

7. Ponimanska, T.I., 2008. Humanistyczna paradyhma vykhovannia u pidhotovtsi fakhivtsiv z doshkilnoi osvity. *Materialy Mizhnarodnoi naukovy-praktychnoi konferentsii «Suchasne doshkillia: realii ta perspektyvy»*, Kyiv, s. 20–23.
8. Petukhova, L.Ie., Anisimova, O.E., 2017. Praktyko-oriientovanyi pidkhid do pidhotovky maibutnikh fakhivtsiv doshkilnoi haluzi u konteksti pedahohichnoi spadshchyny F. Frebelia. *Molodyi vchenyi. № 10.2 (50.2) zhovten*, s. 74–78.
9. Doshkilna osvita: *slovnnyk-dovidnyk: ponad 1000 terminiv, poniat ta nazv / upor.* K.L. Krutii, O.O. Funtikova, Zaporizhzhia, 2010, 324 s.
10. Popova, L.B., 2014. Prohrama ta metodychni rekomendatsii do navchalnoi pedahohichnoi praktyky (I modul), *Navchalno-metodychnyi posibnyk / avt.-ukl.:* L.B. Popova, K.I. Demchuk, Kamianets-Podilskyi, 44 s.
11. Bielienka, H.V., 2015. Osvitnii prostir universytetu yak umova formuvannia profesiinoi kompetentnosti vypusknika. *Psykhologo-pedahohichni nauky, № 4*, s. 19–24.
12. Bazovyi komponent doshkilnoi osvity / Naukovyi kerivnyk: A.M. Bohush, diisnyi chlen NAPN Ukrainy, prof, d-r ped. nauk; Avt. kol-v: Bohush A.M., Bielienka H.V., Bohinich O.L., Havrysh N.V. ta in. Kyiv, 2012, 26 s. Dostupno: <<https://mon.gov.ua/storage/app/media/doshkilna/bazovij-komponent-doshkilnoyi-osviti-na-sajt-ostatocnij.pdf>>.
13. Polozhennia pro provedennia praktyky zdobuvachiv vyshchoi osvity Kamianets-Podilskoho natsionalnogo universytetu imeni Ivana Ohienka. Dostupno: <[https://drive.google.com/file/d/0B\\_EBvdN4dQSiSDVIV04waWZvbW5xVnM2Mmd5Y1FLdi1rUC0w/view](https://drive.google.com/file/d/0B_EBvdN4dQSiSDVIV04waWZvbW5xVnM2Mmd5Y1FLdi1rUC0w/view)>.
14. Bielienka, H.V., 2006. *Vykhovatel ditei doshkilnogo viku: stanovlennia fakhivtsia v umovakh navchannia*, Monohrafiia, Kyiv, 304 s.

DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-9763.2020-28-254-264>  
УДК 159.923

**Каньоса Наталія Григорівна,**

кандидат психологічних наук, доцент,

доцент кафедри теорії та методики дошкільної освіти

Кам'янець-Подільського національного університету імені Івана Огієнка,

Кам'янець-Подільський, Україна.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3716-9112>

[nata\\_ka@ukr.net](mailto:nata_ka@ukr.net)

[natkanesa@gmail.com](mailto:natkanesa@gmail.com)

## **ЦІННІСНО-СМИСЛОВА РЕГУЛЯЦІЯ ОСОБИСТОСТІ У СФЕРІ ПРОФЕСІЙНИХ ДОСЯГНЕНЬ**

**Анотація.** У статті автор аналізує суть понять «самореалізація» та «самоактуалізація», здійснює психодіагностичний аналіз креативності та її співвідношення з мотивацією, динамічною смисловою сферою та самосвідомістю, що в сукупності дає змогу говорити про самореалізацію. Зауважує, що самореалізація особистості є результатом гармонізації свідомого й несвідомого в поведінці суб'єкта, збільшення сили «Я» через опанування логіки власного несвідомого і зняття тим самим суперечностей зі свідомістю. З одного боку, самореалізація є розгортанням цінностей, з іншого, вона сама є цінністю вищого порядку. Найчастіше самореалізація здійснюється в професійній діяльності.

Самореалізація як розкриття, розгортання передбачає певний акт творення, адже, наприклад, динамічна смислова система, щоби стати мотиватором самореалізації, має спершу бути наповнена певним змістом, що передбачає використання креативних здібностей. Самореалізація – це не тільки процес розгортання здібностей, але й реалізація цінностей. Цінності – це те, що людина особливо цінує в житті, чому вона надає позитивного життєвого смислу. Зазначається, що критерієм самореалізації є взаємозадоволення особистості та оточення; ефективність самореалізації особистості визначається не стільки зовнішніми обставинами, скільки тим, як вона усвідомлює та оцінює їх щодо себе, що зумовлене знаннями, практичним досвідом, особистісними характеристиками, соціальними вміннями і т. ін.; передумови до самореалізації особистості закладені в самій природі особистості у вигляді задатків, які в процесі формування особистісних якостей стають основою здатності до самореалізації. Важливою умовою самореалізації особистості є усвідомлення нею своїх індивідуальних особливостей, задатків, здібностей, визначення свого місця в житті, самоідентифікація та професійна ідентифікація.

