

**Нрыбок, Andriy O.**, master student of the Faculty of Psychology, Taras Shevchenko National University in Kyiv  
E-mail: [skif1531@mail.ru](mailto:skif1531@mail.ru)

УДК 159.923.2

**Грысь А.М.,  
Максименко М.Ю.,  
Моторна Т.М.**

## ЕМОЦІЙНІ ЧИННИКИ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЯК МЕХАНІЗМ АКТИВІЗАЦІЇ ОСОБИСТІСНИХ РЕСУРСІВ

**Грысь А.М., Максименко М.Ю., Моторна Т.М. Емоційні чинники самоактуалізації як механізми активізації особистісних ресурсів.** У статті розкрито сутність та зміст психологічних чинників самоактуалізації особистості у період дорослішання. Зокрема розкрито погляди представників як класичних наукових підходів, так і нових концепцій, які розкривають процесуальні характеристики та механізми, що забезпечують розкриття особистісного потенціалу. Саме завдяки цьому процесу індивід долучається до суспільства, гармонійно і збалансовано розкривається в ньому, здійснюючи можливості розвитку свого «Я».

Відзначається, що саме в період дорослішання питання самоактуалізації особистості постають як найбільш актуальні. Адже протягом дорослішання, разом з новими соціальним обов'язками та правами, особистість отримує той самий ресурс, який необхідний для становлення її самості та пошуку власного Я.

Серед сучасних психологічних концепцій особливу виділяється вивчення людини як цілісності, як суб'єкта власного життя, що володіє великим потенціалом для відкриття нових перспектив у розвитку аутопсихологічної компетентності. Саме завдяки

суб'єктному розгляду особистості в рамках психології з'являються нові перспективи і можливості дослідження самоактуалізації особистості. Зроблено висновок про те, що самоактуалізація в психологічних дослідженнях трактується як процес реалізації себе, втілення самого себе, що базується на пошуку і затвердженні свого особливого неповторного шляху, своїх індивідуальних цінностей і сенсу власного існування в кожен момент часу.

**Ключові слова:** особистість, самоактуалізація, юнацький вік, мотивація, ціль, самореалізація, самовдосконалення.

**Грись А.М., Максименко М.Ю., Моторная Т.М. Эмоциональные факторы самоактуализации как механизм активизации личностных ресурсов.** В статье раскрыта сущность и содержание психологических факторов самоактуализации личности в период взросления. В частности раскрыты взгляды представителей как классических научных подходов, так и новых концепций, раскрывающих процессуальные характеристики и механизмы, обеспечивающие раскрытие личностного потенциала. Именно благодаря этому процессу индивид приобщается к обществу, гармонично и сбалансировано раскрывается в нем, осуществляя возможности развития своего «Я».

Отмечается, что именно в период взросления вопрос самоактуализации личности предстают как наиболее актуальны. Ведь в течение взросления, вместе с новыми социальными обязанностями и правами, личность получает тот же ресурс, который необходим для становления ее самости и поиска собственного Я.

Среди современных психологических концепций особенно выделяется изучения человека как целостности, как субъекта собственной жизни, обладает большим потенциалом для открытия новых перспектив в развитии аутопсихологической компетентности. Именно благодаря субъектному рассмотрению личности в рамках психологии появляются новые перспективы и возможности исследования самоактуализации личности. Сделан вывод о том, что самоактуализация в психологических исследованиях трактуется как процесс реализации себя,

*воплощение самого себя, базирующаяся на поиске и утверждении своего особого неповторимого пути, своих индивидуальных ценностей и смысла собственного существования в каждый момент времени.*

**Ключевые слова:** *личные, самоактуализация, юношеский возраст, мотивация, цель, самореализация, самосовершенствование.*

**Актуальність дослідження.** Для сучасної психології з кожним днем все більш актуальною стає вивчення людини як цілісності, як суб'єкта власного життя, що володіє великим потенціалом для відкриття нових перспектив у вирішенні виникаючих проблем. Саме завдяки суб'єктному розгляду особистості в рамках психології з'являються нові перспективи і можливості дослідження самоактуалізації особистості. У найзагальнішому розумінні самоактуалізація в психологічних дослідженнях трактується як процес реалізації себе, втілення самого себе, засноване на пошуку і затвердженні свого особливого шляху, своїх цінностей і сенсу власного існування в кожен момент часу.

