

Shyness first begins to appear in early childhood, when the child begins to avoid contact, blush, has high anxiety and lack of confidence in own abilities. Depending on the type of personality the baby can be externally or internally shy. Based on the theoretical analysis of the literature also emphasis some aspects of children's shyness: property of the individual, personal trait, acquired behavior pattern.

Shyness in preschooler is not only innate but also social character. Among the determinants of becoming shyness in a child distinguished: imitation behavior introvert mother, authoritarian parenting style, disinterest emotional needs baby, family crisis, low self-esteem, critical attitude to children's beginning. These factors cause in preschool child not only external but also internal discomfort that interferes the harmonious development of personality preschooler in the most favorable sensitive periods, during which actively forming language, behavior and awareness own self-image.

Keywords: child, preschool age, shyness, shame, parents, upbringing, personality, anxiety, social skills, uncertainty.

Відомості про автора:

Бондарчук Оксана Юріївна – аспірантка кафедри теоретичної та консультативної психології факультету психології Національного педагогічного університету імені М. П. Драгоманова, м. Київ, Україна, bondarchuk_oxana@email.ua.

Information about the author:

Bondarchuk Oksana – postgraduate student of the Department of Theoretical and counseling psychology, Faculty of Psychology, National Pedagogical Dragomanov University, Kyiv, Ukraine, bondarchuk_oxana@email.ua.

Статтю подано до друку 12.06.2017.

УДК 159.923.2

© І. С. Булах, 2017

Булах І.С. (м. Київ)

ВИТОКИ ОСОБИСТІСНОГО ЗРОСТАННЯ ЛЮДИНИ

Булах І. С. Витоки особистісного зростання людини. У статті проводиться теоретичний пошук витоків ідей, думок та наукових позицій і положень тих мислителів, філософів та психологів, які поступово виявляли сутнісні потенціали змінювань та особистісного розвитку людини. Починаючи зі східних вчень, зокрема ідей буддизму, індуїзму, суфізму, і, завершуючи західними вченнями, зокрема позиціями екзистенціалістів та феноменологів, простежується логіка ускладнення змісту та сутності поняття «особистісне зростання» людини, виокремлюються його подібність і розбіжність з термінами «розвиток особистості» та «особистісний розвиток». Якщо «розвиток особистості» більшість психологів пов'язують з динамікою соціальних, емоційних, інтелектуальних, моральних змін, які обумовлюються зовнішніми і внутрішніми детермінантами, то «особистісне зростання» – це свобода, відповідальність, духовність, соціальна інтегрованість і, разом з тим, особистісна автономія. Саме в основі останньої – в «Я» - знаходиться ресурс власної відповідальності та потенціали особистісного зростання людини. Визначаються також базисні одиниці зростання людської особистості, які кристалізуються у такому психологічному утворенні особистості як її «Я-концепція» і самість. Епіцентром «Я-концепції» є самість, як змінне, плінне й цілісне

утворення. Вона включає в себе ціннісні якості, досвід, цілі, здібності, перцептивні й когнітивні потенціали. Самість актуалізує зростання особистості. Це процес самореалізації людиною протягом всього життя власного потенціалу з метою стати повноцінно функціонуючою особистістю. Основною стратегічною лінією становлення людини як особистості виступають природні тенденції до самоактуалізації та самореалізації в процесі життєтворення.

Ключові слова: розвиток особистості, особистісне зростання, Я-концепція, самість, відповідальність, конгруентність, досвід, цілісність, самоактуалізація, самореалізація.

Постановка проблеми. У сучасному житті людини, попри всі економічні й політичні негаразди, розширюється утвердження гуманістичних ідей як альтернативних до кризових проблем економіки та складних аспектів становлення української національної державності. В різні історичні часи ці ідеї то повільно, то інтенсивно впроваджувалися в життєдіяльність людей завдяки окремим галузям наук, найчастіше гуманітарним. Слід підкреслити, що шістнадцять років нового століття відзначилися тим, що в одній з наук, а саме у вітчизняній психології, помітно зросли апеляції до гуманістичних позицій вчених, згідно з якими відбувається актуалізація основних стратегічних положень особистісного розвитку людини. Ці положення пропагувалися у минулому різними представниками гуманістичного та феноменологічного напрямів у психології. На сьогодні все частіше і частіше гуманістичні стратегії стали покладатися в основу побудови нової освітянської тактики виховання підростаючої особистості.