**Ключові слова:** самореалізація; самоактуалізація; ціннісний підхід; динамічна смислова система; креативність; творчість; мотивація.

## 1. ВСТУП / INTRODUCTION

**Постановка проблеми.** Динамічну смислову систему можна визначити як відносно стійку й автономну, ієрархічно організовану структуру, яка включає в себе низку різнорівневих смислових структур та функціонує як єдине ціле. Фактично, динамічна смислова система – це те, чим була б особистість, якби в неї була лише одна всеосяжна пристрасть, інтерес, спрямованість, яка виключає все інше. Окрема динамічна смислова система несе в собі сутнісні характеристики особистості як цілого й може розглядатися як повноправна одиниця її аналізу. Звичайно особистість складається з кількох динамічних смислових систем. Від того, у які динамічні смислові системи входять ті чи інші смислові структури, залежить їхній внесок у регуляцію життєдіяльності особистості.

Структура динамічних смислових систем, які відображають стійку ієрархію відносин суб'єкта, зі світом, може проектуватися у свідомість безпосередньо – у формі самосвідомості, образу «Я», або більш опосередковано – у формі структур світогляду, які також виконують функцію самосвідомості суб'єкта, однак самосвідомості не ізольованого індивіда, а представника людства як родової спільноти.

Світогляд – це ядро індивідуального образу світу, яке містить як уявлення про найбільш загальні якості, зв'язки та закономірності, які притаманні предметам і явищам дійсності, а також людській діяльності та взаємовідносинам людей, так і уявлення про характеристики ідеального, досконалого світу, суспільства та людини. На становлення та розвиток світогляду впливає теоретичне й емпіричне знання суб'єкта про світ, соціокультурний схематизм й особливості мови. Світогляд завжди несе на собі глибоко своєрідний відбиток індивідуально-особистісних особливостей, знання про світ утворюють у ньому сплав із переконаннями, не завжди чіткими уявленнями та безсвідомим схематизмом і стереотипами [1].

**Аналіз останніх досліджень і публікацій.** Оскільки проблема самореалізації носить міждисциплінарний статус, існує безліч точок зору на цей феномен. До цього часу дослідники не прийшли до єдиної точки зору: одні продовжують вважати самореалізацію явищем, що обумовлене властивою природі людини особливістю бути

самоактуалізованою особистістю (О. Клівер, І. Костеріна), інші, заперечують таку зумовленість (Е. Коломієць, Л. Овчаренко), треті вважають самореалізацію формою, в якій здійснюється самовираження та самоактуалізація людини (І. Дерманова, Т. Луговська). Термін «самореалізація» не має чіткого й однозначного визначення й у різних джерелах інтерпретується по-різному. Крім того, в теорії розвитку особистості спостерігається вживання в загальному контексті двох термінів: «самореалізація» та «самоактуалізація». Ці терміни часто вживаються в дослідженні проблем життєвого шляху людини, її особистісного становлення. Однак різні дослідники або розділяють ці поняття, наприклад, розглядаючи самоактуалізацію як найвищий етап розкриття всіх своїх можливостей і здібностей, а самореалізацію як механізм розвитку особистості (Т. Бурова, Е. Вахромов, С. Кудінов, Т. Луговська, Л. Овчаренко), або вважають ці поняття синонімічними (І. Костакова, С. Максименко, І. Морозова, Н. Нікашина).

## 2. МЕТА ТА ЗАВДАННЯ / AIM AND TASKS

Для визначення сутності професійної самореалізації особистості необхідно проаналізувати її зміст і основні характеристики, спираючись на класичні та сучасні підходи до її визначення.

Відповідно до поставленої мети було визначено основні **завдання** дослідження:

1. проаналізувати суть понять «самореалізація» та «самоактуалізація»;
2. здійснити психодіагностичний аналіз креативності та її співвідношення з мотивацією, динамічною смисловою сферою та самосвідомістю;
3. визначити критерії, ефективність і передумови професійної самореалізації особистості.

## 3. РЕЗУЛЬТАТИ ДОСЛІДЖЕННЯ / RESEARCH FINDINGS

Динамічна смислова система може бути вивчена за допомогою «Методики граничних смислів», запропонованої Д. Леонтьєвим. У нашому дослідженні використовувалася більш проста в обробці та проведенні методика «Смисложиттєві орієнтації» («С-ЖО»). Це відкриває новий пласт у визначенні самореалізації.

Динамічна смислова система та самореалізація тісно пов'язані. З одного боку, К. Гольдштейн, автор терміну «самореалізація», вважав її основним мотивом людини. З іншого, динамічна смислова система відрізняється від «мотиваційних вершин» (за О. Леонтьєвим) лише тим, що може займати друге чи третє місце в структурі особистості [2].