Не менш актуальним питанням для психології залишається дорослішання особистості. Саме дорослішання є однією з дискусійних проблем вікової періодизації онтогенезу особистості. На сьогоднішній день необхідно відповісти на такі питання як: коли починається дорослішання особистості? Які критерії та вікові межі дорослості? Які психологічні новоутворення та механізми супроводжують даний віковий період?

Варто відзначити, що проблема самоактуалізації особистості досить глибоко представлена у роботах багатьох авторів, які присвячені аналізу якісних характеристик цього процесу, його

змісту та рівнів (А.Маслоу, К. Роджерс, В.Франкл, К.Хорні, Е.Шостром, К.Г. Юнг). Ідеї особистісного зростання в напрямку самоактуалізації знайшли широке відображення в роботах російських (К.А. Абульханова-Славська, Л.І. Анциферова, Б.Г. Ананьєв, О.Г. Асмолов, Б.С. Братусь, Л.О. Коростильова, Б.Ф. Ломов, А.К. Осницький, А.О. Реан) та українських (Г.О. Балл, З.Г. Кісарчук, С.Д. Максименко, В.О. Моляко, В.О. Татенко, О.М. Ткаченко, Н.В. Чепелєва, О.П. Щотка) вчених.[4,5]

Методологічну основу дослідження складають фундаментальні положення системного підходу щодо становлення особистості (Б.Г. Ананьєв, Б.Ф. Ломов, С.Д. Максименко), діяльнісний підхід до розгляду особистості як активного суб'єкта власного розвитку (С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтьєв та ін.) та загальні психологічні принципи (системності, детермінізму, розвитку, активності та ін.).

Вперше поняття «самоактуалізації» з'явилося в роботах нейрофізіолога К. Гольдштейна, який говорив, що самоактуалізація – основний і по суті єдиний мотив у людському житті. Самоактуалізація – це дії, спрямовані на задоволення потреб. Потреба – це стан дефіциту, мотиватор людини на його поповнення, задоволення.

К. Гольдштейн передбачає, що перешкоди для самоактуалізації можуть виникнути тільки тому, що в середовищі не знаходиться тих об'єктів і умов, які необхідні організму для самоактуалізації. Нормальний, здоровий організм – це той, в якому «тенденція до самоактуалізації діє із середини і який долає труднощі, що виникають через зіткнення із зовнішнім світом, не на основі тривоги, але завдяки радості перемоги». Це означає, що прихід до згоди з середовищем в

першу чергу полягає в оволодінні нею. І тільки якщо це неможливо, людина змушена прийняти труднощі і пристосуватися до реалій зовнішнього світу. Самоактуалізація може мати як позитивні, так і негативні наслідки для організму. Досягнення самоактуалізації не означає кінця проблем і труднощів, навпаки, можуть виникнути складніші проблеми. В той самий час, здоровий організм націлений в першу чергу на «формування певного рівня напруги, тієї, яка уможливить подальшу впорядковану діяльність [4,5]

Найбільш повно питання самоактуалізації отримало розгляд в рамках гуманістичного підходу. «Піонерами» дослідження самоактуалізації в гуманістичній парадигмі вважаються А.Маслоу та К.Роджерс. Теорії самоактуалізації А.Маслоу і К.Роджерса давно мають неабиякий вплив на багатьох вчених, як вітчизняних, так і зарубіжних, незважаючи на методологічні вади цих теорій, частково проаналізовані у вітчизняній літературі [4,5,6].

Теорія самоактуалізації особистості А. Маслоу є однією з ключових в сучасній психології. У роботі «Мотивація і особистість» була сформульована ієрархічна теорія потреб, які утворюють піраміду з підставою з базових потреб і з потребою в самоактуалізації на вершині. З точки зору А. Маслоу, кожна людина володіє вродженим прагненням до самоактуалізації, причому це прагнення до максимального розкриття своїх здібностей і задатків виступає найвищою людською потребою [7].