Аналіз наукових досліджень. Гуманістична психологія як науковий напрям виникла в середині ХХ століття, протиставляючи себе двом вже існуючим підходам – психоаналізу і біхевіоризму. З самого початку свого існування гуманістична психологія віддала прерогативу в розвитку людини, її внутрішнім потенціалам. Вона займалася вивченням тих можливостей людини, до яких не зверталися ні психоаналіз, ні біхевіоризм, а саме: творчості, самореалізації можливостей, найвищих цінностей буття, становлення «Я», досвіду, спонтанності, психічного здоров'я тощо. У практичному плані основною лінією гуманістичної психології стало використання внутрішнього потенціалу організму для вивчення і зміни людини як особистості.

Щоб глибше розібратися в сутності гуманістичних ідей, простежимо, звідки вони беруть свій початок. Як відомо, західноєвропейська і американська психологічні думки, при всій різноманітності наукових підходів, завжди мали вплив східних учень. Деякі ідейні паралелі простежуються не тільки в теорії архетипів К.Г.Юнга, які вчений черпав з суфійського вчення, але й у підходах до самореалізації та самовдосконалення як основних моментів системи йоги, практики дзен-буддизму, що знайшли свій відбиток у гуманістичних теоріях Р.Ассаджолі, С.Джурарда, А.Маслоу, Р.Мея, К.Роджерса, В.Франкла та ін. [2; 5; 6; 8; 11 та ін.].

Вчені, які досліджують східний філософсько-психологічний досвід, вважають, що його специфіка полягає у зверненні до трансцендентального, «над-особистого», того, що виходить за межі людини, тобто спрямованого на щось, існує поза людською сутністю.

Локально проаналізуємо найвідоміші східні вчення, в яких червоною ниткою проходить вирішення проблеми особистісного зростання людини. Так, Д.Фейдимен і Р.Фрейгер, пропонують у філософсько-психологічному східному досвіді виділяти дві тенденції при визначенні людиною смислу свого буття.

Згідно з першою тенденцією, людина прагне бути центром власного світу і намагається формувати і організовувати життєві події навколо себе. За іншою тенденцією, людина добровільно підкоряє себе світу, стаючи органічною частиною чогось, що вона вважає більшим, ніж вона сама. Остання тенденція можлива лише для тих, хто вже досяг певного ступеня самовизначення, зрілості, самоактуалізації.

Особистісне зростання, виходячи з цих тенденцій, в даному ракурсі пов'язане зі становленням самодостатності й автономності людини. А це вказує на те, що східні вчення, які більше реалізують другу тенденцію, немов би випереджають західні (яким притаманна перша тенденція) за рівнем розвитку особистості. Східні вчення не тільки набагато «старші» за історичним віком, але й досягли фази розширення досвіду «над-особистого» на основі знаходження засобів дослідження цієї трансцендентної сторони свідомості людини [10].

Звернемося до основних положень «над-особистої» орієнтації східних учень, яку їм можна надати в контексті особистісно-орієнтованого підходу.

Так, *буддизм* заснований на тому, що кожна людина володіє природними потенціями, які перетворюючись у здібності, дають їй можливість розвиватися у досконалу особистість. До основи цього вчення покладено три базисні характеристики існування: непостійність, відсутність самості, незадоволеність. Концепція непостійності передбачає розуміння того, що все безперервно змінюється, включаючи ідеї, думки, душевні стани. Тому самість як основа особистісного зростання не може бути зафіксована у своїй визначеності: вона постійно змінюється. Незадоволеність виступає як логічний наслідок притаманних людині прагнень, які роблять неможливим досягнення постійності. Бажання, яке виникає, породжує почуття незадоволеності; задоволення потреб, в свою чергу, породжує нові бажання, отже, і стан незадоволеності. Навіть стан «просвітління» є змінно-динамічним. Тому його тлумачать як подолання свого «єго» і безкінечне сходження від індивідуального буття до буття всезагального, «над-особистого».