Отже, динамічна смислова сфера як стійка система різнорівневих смислових структур певним чином може бути співвіднесена з самореалізацією, яку, у свою чергу, можна розглядати як опредметнення, матеріалізацію, розкриття та здійснення цих смислових структур.

Самореалізація як розкриття, розгортання передбачає певний акт творення, адже, наприклад, динамічна смислова система, щоби стати мотиватором самореалізації, має спершу бути наповнена певним змістом, що передбачає використання креативних здібностей.

Е. Шострем визначив основні параметри, які складають самореалізацію, або самоактуалізацію:

- ціннісні орієнтації;
- сенситивність, гнучкість та спонтанність поведінки;
- самоповага;

- схильність до гармонійного сприйняття оточуючого світу;
- синергія;
- контактність;
- міжособистісна чутливість і емпатія;
- прагнення до набуття знань про оточуючий світ, яке виражається в пізнавальній потребі;
- творча спрямованість, яка реалізується в креативності.

Останній параметр є найбільш значущим у рамках нашого дослідження, оскільки креативність, здатність до творчості є здатністю розкриття в оточуючому суттєво нового. А самореалізація – це процес розкриття нового в собі.

Терміном «креативність» у психологічних дослідженнях позначається комплекс інтелектуальних і особистісних особливостей індивіда, які сприяють самостійному висуненню проблем, генеруванню великої кількості оригінальних ідей та нешаблонному вирішенню завдань.

Креативність є над-діяльнісним відношенням, вона породжує все нову й нову діяльність, розкриваючи суб'єкту досі недоступні йому рівні буття.

Отже, креативність породжує самореалізацію, розкриваючи нові пласти буття в особистості. Потім креативність і самореалізація настільки переплітаються, що важко сказати, де тут причина, а де наслідок. Творець формує мету, а мета формує творця. Взагалі можна з упевненістю сказати, що особистість самореалізується на основі позитивних творчих досягнень та особистого досвіду вирішення креативних завдань. З іншого боку, творча активність пов'язана зі здатністю до саморуху, саморозвитку та самореалізації. Креативний процес породжує креативні зміни, які, у свою чергу, стимулюють розвиток креативної особистості і сприяють розвитку всіх її потенцій, тобто самореалізації [3].

У другій частині нашої статті здійснено психодіагностичний аналіз креативності та її співвідношення з мотивацією, динамічною смисловою сферою та самосвідомістю, що в сукупності дає змогу говорити про самореалізацію.

Особистість як суб'єкт бере на себе відповідальність не тільки за те, щоби зберегти в центрі свідомості, у системі мотивації головне завдання – професійну самореалізацію, але, передусім, за те, щоби пересувати свою кінцеву мету далі й далі, надавати їй нового змісту, більшу внутрішню змістовність і мотиваційну насиченість. Отже, самореалізація, будучи сама стимульована певним мотивом, бере на себе функцію подальшого формування мотиву саморозвитку [4].

Специфічний напрям творчості людини – це створення нею самої себе, свого внутрішнього світу, власного душевного життя. У такий спосіб започатковується процес самореалізації.

Впевненість у собі, переконання в самоефективності – основа повноцінної, часом натхненної самореалізації людини. Тому досить актуальною є проблема виявлення умов, механізмів породження в людини довірливого ставлення до себе.

Розгортання та формування – дві невід'ємні сторони процесу самореалізації. Якщо мова йде тільки про розгортання, то маємо справу з тим, що В. Франкл назвав калейдоскопізмом. У калейдоскоп можна побачити лише сам калейдоскоп. Калейдоскопізм малює картину людського пізнання, у якій людина постає як суб'єкт, який лише «проекує» свій світ, що у всіх своїх «проектах світу» виражає щоразу самого себе, звідси, через цей спроектований «світ» видимий лише він сам – проектуючий суб'єкт [5].

Гуманісти, трактуючи самореалізацію, постійно випускають із поля зору один момент – формування. Розгортаючи свої можливості ми, формуємо нові, а потім настає черга розгортання цих нових здібностей, і так до нескінченності.

Самореалізація – це не тільки процес розгортання здібностей, але й реалізація цінностей. Цінності – це те, що людина особливо цінує в житті, чому вона надає позитивного життєвого смислу.

Поки творчі цінності знаходяться на передньому плані життєвого завдання людини, вона їх, як правило, реалізує в процесі роботи, професійної діяльності. Звичайно, робота являє собою ту сферу, де індивідуальність людини проявляється в ставленні до суспільства й у такий спосіб набуває сенсу та цінності. Однак ці сенс і цінність залежать від того, який внесок у суспільство вносить робота, виконувана людиною, а не від становища, яке вона має в суспільстві. У цьому сенсі професія сама по собі є не єдиним шляхом самореалізації.