Для того щоб ця потреба проявилася, людина повинна задовольнити всю ієрархію нижчих потреб, так як рух до самоактуалізації не може початися, поки індивідуум не звільниться від домінування нижчих потреб, таких як потреби в

безпеці або повазі. Рання фрустрація потреби може привести до зупинки зростання, зупинити індивіда на певному рівні функціонування.

На думку А. Маслоу, прагнення до більш високих цілей свідчить про психологічне здоров'я. Вчений вважає, що вищі потреби за своєю природою пов'язані з великим задоволенням, так що метамотивація – це показник прогресу особистості.

А. Маслоу підкреслює, що психологічне зростання здійснюється за допомогою роботи із самоактуалізації. Самоактуалізація передбачає тривалість, постійну залученість в роботу зростання і розвитку здібностей до максимально можливого, а не задоволення меншим по причині ліні або браку впевненості в собі. Особистість, що самоактуалізується приваблюють найбільш важкі і заплутані проблеми, які вимагають максимальних і найбільш творчих зусиль. Такі люди прагнуть мати справу із завданнями, які вимагають складного рішення. Мотивація зростання порівняно слабка в порівнянні з фізіологічними потребами і потребами в безпеці, повазі та ін. Процес самоактуалізації може бути обмежений: негативним впливом минулого досвіду і звичками, які замикають людину непродуктивній поведінці; соціальними впливами і груповим тиском, які часто діють проти наших смаків і суджень; внутрішніми захистами, які відривають нас від самих себе [7].

Наступний представник гуманістичного напрямку, К. Роджерс, в своїх працях вказує, що самоактуалізація сприяє розвитку індивіда в напрямі все більшої складності, самодостатності, зрілості та компетентності. «У кожному з нас є прагнення ставати компетентним і здатним настільки, наскільки тільки це можливо для нас біологічно». Самоактуалізація – це

головний мотив людини, фундаментальний аспект людської природи, який спонукає людину рухатися до більшої конгруентності і до більш реалістичного функціонування і є основним джерелом життя. Крім цього, самоактуалізація – це прагнення стати собою, справжнім, автентичним і цілісним [4].

Для К. Роджерса, який займався вивченням проблемами розвитку людської особистості, самоактуалізація означала тенденцію організму просуватися в напрямку до зрілості. Самоактуалізація – це позначення сили, яка змушує людину розвиватися на самих різних рівнях. Він вважав, що існує основний аспект людської природи, який спонукає людину рухатися до більшої самовідповідності і до більш реалістичного самофункціонування. Він говорить про те, що така поведінка властива не тільки людям, а взагалі всьому живому. Науковець підкреслює, що прагнення виразити себе і реалізувати можливості організму посилюють самість людини [4,5].

К. Роджерс не включає в своє формулювання самоактуалізації релігійні та духовні аспекти, кажучи про те, що в кожній людині є внутрішнє прагнення ставати компетентною і настільки здатною, наскільки це можливо для неї біологічно.

Ще одним яскравим представником гуманістичної психології, які зверталися до проблем самоактуалізації, є Р. Ассаджолі. Під самоактуалізацією Р. Ассаджолі розуміє пожвавлення, прояв і самоздійснення прихованих можливостей людини, розглядаючи її як один з видів самореалізації, що означає самоздійснення. Він виділяє й інший вид самореалізації, спрямований на осягнення себе, переживання і усвідомлення себе як синтезуючого центру, – самозбагнення [5]. Таким чином, на дуку

автора, самоактуалізація передбачає певне нове відкриття себе, відкриття того, що раніше було приховане [8].

У своїх міркуваннях про розвиток людської особистості Р. Ассаджолі йде далі К. Роджерса, роблячи установку на справді духовний розвиток людини.