У традиціях *індуїзму* практика йоги спирається на елементи філософії, психології і релігії, оскільки всі вони пов'язані з духовними сторонами людини. Мета практичної йоги – єднання індивідуальної самості з космічним Духом, або самореалізація, самоосягнення. Техніка самоосягнення здійснюється засобом заспокоєння розуму і концентрації свідомості на Вищій Самості. Самоосягнення в процесі опанування йоги пов'язане з особистісним і духовним зростанням. Деталі особистісного зростання у різних школах йоги різняться. Так, Карма Йога під особистісним зростанням розуміє розвиток самодисципліни, сили волі, безкорисливого служіння на благо всіх людей. Для Джнана Йоги, зростання особистості – це розвиток розрізнення і самоаналізу. Бхакта Йога особистісне зростання пов'язує з розвитком у собі благодущності, пошани і любові до Бога, який персоніфікований у людську форму [10].

Суфійське вчення розвивається в межах *ісламської* релігії, здійснюючи пошук шляхів досягнення найвищих станів свідомості, на основі подолання інтелектуалізму, «емоціоналізму» та сходження до інтуїтивного самопізнання й осягнення Істини. На шляху до особистісного зростання суфійські вчителі описують декілька стадій: первісне пробудження (коли людина переживає особисту кризу і розуміє, що їй треба переглянути своє життя і його цінності), терпіння і шанобливість (як готовність прийняти той факт, що психологічні зміни потребують часу і зусиль), наміри, щирість, правдивість (як турбота про внутрішні наміри, щоб вони були правильні) та ін. Серцевиною особистісного розвитку, згідно з суфізмом, повинна стати людська спільнота, група. Найвищі досягнення неможливі поза обставинами правильно зібраних разом правильних людей у правильний час на правильному місці. Сучасні суфійські вчителі добре розуміють те, що К.Роджерс визначав як «цілюща здатність групи» [4; 10].

Отже, теоретичний аналіз ряду традиційних східних учень, дозволив виділити те специфічне, що їх відрізняє від гуманістичної психології, а також побачити те спільне, що їх об'єднує. Для учень східної психології найважливішою особливістю є їх онтологічна спрямованість. Людина розглядається як невід'ємна частина буття, яка у своєму функціонуванні і розвитку підкоряється його загальним законам. Смісл життя людини пов'язаний з розвитком її творчих потенцій. Особистісне зростання – це пошук шляхів сходження до всезагального,

універсального, «над-особистого». У своїх багаточисленних проявах ці учення спрямовані на те, щоб людина мала можливість скористатися наданою їй від природи свободою волі та оволоділа здібністю долати інтелектуальні та емоційні труднощі, що й відкриває шлях до духовного зростання.

Метою статті є теоретичне дослідження витоків гуманістичних ідей та стратегій, які конструюють наукові позиції представників гуманістичної психології та окреслюють для сучасних психологів змістове наповнення феномена «особистісне зростання людини».

Виклад основного матеріалу та результати дослідження. Гуманістична психологія, так само, як і східні учення (дзен-буддизм, йога, суфізм) в аспектах особистісного і духовного зростання підкреслює наступне: значущість любові та поваги до людей, узгодженість ідеалів і цінностей, свободу і відповідальність за свої дії, самодисципліну і саморегуляцію, розуміння і співчуття іншому, прагнення до самореалізації, самоосягнення, набуття людиною впевненості, прийняття себе такою, яка є, потребу в розширенні самосвідомості та концентрацію на самості, здатність до самовдосконалення і самоздійснення.

Водночас фундамент гуманістичної психології зводився не тільки за рахунок східних учень, в його основу були покладені вагомні «камені знань» західного філософського мислення. Психологія «третьої сили» коріннями сягає глибоко в екзистенціальну філософію, яка була розроблена такими європейськими мислителями, як С.К'єркегор, А.Камю, М.Мерло-Понті, Ж.-П.Сартр, М.Хайдеггер, К.Ясперс [4; 9; 10].