Водночас, розглядаючи піраміду потреб А. Маслоу, бачимо, що потреба в самоактуалізації, або в самореалізації, знаходиться на якісно іншому рівні. Це означає, що до трактування самореалізації має бути якісно новий підхід.

Отже, отримуємо особливий – ціннісний – підхід до самореалізації. З одного боку, самореалізація є розгортанням цінностей, з іншого, вона сама є цінністю вищого порядку. Найчастіше самореалізація здійснюється в професійній діяльності. Також необхідно підкреслити таку специфіку явища самореалізації, як її знаходження на іншому мотиваційному рівні, що вимагає якісно нового підходу до її вивчення.

У розвитку кожного індивіда і формуванні його особистості є певні обмеження та перешкоди, які можуть бути зумовлені як природними, органічними, так і соціальними чинниками. Правильна орієнтація у їхній природі та виявлення можливостей усунення є важливою умовою прогнозування самореалізації особистості.

Аналіз психологічної літератури свідчить, що значна частина дослідників шукає, шляхи самоактуалізації особистості через виявлення та усунення захисних механізмів.

Поняття «психологічного захисту» було введено З. Фрейдом і пояснене як засіб вирішення конфлікту між свідомим і несвідомим. Основну функцію «захистів» З. Фрейд вбачав у зниженні емоційної напруги, яка провокується тривогою за здійснення соціально значущих цілей, яким суперечать потяги, які йдуть від «Ід».

Більшість психодинамічних теорій також виходять із того, що основним завданням «Я» є збереження: балансу між зовнішніми (соціальними) силами, які діють на людину, і внутрішніми (несвідомими), і, як тільки виникає напруга, психіка захищає себе за допомогою того чи іншого механізму (раціоналізації, ізоляції, витіснення і т. ін.)

Водночас, психологами доведено, що кожен із механізмів психологічного захисту може виконувати як позитивні функції в збереженні балансу між «Воно» й «Над-Я», а отже, самореалізації особистості, так і негативні.

Загалом вважається, що всі захисти, крім сублімації, яка дійсно знімає напругу, блокують прямий прояв потреб. Будь-який із цих механізмів може бути знайдений у здоровому індивідуумі, проте їхня наявність вказує, як правило, на можливі невротичні симптоми.

Самореалізація особистості є результатом гармонізації свідомого й несвідомого в поведінці суб'єкта, збільшення сили «Я» через опанування логіки власного несвідомого і зняття тим самим суперечностей зі свідомістю.

За К. Юнгом, труднощі в самореалізації (індивідуальності за автором) криються на кожному етапі цього процесу. Спочатку це небезпека ототожнення з персоною. Якщо це відбувається – індивід прагне бути досконалим, ідеалізує уявлення про себе, а тому не приймає свої помилки і слабкості. Перешкоди до особистісного зростання є й на інших етапах, під час зустрічі з «тінню», «анімою» чи «анімусом», і чим ближче до мети, тим більше цих перешкод. На кінцевих етапах може виникнути синдром «мети особистості», який полягає в тому, що індивід починає вірити у свою досконалість,

втрачає зв'язок зі своєю сутністю, не розуміючи, що немає абсолютно мудрих, безгрішних, бездоганних людей [6].

У. Джеймс акцентує увагу на таких перешкодах, як невідредаговані емоції, блокування чи накопичення яких веде до емоційного захворювання. Та це не означає, що їх завжди треба проявляти, оскільки це теж може бути шкідливим. Сильні почуття краще переводити в дії.

Незнання, невідання чинників негативної поведінки є перешкодою до особистісного зростання, на думку Б. Скіннера. Першим кроком у такому випадку є визнання, а другим – зміна поведінки, яка підтримує невідання. Іншою перешкодою до самореалізації особистості, на думку Б. Скіннера, є покарання, яке інформує людину про те, чого не варто робити, але не сповіщає, що треба робити. Воно не дає людині можливості навчитися тому, яка поведінка в цьому разі є найкращою.

Ф. Перлс описав чотири механізми, які є перешкодами в самореалізації особистості. Це інтроекція, проекція, злиття та ретрофлексія. Через інтроекцію ми присвоюємо стандарти, норми, способи мислення, стосунки й дії, які не привласнюються, не інтеріоризуються, а індивід втрачає здатність розрізнити, що він відчуває сам, а чого хочуть інші, щоби він відчував, чи що вони відчувають. Інтроекція проявляється в некритичному присвоєнні чужих переконань і установок, що заважає формуванню власної особистості [7].

Механізми проекції, навпаки, виявляються в тенденції перекласти на інших відповідальність за свої бажання, поведінку і т. ін. Як приклад, може бути наявність у людини відчуття того, що навколишній світ байдужий до неї, хоча насправді це її власне відчуження від інших.

Злиття – це відсутність почуття міри, межі, неможливість диференціювати себе та інших, ускладнення в ритмі контактів.