Тому в рамках концепції психосинтеза він говорить про те, що самоактуалізація – це тільки перший етап розвитку особистості. На цьому етапі здійснюється інтеграція індивіда навколо особистісної самості. Індивід починає краще розуміти себе, позбавляється від зайвих психологічних захистів.

А. Адлер вважав прагнення до досконалості основною тенденцією розвитку особистості людини [9]. Психологічне зростання особистості (самоактуалізацію) він визначав як конструктивне прагнення до досконалості, рух від центрованості на собі й цілей особистісної вищості до завдань конструктивного опанування середовища та завдань соціально корисного розвитку. А. Адлер виділив наступні етапи самоактуалізації, які не виключають один одного й не мають строгої послідовності, але проходження через які дозволяє людині досягти значних висот в особистісному, професійному й соціальному розвитку:

- 1) визнання своєї недосконалості (усвідомлення комплексу неповноцінності); розвиток соціального інтересу;
- 2) спрямованість прагнень на подолання життєвих проблем;
- 3) формування почуття приналежності й співробітництва;
- 4) відмова від помилкових цінностей;
- 5) формування не тільки особистісних, але й соціально значущих цілей і цінностей;



6) вибір особистісного розвитку, самоактуалізації як життєвої мети;

7) прийняття творчих, самостійних і вибіркових рішень на шляху досягнення поставлених цілей [9].

Саме А. Адлер уперше визначив і найбільш детально проаналізував соціальний компонент реалізації індивідом свого особистісного потенціалу й обґрунтував важливість досягнення соціально значущих цілей для особистісного зростання.

Отже, самоактуалізація за А. Адлером – це соціальний процес певного альтернативного вибору, який особистість робить під впливом життєвих протиріч і завдань та з урахуванням цінностей, стилю життя й обов'язково соціального інтересу (адже самоактуалізація завжди має соціальний відтінок) [9].

Згідно з К.Г. Юнгом, кінцева життєва мета особистості – це повна реалізація «Я», тобто становлення єдиного, неповторного й цілісного індивіда. Розвиток кожної людини в цьому напрямку унікальний, він продовжується протягом усього життя й містить у собі процес, що одержав назву індивідуалізація. Підсумком здійснення індивідуалізації К.Г. Юнг називав самореалізацію. Самоактуалізація (індивідуалізація й «повна реалізація «Я»»), за К.Г. Юнгом – це становлення єдиного, неповторного й цілісного індивіда, свідома реалізація людиною своєї унікальної психічної реальності. Це розкриття споконвічної вродженої цілісності особистості, її еволюція протягом життя.

Таким чином, за К.Г. Юнгом, самоактуалізація в кінцевому підсумку припускає свідому реалізацію людиною своєї унікальної психічної реальності, повний розвиток і вираження всіх елементів особистості [10].

Також треба додати, що, на думку К.Г. Юнга, досягнення самоактуалізації через процес індивідуалізації потребує певного терапевтичного втручання, спрямованого на розширення свідомості особистості завдяки усвідомленню неусвідомленого. У теорії К. Хорні в основу розуміння самореалізації лягла концепція «реального власного «Я»», яке не є фіксованою структурою, а виступає набором властивих людині потенцій (таких як темперамент, здібності, нахили та ін.), що є частиною нашої спадковості й потребує сприятливих умов для розвитку [11].

Серед сучасних вчених слід виділити вченого-гуманіста С.Д. Максименка, який висвітлює виняткову роль процесу самоактуалізації у житті людини переважно у загальнопсихологічному плані, не торкаючись конкретних особливостей самоактуалізації особистості у процесі особистісного чи професійного становлення. Автор зосереджується на вивченні категорії “нужди” як первинного енергетичного джерела [12].

Е. Еріксон пов'язує поняття самоактуалізації з поняттям ідентичності. Він визначає самоактуалізацію як «подолання меж» своєї ідентичності, справжнє досягнення дійсної індивідуальності й вихід за її межі [13].

Е. Фромм говорить про те, що самоактуалізація – це процес реалізації природного потенціалу особистості, розвиток «позитивної свободи» в соціальному бутті за допомогою спонтанної активності [4].

