – ціннісні ідеали, реально діючі цінності (орієнтація на цінності соціуму і традиції; реалізація в житті і гедонізм); емоційний та соціальний інтелект.

Другий блок відповідає часовій перспективі теперішнього і відображає реальні прояви самоактуалізації дорослого відповідно до визначених у першому блоці чинників її формування: 1) розділення цінностей самоактуалізованої особистості; 2) ядерні характеристики самоактуалізованої особистості (креативність, контактність, гнучкість); 3) конформізм відносно загальноприйнятих цінностей; 4) прояв самостійності, орієнтації на досягнення і отримання задоволення і стимуляцію; 5) адекватна і точна ідентифікація емоційних проявів, саморегуляція та 6) адекватна інтерпретація соціальної поведінки, передбачення дій і вчинків людей.

Третій блок моделі відображає орієнтацію на майбутнє і містить показники самоактуалізації, що на момент дослідження виступали своєрідною «зоною найближчого розвитку» для досліджуваних.

**Третій розділ – «Апробація досвіду корекційної програми розвитку самоактуалізації особистості дорослого віку»** – містить виклад основних етапів та технік, застосованих при апробації програми розвитку

самоактуалізації особистості дорослого віку; аналіз пікових переживань особистості в контексті корекційної роботи; оцінку ефективності програми.

Метою програми виступало виявлення системи смислів особистості, сприяння їх реалізації в різних життєвих сферах та досягнення стану самоактуалізації особистості на цій основі. Дана програма передбачала реалізацію етапів: початкового, основного («Виявлення смислу», «Осягнення свободи цілісності» та «Реалізація смислу») та підсумкового.

Реалізація формульованого дослідження передбачала діагностику динаміки показників самоактуалізації та чинників її формування досліджуваних експериментальної групи до та після участі в апробації програмі розвитку самоактуалізації дорослих. На контрольному етапі дослідження здійснювалися діагностування, обробка й аналіз даних, отриманих після апробації програми.

Проведений кластерний аналіз пікових переживань учасників формульованого експерименту дозволив конкретизувати прояви та чинники самоактуалізації особистості. Прояви самоактуалізації в пікових переживаннях і досягненні екзистенції виражаються через почуття щастя, потенційності, радості; спроможності включення до стосунків, проявів любові при одночасній самодостатності; почутті відповідальності перед собою; почутті свободи у вираженні емоцій і виборі життєвого шляху; прийнятті амбівалентності та безкінечності-обмеженості буття; довірі до людей; усвідомленні і відстоюванні своїх меж; сприйнятті себе в ситуації «тут і тепер»; спроможності до діалогічності та внутрішнього діалогу; сприйнятті власного тіла як ресурсу, почутті достатку та індиферентності, внутрішньої єдності, опори; сприйманні життя як стану потоку при екзистенційній пустоті, відкритості досвіду. До чинників досягнення стану екзистенції нами віднесені фізичне і моральне благополуччя, отримання прощення від інших людей; страх смерті чи втрати близьких людей, що запускають смислопошукові механізми; включення до близьких стосунків для реалізації у соціальному плані; реалізація в діяльності, активності,

психотерапії, набуття самозміни в процесі діяльності; подолання труднощів як досягнення нових можливостей особистістю; побудова нових меж у своєму житті та нова і ефективна організація часу; втрата близьких людей, що актуалізує цінність життя; вирішення конфлікту залежність-незалежність, самодостатність, розрив дисфункціональних відносин.

Результати апробації програми розвитку самоактуалізації особистості дорослого віку дають підстави стверджувати про її ефективність. Зокрема, за підсумками проходження програми розвитку самоактуалізації досліджувані експериментальної групи набули більш високих показників самоактуалізації, орієнтації в часі на теперішнє, досягнення стану «тут і тепер». Вони стали більш гнучкі у своїй поведінці та спрямовані на пізнання себе і оточуючого світу, більш спроможні до реалізації свого особистісного потенціалу та прийняття свого «Я». У них розвинулися уміння інтерпретації соціальної поведінки людей, значно збагатилися можливості ідентифікації та керівництва своїми емоційними переживаннями, сприйняття свої емоцій і переживань як екзистенційного ресурсу в процесі самоактуалізації, що виражається в підвищенні показників соціального та емоційного інтелекту. При повторному дослідженні виявлена відсутність відмінностей у рангових позиціях ціннісних ідеалів, при суттєвих змінах у вираженості ціннісних пріоритетів. Так, досліджувані стали більше орієнтовані на цінності універсалізму, традиційності, надають більшої ваги діалогічній комунікації у процесі досягнення власної самості.

**Ключові слова:** самоактуалізація, дорослий вік, самоактуалізація дорослих, цінності як ресурс самоактуалізації, чинники самоактуалізації, екзистенційний, емоційний та комунікативний критерії самоактуалізації дорослих, пікові переживання як ресурс самоактуалізації, соціальний та емоційний інтелект, ціннісні ідеали самоактуалізованої особистості, реально діючі цінності в процесі самоактуалізації, динаміка показників самоактуалізації в процесі корекційної роботи, програма розвитку самоактуалізації.