Ретрофлексія проявляється у зверхності, спрямованості індивіда на себе, коли він водночас стає й об'єктом, і суб'єктом своїх дій. Під час ретрофлексії межа між особистістю та довкіллям зміщена на «Я», й індивід починає ставитися до себе так, як він ставиться до інших людей. Енергія спрямовується, як правило, не на зміну довкілля для задоволення своїх потреб, а на себе, що призводить до виникнення внутрішнього конфлікту.

К. Роджерс підкреслював, що всі перешкоди для самореалізації виникають у дитинстві. Як тільки дитина починає усвідомлювати себе, у неї виникає потреба любові та уваги до себе. Оскільки діти не відрізняють своїх дій від себе в цілому, то вони сприймають похвалу дій як похвалу себе, так як і покарання за якість дії сприймають як незадоволення собою. Вони починають діяти так, щоби отримати любов чи похвалу незалежно від того, чи це є необхідним, важливим. Таку поведінку, коли заперечуються аспекти самості, К. Роджерс назвав «умовою цінності». Ця умова створює проміжок між самістю й уявленням про самість. Щоби її підтримувати, треба заперечувати щось, певні якості в собі. І хоча потім дитина росте та розвивається, ця проблема залишається. Психологічне зростання затримується настільки, наскільки людина заперечує імпульси, які відрізняються від фальшивого уявлення про себе. Щоби підтримувати це уявлення, людина продовжує викривлювати досвід, і чим більше це викривлення, тим більше можливості помилок і створення додаткових проблем. Ситуація виявляється замкнутим колом. Кожен досвід неконгруентності між самістю та реальністю збільшує вразливість, яка, у свою чергу, посилює захисти, які створюють нові приводи для неконгруентності. Інколи захисти не спрацьовують, і людина усвідомлює різницю між своєю поведінкою і своїми уявленнями. Результатом є паніка, тривожність. Клієнтцентрована терапія, яку пропонує К. Роджерс, прагне шляхом зворотного зв'язку встановити атмосферу, за якої здорові сили в особистості

знову починають домінувати [8], [9], [10].

За А. Маслоу, процес самореалізації може бути обмежений:

- негативним впливом минулого досвіду та звичками, які роблять нашу поведінку непродуктивною;
- соціальними впливами та груповим тиском;
- внутрішніми захистами, які відривають нас від самих себе [11], [12].

До психоаналітичних традиційних захистів А. Маслоу додає ще два типи захистів: десакралізацію й «комплекс Іони». Десакралізація – це збіднення власного життя через відмову ставитися до чого-небудь із глибиною, серйозністю та заглибленням. «Комплекс Іони» – це відмова від спроб повної самореалізації своїх здібностей. Як Іона прагнув уникнути відповідальності пророцтва, так і більшість людей у дійсності бояться використовувати свої здібності максимально [13].

Виділені дослідниками обмеження та перешкоди самореалізації особистості можна умовно поділити на дві групи: зовнішні і внутрішні. Зовнішні перешкоди пов'язані з особливостями суспільної системи, у якій розвивається особистість, з характеристиками конкретної групи, у яку включений індивід, цінностями сімейного виховання. Інтеріоризація зовнішніх впливів може відбуватися по-різному, залежно від багатьох чинників, і на цьому шляху можуть виникати різноманітні перешкоди, які гальмують процес самореалізації особистості (психологічні захисти, неконгруентність, невміння проявити свої почуття, неправильне уявлення про себе тощо).

#### **4. ВИСНОВКИ ТА ПЕРСПЕКТИВИ ПОДАЛЬШИХ ДОСЛІДЖЕНЬ / CONCLUSIONS AND PROSPECTS FOR FURTHER RESEARCH**

Проведений аналіз дозволяє викласти певні підсумки щодо розуміння самореалізації в сучасній науці.

Під самореалізацією особистості більшість дослідників розуміють здійснення індивідних та особистісних можливостей «Я» як власними зусиллями, так і засобами спільної з іншими діяльності та спілкування.

Процес самореалізації особистості варто розглядати насамперед як процес здійснення її потенційних можливостей. Принцип єдності потенційного та актуального в особистісному зростанні, розроблений у вітчизняній психології Б. Ананьєвим, Т. Артем'євою, С. Рубінштейном та ін., уможливило врахування не лише ролі соціальних умов і їхній реальний вплив на особистість, але й потенційні характеристики самої особистості, які ще не проявились [14].

Самореалізуватись означає стати тією людиною, якою ми можемо стати, досягти вершини нашого потенціалу.

Умовами успішної самореалізації особистості за А. Маслоу, є:

- усвідомлення нею власного потенціалу, сильних і слабких сторін, здібностей, бажань та прагнень;
- сприятливі зовнішні обставини, які б не прогнозували тенденцію особистості до самореалізації, а сприяли їй;
- відкритість особистості новим ідеям, новому досвіду, готовність ризикувати, помилятися, відмовлятися від старих звичок [5].