Отже, ідеї особистісного зростання, самовдосконалення, прагнення особистісної вищості вперше з'явилися в психодинамічному напрямі. Згодом ці ідеї почали розвиватися в гуманістичній психології, але слід підкреслити, що тлумачення

поняття «самоактуалізація» в цьому напрямку має більш позитивний відтінок. Самоактуалізація трактується не як подолання певних протиріч і негативів у своїй особистості (як у психодинамічному напрямку), а як орієнтація, спрямованість на зростання й розвиток із використанням «особистісного позитива».

Аналіз основних робіт із проблеми самоактуалізації особистості в психодинамічному підході дозволив нам узагальнити складові й інтегральні характеристики процесу самоактуалізації особистості:

1) Прагнення досконалості; постановка соціально значущих цілей; підвищення самооцінки; мужність у визнанні себе недосконалим; духовність; здатність любити (А. Адлер [4]).

2) Усвідомлення глибин свого внутрішнього світу; духовність; розвиток образів і символів «колективного позасвідомого»; розвиток індивідуальної свідомості; розвиток індивідуальності; віталізація (безпосередня, емоційно насичена адаптація); формування сильного Его; асиміляція накопиченого, але неусвідомленого досвіду й змісту архетипічного позасвідомого; імперсоналізація стосунків; формування трансцендентної функції; цілісність; творчість; досягнення символу «самості» (К.Г. Юнг [10]).

3) ефективна взаємодія із зовнішнім світом; гнучкість, рухливість; усвідомлення своїх потреб; подолання внутрішнього конфлікту; повернення до душевної гармонії; усвідомлення суперечливих чинників свого існування; гармонійна внутрішня комунікація особистості (К. Хорні [14]).

4) спонтанна творчість; прагнення до любові; прагнення до творчої праці; цілісність особистості; незалежність; чесність;

працьовитість; зрілість; позитивна воля; спонтанна активність (Е. Фромм [8,]).

5) здорова самосвідомість; здатність до співчуття; творчість; почуття гумору (Х. Когут )

Переходячи до робіт сучасних фахівців, а саме представників діяльнісного підходу, варто вказати, наприклад, у роботі Д.О. Леонтьєва виділено три основних контексти, у яких А. Маслоу розробляв теорію самоактуалізації:

- 1) особистості, які самоактуалізуються;
- 2) пікові переживання трансцендентних цінностей;
- 3) самоактуалізація як процес розвитку

Л.І. Анциферова Д.О. Леонтьєв також виділяють декілька аспектів, за допомогою яких А. Маслоу вивчав самоактуалізацію: а) дослідження особистостей, які самоактуалізуються; б) теорія людської мотивації; в) самоактуалізація як механізм і процес розвитку особистості; г) пікові переживання як епізоди самоактуалізації; д) теорія метамотивації та цінностей буття.

Д.О. Леонтьєв виокремлює 3 рівні аналізу проблеми самореалізації: філософський, на якому вирішуються питання сутності людини, суті процесу самореалізації; соціологічний, на якому розглядаються шляхи та способи самореалізації особистості в конкретних соціокультурних умовах; психологічний, який аналізує особистісні якості та конкретні умови, які дозволяють особистості продуктивно самореалізуватися [14].

Як було вказано вище, явище самоактуалізації є досить складним утворенням, яке стало об'єктом дослідження не тільки психології, але й суміжних з нею наук та дисциплін.

Варто вказати, що період дорослості має вельми неоднозначне визначення. За сучасними уявленнями, зростання, розвиток, адаптація та пов'язані з ними зміни психічного функціонування людини тривають протягом усього її життя. Цій темі присвячені роботи Б.Г. Ананьєва, К.В. Судакова, В.В. Бочарова та ін.

Сензитивність юнацького віку для виникнення і розвитку самоактуалізації розглянута в психологічних працях В.І. Андрєєва, Л.С. Виготського, Р.С. Немова. Самоцінність юнацького віку для усього подальшого життя особистості та її саморозвитку доведе К.А. Абульхановой-Славської, Л. Виготським. Ідеї самоактуалізації як активізації саморефлексії, відображені в працях М.М. Бахтіна, С.Л. Рубінштейна, дозволили осмислити самоактуалізацію як природний прояв зрілості особистості.

В якості основного новоутворення юнацького віку виступає зміна особистісних просторів, формування «Я-концепції», становлення самосвідомості. У юнацькому віці особистісний простір істотно розширюється і перетворюється в зв'язку з розширенням сфер прояву індивідуального буття. Особливо актуалізуються в юнацькому віці процеси смислоутворення, формування внутрішніх позицій (особистісної, моральної, громадянської і т.п.). Також, в цей період відбуваються особистісні зміни пов'язані зі: зміною провідного типу діяльності (навчально-професійна), розвитком мотиваційної сфери, розвитком самосвідомості та формуванням готовності до самовизначення та самоактуалізації.

Самоактуалізація – це процес осягнення своєї індивідуальності, що відбувається всередині особистості, має

зовнішнє відображення, самореалізацію, втілення цієї індивідуальності в конкретній діяльності. Саме в осягненні власних сутнісних сил, у специфічній когнітивній діяльності проявляється процес самоактуалізації. Самореалізація ж – це процес обпредметнення сутнісних сил особистості в соціальній дійсності через різні види діяльності. Основним для обох феноменів є уявлення про сутнісні сили людини: індивідуальний процес їх відкриття, осягнення та втілення в діяльності людини. Успішна самореалізація призводить до актуалізації нових потенційних можливостей, що забезпечує зростання, розвиток і самовдосконалення. Здійснений теоретичний аналіз вітчизняних і зарубіжних робіт не дозволяє мати чітке уявлення про те, що є самоактуалізація–мотив, потреба, процес, результат або все разом.

Ймовірно, інтеграційний підхід до визначення самоактуалізації як комплексу системних якостей, що сприяють розкриттю внутрішнього потенціалу людини під час її індивідуалізації можна вважати більш повним. Самоактуалізація є і процесом, і станом, і властивістю спрямованості особистості, і не може обмежуватися жодною із зазначених характеристик. Як системні характеристики самоактуалізації можуть бути визначені інтенціональність, процесуальність, усвідомленість, результативність.

**Висновки.** Завершуючи теоретичний огляд індивідуально-психологічних чинників самоактуалізації особистості, слід відмітити, що більшість наукових підходів серед умов, що суттєво впливають на процес становлення особистості, здійснення себе в різних сферах життєдіяльності, є результати рефлексивної діяльності людини, осмислення людиною змісту

своєї свідомості, своєї діяльності, комунікації. Саме рефлексивність є ключовим механізмом розвитку особистості, який виступає на метарівні психічної організації особистості та включений у всі психічні процеси особистості.

На сьогоднішній, в психологічній науці не визначено остаточно глибинної феноменології самоактуалізації. Розуміння самоактуалізації як дискретного процесу, що складається з окремих частин або актів, дозволяє стверджувати наявність проміжних результатів самоактуалізації, досягнення певного рівня самоактуалізованої особистості на відповідному етапі. Результат самоактуалізації можна зафіксувати, визначивши наявність певних показників–характеристик самоактуалізованої особистості.

Самоактуалізація розглядається у взаємозв'язку з процесами самореалізації, саморозвитку, самовдосконалення та іншими категоріями «само». Усі виділені категорії, пов'язані із 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. Складність і багатогранність досліджуваного явища вимагає чіткого визначення й характеристики функціональної значущості тих чи інших категорій, з огляду на методологію науки.

Можна зробити висновок про те, що на сьогоднішній день, питання самоактуалізації та її чинників перебуває на стадії розробки та розгортання нових горизонтів для дослідження. Сучасна психолого-педагогічна галузь не має остаточної відповіді на питання, які саме чинники чи особливості відіграють

провідну роль, визначають вирішальний вплив на прояв та забезпечення самоактуалізації особистості в юнацькому віці.