Самореалізація особистості пов'язана з безкінечним зростанням потреб людини, її здібностей, інтересів та інших властивостей особистості, з потенційним розгортанням її потенційних характеристик. Ці нові властивості, потреби, здібності тощо формуються в процесі розгортання умов життєдіяльності, коли: актуальні потреби повністю задовольняються виникає потреба подальшого руху, сенсу життя, прагнень, мрій, ідеалів.

Безумовно, соціальна система, історичні обставини, оточення, життєві ситуації визначають прояви активності людини, але особистість може піднятися над обставинами та реалізувати свою сутність, свою «самість» [15].

Критерієм самореалізації є взаємозадоволення особистості та оточення.

Ефективність самореалізації особистості визначається не стільки зовнішніми обставинами, скільки тим, як вона усвідомлює та оцінює їх щодо себе. Останнє зумовлене знаннями, практичним досвідом, особистісними характеристиками, соціальними вміннями і т. ін.

Передумови до самореалізації особистості закладені в самій природі особистості у вигляді задатків, які в процесі формування особистісних якостей стають основою здатності до самореалізації. Важливою умовою самореалізації особистості є усвідомлення нею своїх індивідуальних особливостей, задатків, здібностей, визначення свого місця в житті, самоідентифікація та професійна ідентифікація.

Поштовхом до внутрішньої роботи особистості над собою, до переосмислення себе, своїх позицій, свого життєвого досвіду є зустріч з іншою точкою зору на одні й ті ж обставини, події. Багато психологів одноставні в думці про те, що особистісне зростання важливе лише в умовах діалогічного особистісного спілкування, оскільки в ньому здійснюється зустріч особистості з конкретно-практичною орієнтацією іншої людини щодо себе самої, а вироблення її власного ставлення до іншої людини включає в себе розуміння її цінностей і соціально значущої особистісної позиції.

Суб'єктивно оптимальним є такий життєвий шлях особистості, який повністю відповідає її потенціалу розвитку. Вибір такого шляху робить особистість щасливою, а те, що вона робить, приносить користь іншим. Саме така ситуація сприяє максимальній самореалізації особистості.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ / REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Орішко, Н. К., 2017. Індивідуальні стратегії самовдосконалення особистості в юнацькому віці : Автореферат дисертації кандидата психологічних наук : 19.00.07, Інституті психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Київ, 22 с. Доступно: <<http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/18965/1/%D0%90%D0%92%D0%A2%D0%9E%D0%A0%D0%95%D0%A4%D0%95%D0%A0%D0%90%D0%A2%20%D0%9E%D1%80%D1%96%D1%88%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%9A.pdf>> [Дата звернення 5 Березня 2020].
2. Леонтьев, Д. А., 1987. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу, *Вопросы психологии*, 3, с. 150–158.
3. Шумилин, А.Т., 1989. *Проблемы теории творчества*. Москва : Высшая школа, 143 с. Доступно: <<http://www.serendip2.ru/voir/metod/shumilin/index.html>> [Дата звернення 5 Березня 2020].
4. Каньоса, Н. Г., 2006. Особливості професійної самореалізації особистості студентів. *Наукові записки Інституту психології імені Г. С. Костюка АПН України*, 29, ред. академіка С. Д. Максименка, Київ : Міленіум, с. 428–437.
5. Маслоу, А., 1994. *Самоактуализация личности и образование*. Киев. Донецк, 233 с.
6. Юнг, К., 2016. *Проблемы души нашего времени*. Перевод с немецкого А. Боковиков. Санкт-Петербург : Питер, 336 с. Доступно: <[https://bookap.info/klasik/yung\\_problemy\\_dushi\\_nashego\\_vremeni/](https://bookap.info/klasik/yung_problemy_dushi_nashego_vremeni/)> [Дата звернення 5 Лютого 2020].
7. *Психологические проблемы самореализации личности*. 2000. 4, ред. Е. Ф. Рыбалко, Л. А. Коростылевой. Санкт-Петербург : СПбГУ, 252 с.



8. Роджерс, К., 1994. *Взгляд на психотерапию. Становление человека*. Москва : Прогресс. Терминологическая правка В. Данченко Киев : PSYLIB, 2004. Доступно: <<https://www.rulit.me/books/stanovlenie-lichnosti-vzglyad-na-psihoterapiyu-read-405531-1.html>> [Дата звернення 10 Березня 2020].
9. Роджерс, К., 1990. Несколько важных открытий. *Вестник МГУ*, серия 14 «Психология». Москва, 2, с. 17–29.
10. Эриксон, Э., 1996. *Идентичность: юность и кризис*. Перевод с английского А. Прихожан, В. Ривош, А. Андреева. Москва : Прогресс, 344 с. Доступно: <<https://www.litmir.me/bd/?b=245724>> [Дата звернення 10 Лютого 2020].
11. Анцыферова, Л. И., 1973. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрагама Маслоу, *Вопросы психологии*. 4. с. 173–180.
12. Маслоу, А., 1982. *Самоактуализация, Психология личности*. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыряя ред. Москва : Изд-во Моск. ун-та, 288 с. Доступно: <[https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy\\_psy\\_lichn/1.pdf](https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy_psy_lichn/1.pdf)> [Дата звернення 15 Березня 2020].
13. Ялом, И., 1999. *Экзистенциальная психотерапия*. Перевод с английского Т. С. Драбкиной. Москва : Класс, 576 с. Доступно: <[http://yakov.works/libr\\_min/28\\_ya/lo/m\\_06.htm](http://yakov.works/libr_min/28_ya/lo/m_06.htm)> [Дата звернення 8 Лютого 2020].
14. Анцыферова, Л. И., 1978. Эпигенетическая концепция развития личности Эрика Г. Эриксона, *Принцип развития в психологии*, ред. Л. И. Анцыферова. Москва : Наука, с. 212–242. Доступно: <<https://www.twirpx.com/file/267807/>> [Дата звернення 5 Березня 2020].
15. Соболев, П. П., 1985. Жизнетворчество как способ самореализации личности : Жизнь как творчество (социально-психологический анализ). Київ : Наукова думка. с. 71–90.

## REGULATION OF PERSONALITY VALUES AND SENSES IN THE FIELD OF PROFESSIONAL ACHIEVEMENTS

**Nataliia Kanosa,**

PhD in Psychology, Associate Professor,  
Associate Professor of the Department of  
Theory and Methodology of preschool education  
Kamianets-Podilskyi National Ivan Ohienko University,  
Kamianets-Podilskyi, Ukraine  
ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0002-3716-9112>  
[nata\\_ka@ukr.net](mailto:nata_ka@ukr.net)  
[natkanesa@gmail.com](mailto:natkanesa@gmail.com)

**Abstract.** In the article, the author analyzes the essence of the concepts of «self-realization» and «self-actualization», performs psychological diagnostic analysis of creativity and its relation with motivation, dynamic semantic sphere and self-awareness, which collectively makes it possible to speak about self-realization. It is pointed out that self-realization of an individual is the result of the harmonization of the conscious and the unconscious in the behavior of the subject, an increase in the strength of «I» by mastering the logic of his own unconscious and thereby removing contradictions with the consciousness. On the one hand, self-realization is a deployment of values, on the other it is itself a higher-order value. Most often self-realization is carried out in professional activities. Self-realization as disclosure and deployment requires a certain act of creation, for instance, a dynamic semantic system in order to become a motivator of self-realization should first be filled with a certain

content that involves the use of creative abilities. Self-realization is not only a process of deployment of abilities, but also the realization of values. Values mean what a person value in life, what he gives a positive life meaning.

It is noted that the criterion of self-realization is satisfaction of an individual and environment; the effectiveness of self-realization of a person is determined not so much by external circumstances, but the way he realizes and evaluates them in relation to himself, which is conditioned by knowledge, practical experience, personal characteristics, social skills, etc.; prerequisites for self-realization of personality are laid in the very nature of the personality in the form of inclinations, which in the process of formation of personal qualities become the basis for the ability of self-realization. An important prerequisite for self-realization of an individual is awareness of one's individual characteristics, inclinations, abilities, determination of their place in life, self-identification and professional identification.

**Keywords:** self-realization; self-actualization; value approach; dynamic semantic system; creativity; art; motivation.