Таким чином, на основі теоретичного аналізу можна констатувати наступні чинники, які можуть впливати та визначати самоактуалізацію особистості в юнацькому віці: мотивація на успіх, рефлексивні та адаптивні самооцінка особистості. Рівень самоактуалізації визначається сформованістю особистісно-смилових механізмів. Результативність як характеристика самоактуалізації передбачає кінцевий або проміжний підсумок реалізації людиною своїх можливостей або здібностей, досягнення цілісності особистості та її психологічного здоров'я.

#### **Список використаних джерел**

1. Маслоу А. Мотивация и личность / А. Маслоу // Пер. с англ. А.М. Татлыдаевой. – СПб.: Евразия, 1999. – 479 с.
2. Маслоу А. Новые рубежи человеческой природы / А. Маслоу. – М.: Смысл, 1999. – 425 с.
3. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К.Р. Роджерс; [пер с англ.]. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с.
4. Фромм Э. Психоанализ и этика / Э. Фромм. – М., 1993. – 416 с.
5. Хорни К. Женская психология / Карен Хорни; [пер. с англ.]. – СПб.: Восточно-европейский ин-т психоанализа, 1993. – 220 с.
6. Стойков І.С. Самореалізація особистості (гештальт-терапевтичний напрямок) / І.С. Стойков // Персонал: науковий. – Київ, 2011. – №3. – С. 74–82.
7. Маслоу А. Самоактуализированные люди: исследования психологического здоровья // Мотивация и личность / Пер. с англ. А.М. Татлыбаевой. СПб.: Евразия, 1999; То же [Электронный ресурс] // PSYLIB.
8. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К.Р. Роджерс; [пер с англ.]. – М.: Прогресс, 1994. – 480 с



9. Адлер А. О невротическом характере / А. Адлер. – СПб.: АСТ, 1997. – 388 с.
10. Юнг К.Г. Структура личности и процесс индивидуации / К.Г. Юнг. – СПб.: АСТ, 1994. – 134 с.
11. Хорни К. Женская психология / Карен Хорни; [пер. с англ.]. – СПб.: Восточно-европейский ин-т психоанализа, 1993. – 220 с
12. Мосійчук В.В. Особливості самовизначення особистості в процесі професійного становлення / В.В. Мосійчук, В.В. Федько // Психологічні чинники самодетермінації особистості в освітньому просторі : монографія / за ред. С.Д. Максименка. – Кіровоград : Імекс-ЛТД. – 2013. – С. 379–399.
13. Эриксон Э.Г. Идентичность: юность и кризис / Э.Г. Эриксон. – М.: Прогресс, 1996. – 396 с.
14. Леонтьев Д.А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу / Д.А. Леонтьев // Вопросы психологии. – 1987. – №3. – С. 150-158.

#### **Spisok vikoristanih djereľ**

1. Maslou A. Motivatsiya i lichnost / A. Maslou // Per. s angl. A.M. Tatlyidaevoy. – SPb.: Evraziya, 1999. – 479 s.
2. Maslou A. Novyye rubeji chelovecheskoy prirody / A. Maslou. – M.: Smyisl, 1999. – 425 s.
3. Rodjers K. Vzgljad na psihoterapiyu. Stanovlenie cheloveka / K.R. Rodjers; [per s angl.]. – M.: Progress, 1994. – 480 s.
4. Fromm E. Psihoanaliz i etika / E. Fromm. – M., 1993. – 416 s.
5. Horni K. Jenskaya psihologiya / Karen Horni; [per. s angl.]. – SPb.: Vostochno-evropeyskiy in-t psihanaliza, 1993. – 220 s.
6. Stoykov I.S. Samorealizatsiya osobistosti (geshtalt-terapevtichniy napryamok) / I.S. Stoykov // Personal: naukoviy. – Kiiv, 2011. – №3. – С. 74–82.
7. Maslou A. Samoaktualizirovannyye lyudi: issledovaniya psihologicheskogo zdorovya // Motivatsiya i lichnost / Per. s angl. A.M. Tatlyibaevoy. SPb.: Evraziya, 1999; To je [Elektronnyy resurs] // PSYLIB.
8. Rodjers K. Vzgljad na psihoterapiyu. Stanovlenie cheloveka / K.R. Rodjers; [per s angl.]. – M.: Progress, 1994. – 480 s