#### REFERENCES (TRANSLITERATED)

1. Orishko, N. K., 2017. Indyvidualni stratehii samovdoskonalennia osobystosti v yunatskomu vitsi: Avtoreferat dysertatsii kandydata psykholohichnykh nauk: 19.00.07, Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. Kyiv, 22 s. Retrieved March 5, 2020, from: <<http://elibrary.kubg.edu.ua/id/eprint/18965/1/%D0%90%D0%92%D0%A2%D0%9E%D0%A0%D0%95%D0%A4%D0%95%D0%A0%D0%90%D0%A2%20%D0%9E%D1%80%D1%96%D1%88%D0%BA%D0%BE%20%D0%9D.%D0%9A.pdf>>.
2. Leont'ev, D. A., 1987. Razvitie idei samoaktualizatsii v rabotah A. Maslou, Voprosy psikhologii, 3, s. 150–158.
3. Shumilin, A.T., 1989. Problemy teorii tvorchestva. Moskva: *Vysshaja shkola*, 143 s. Retrieved March 5, 2020, from <<http://www.serendip2.ru/voir/metod/shumilin/index.html>>.
4. Kanosa, N. H., 2006. Osoblyvosti profesiinoi samorealizatsii osobystosti studentiv. Naukovi zapysky Instytutu psykholohii imeni H. S. Kostiuka APN Ukrainy, 29, red. akademiika S. D. Maksymenka, Kyiv: *Milenium*, s. 428–437.
5. Maslou, A., 1994. Samoaktualizatsija lichnosti i obrazovanie. Kiev. Doneck, 233 s.
6. Jung, K., 2016. Problemy dushi nashego vremeni. Perevod s nemecogo A. Bokovikov. Sankt-Peterburg: Piter, 336 s. Retrieved February 5, 2020, from <[https://bookap.info/clasik/yung\\_problemy\\_dushi\\_nashego\\_vremeni/](https://bookap.info/clasik/yung_problemy_dushi_nashego_vremeni/)>.
7. Psihologicheskie problemy samorealizatsii lichnosti. 2000. 4, red. E. F. Rybalko, L. A. Korostylevoj. Sankt-Peterburg: *SPbGU*, 252 s.
8. Rodzhers, K., 1994. Vzglyad na psihoterapiju. Stanovlenie cheloveka. Moskva: Progress. Terminologicheskaja pravka V. Danchenko Kiev: *PSYLIB*, 2004. Retrieved March 5, 2020, from <<https://www.rulit.me/books/stanovlenie-lichnosti-vzglyad-na-psihoterapiyu-read-405531-1.html>>.
9. Rodzhers, K., 1990. Neskol'ko vaznyh otkrytij. Vestnik MGU, serija 14 «Psikhologija». Moskva, 2, s. 17–29.
10. Jerikson, Je., 1996. Identichnost': junost' i krizis. Perevod s anglijskogo A. Prihozhan, V. Rivosh, A. Andreeva. Moskva: Progress, 344 s. Retrieved February 10, 2020, from <<https://www.litmir.me/bd/?b=245724>>.

11. Ancyferova, L. I., 1973. Psihologija samoaktualizirujushhejsja lichnosti v rabotah Abragama Maslou, Voprosy isihologii. 4. s. 173–180.
12. Maslou, A., 1982. Samoaktualizacija, Psihologija lichnosti. Ju. B. Gippenrejter, A. A. Puzyreja red. Moskva: *Izd-vo Mosk. un-ta*, 288 s. Retrieved March 15, 2020, from: <[https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy\\_psy\\_lichn/1.pdf](https://lib.uni-dubna.ru/search/files/psy_psy_lichn/1.pdf)>.
13. Jalom, I., 1999. Jekzistencial'naja psihoterapija. Perevod s anglijskogo T. S. Drabkinov. Moskva: *Klass*, 576 s. Retrieved February 8, 2020, from <[http://yakov.works/libr\\_min/28\\_ya/lo/m\\_06.htm](http://yakov.works/libr_min/28_ya/lo/m_06.htm)>.
14. Ancyferova, L. I., 1978. Jepigeneticheskaja koncepcija razvitija lichnosti Jerika G. Jeriksona, Princip razvitija v psihologii, red. L. I. Ancyferova. Moskva: *Nauka*, s. 212-242. Retrieved March 5, 2020, from <<https://www.twirpx.com/file/267807/>>.
15. Sobol', P. P., 1985. Zhiznetvorchestvo kak sposob samorealizacii lichnosti: Zhizn' kak tvorcestvo (social'no-psihologichsskij analiz). Kyiv: *Naukova dumka*. s. 71–90.

DOI: <https://doi.org/10.32626/2309-9763.2020-28-264-271>  
УДК 378.011.3–051:664

**Корець Микола Савич,**

доктор педагогічних наук, професор,  
професор кафедри загальнотехнічних наук і охорони праці  
Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова,  
Київ, Україна.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5552-7481>

*m.s.korets @npu.edu.ua*

**Іщенко Світлана Михайлівна,**

Аспірант Національного педагогічного університету  
імені М. П. Драгоманова,  
Київ, Україна.

ORCID ID: <https://orcid.org/0000-0001-5791-803X>

*s.m.ischenko@npu.edu.ua*

**ФОРМУВАННЯ ФАХОВОЇ КОМПЕТЕНТНОСТІ МАЙБУТНІХ ПЕДАГОГІВ  
ПРОФЕСІЙНОГО НАВЧАННЯ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ ТЕХНОЛОГІЧНОГО  
ОБЛАДНАННЯ ХАРЧОВОЇ ГАЛУЗІ**

**Анотація.** У статті обґрунтовані та запропоновані сучасні підходи до формування компетентності майбутніх педагогів професійного навчання харчових технологій у процесі вивчення технологічного обладнання харчової галузі.

Розкривається структура та основні етапи формування фахової компетентності в студентів у період навчання у вищих навчальних закладах, а також запропоновані найбільш ефективні технології навчання, за умови якісної організації освітнього процесу.

Аналізуються сучасні інноваційні педагогічні технології на прикладі проблемних лекцій з активним використанням електронних презентацій, що вибудовуються на використанні проблемних, дослідницьких, аналітичних і комунікативних способах навчання, які у свою чергу зумовлюють формування професійної компетентності майбутніх фахівців.