9. Adler A.O nevrotycheskom haraktere / A. Adler. – SPb.: AST, 1997. – 388 s.
10. YUng K.G. Struktura lichnosti i protsess individuatsii / K.G. YUng. – SPb.: AST, 1994. – 134 s.
11. Horni K. Jenskaya psihologiya / Karen Horni; [per. s angl.]. – SPb.: Vostochno-evropeyskiy in-t psihoanaliza, 1993. – 220 s
12. Mosiychuk V.V. Osoblivosti samoviznachennya osobistosti v protsesi profesiynogo stanovlennya / V.V. Mosiychuk, V.V. Fedko // Psihologichni chinniki samodeterminatsii osobistosti v osvithomu prostori : monografiya / za red. S.D. Maksimenka. – Kirovograd : Imeks-LTD. – 2013. – С. 379–399.
13. Erikson E.G. Identichnost: yunost i krizis / E.G. Erikson. – M.: Progress, 1996. – 396 s.
14. Leontev D.A. Razvitie idei samoaktualizatsii v rabotah A. Maslou / D.A. Leontev // Voprosyi psihologii. – 1987. – №3. – S. 150-158.

**Grys A.M., Maksimenko M.Yu., Motorna T.M. Emotional factors of self-actualization as mechanisms of personal resources activation.** *The article reveals the essence and content of psychological factors supporting self-actualization during moving to adulthood. In particular, the views of the representatives of classical scientific approaches are presented, as well as new concepts revealing procedural characteristics and mechanisms supporting disclosure of personal powers. Namely through this process, an individual associates him/herself with society, reveals him/herself harmoniously and in a balanced way and fulfils possibilities for self-development.*

*During moving to adulthood, the question of self-actualization for an individual becomes the most important. After all, while growing up, along with new social responsibilities and rights, an individual receives the very same resource that is necessary for formation of selfhood and searching for own Self.*

*Among contemporary psychological concepts, the studies of a person as an integrity, as an actor of own life, having a great potential for new perspectives in autopsychological competence development, are especially interesting. Because of subjective speculation on a personality within the psychological framework, new perspectives and opportunities*

*for studying of self-actualization appears. The article concludes that self-actualization in psychological studies is interpreted as realization of Self, evocation of Self, on the base of searches and approval of one's own unique path, one's own individual values and meanings of one's own existence at every moment of time.*

**Key words:** *personify, self-actualization, youth age, motivation, purpose, self-realization, self-improvement.*

#### **Відомості про автора**

**Грись Антоніна Михайлівна**, доктор психологічних наук, професор, завідувач лабораторії психології соціально дезадаптованих неповнолітніх Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України, м. Київ, Україна

**Максименко Марія Юріївна**, магістр 2-го курсу НПУ імені М.П. Драгоманова, м. Київ, Україна

**Моторна Тетяна Михайлівна**, магістр Переяслав-Хмельницького державного педагогічного університету імені Григорія Сковороди, Україна

**Hrys, Antonina M.**, Dr., head, lab. of psychology of maladjusted adolescents, G.Kostiuk Institute of Psychology of the NAES of Ukraine, Kyiv, Ukraine

**Maksimenko, Maria Yu.**, master- student of the second academic year, Dragomanov State Pedagogical University, Kyiv, Ukraine

**Motorna, Tetiana M.**, master student of Hryhoriy Skovoroda State Pedagogical University in Pereyaslav-Khmelnitsky, Ukraine

**E-mail:** Gris.1976@gmail.com

**УДК 159.942.2**

### **ЕМОЦІЙНІ СТИЛІ ЯК ДЕТЕРМІНАНТИ СТАНОВЛЕННЯ ОСОБИСТІСНИХ РИС**

**Грись А.М., Травенко О.С. Емоційні стилі як детермінанти становлення особистісних рис.** У статті представлено результати теоретичного аналізу стильового підходу до особистісних характеристик інтегральної індивідуальності як