Погляд на людину з позицій *екзистенціалізму* полягає в тому, що індивід є «буття-у-світі». Представники цієї філософії вважають, що кожна людина живе як сутність (екзистенція) у світі, усвідомлено осягаючи своє існування і кінцеве неіснування. Людина не є річ, об'єкт чи тіло, яке взаємодіє з іншими речами. Людина також не є продуктом генетичних факторів чи впливу оточуючого середовища. Людина існує у світі через «буття-у-світі», а світ набуває свого існування оскільки є буття, яке його розвиває. Буття і світ суть одне і те ж саме. Отже, людина не існує поза світом і світ не має значення без тих, хто живе в ньому [3; 4; 9; 10; 11].

Провідна ідея першого найважливішого постулату, який покладається в основу майже всіх робіт екзистенціалістів, зводиться до того, що людина є не що інше, як те, чим вона робить себе сама. Це фактично підкреслює моменти відповідальності кожної людини за те, хто вона і ким стає. На паритетних засадах з першою ідеєю виступає друга, в якій наголошується: життя є тим, що ми з нього робимо. Останнім моментом постулюється думка про те, що кожна людина стоїть перед вибором: яким смыслом (альтруїстичним, моральним чи егоїстичним, прагматичним) наповнити своє життя. Екзистенціалісти стверджують, що кожна людина повинна прийняти на себе відповідальність за вибір і напрямок своєї долі, оскільки, хоче того людина, чи ні, але вона прийшла у цей світ і є відповідальною за одне людське життя – своє власне. Уникати свободи і відповідальності – означає бути неістинним (неаутентичним), зраджувати собі й жити у відчаї і безнадії. Єдина «реальність» відома кому-небудь, як стверджують екзистенціалісти, це реальність суб'єктивна, або особиста, але не об'єктивна.

Гуманістична психологія, апелюючи до вказаних положень, доводить, що кожна людина є головним архітектором свого життя, досвіду і поведінки. Людина як усвідомлююча сама себе істота, переживає, приймає рішення і вільно вибирає свої дії і вчинки. Таким чином, гуманістична психологія як основну модель приймає модель відповідальної особистості, що здійснює вільний вибір серед наявних можливостей. Такий особистісний рівень, за Ж.-П.Сартром, можна вмістити у тезу: «Я є мій вибір» [9].

Особливо значущою в контексті особистісного розвитку людини виступає концепція становлення, яку теоретики-гуманісти запозичили з екзистенціалізму. Людина як особистість ніколи не буває статичною, вона завжди перебуває у процесі становлення. Як вільна істота,

особистість відповідальна за реалізацію якомога більшої кількості внутрішніх можливостей (потенцій) і живе істинним життям лише тоді, коли виконує цю умову.

Розв'язання складних питань особистісного розвитку молоді людини неможливе без звернення до гуманістичних ідей вчених психологів.

Треба відзначити також той факт, що у витоків становлення гуманістичного підходу до особистості велику роль відіграли багато відомих психологів, серед яких треба назвати імена А.Адлера, К.Г.Юнга, Г.Оллпорта, Е.Фромма, В.Франкла, Р.Мея.

Саме засновника індивідуальної теорії особистості А.Адлера багато психологів вважають провісником сучасної гуманістичної психології. Запропонувавши індивідуальну теорію особистості, вчений визначив у ній такі основні положення: індивідуум як самоузгоджена цілісність; людське життя як динамічне прагнення до вищості; індивідуум як творча сутність, що здатна до самовизначення. В цю теорію А.Адлер ввів концепцію творчого «Я», яка є головним її конструктом і найвищим досягненням персонолога. У творчому «Я» втілюється активний принцип людського існування, того, що надає їй значущості. Вчений наполягав на тому, що стиль життя формується під впливом творчих здібностей особистості. Кожна особистість має потенції вільно створювати свій стиль життя, що, в кінцевому рахунку, визначає її відповідальність за те, ким вона стає і як себе поводить [1].

Впродовж останніх років серед інтелектуальної і, особливо, психологічної спільноти, помітно збільшилася популярність аналітичної психології К.Г.Юнга, який одним з перших визнав позитивний внесок духовного, релігійного і навіть містичного досвіду в розвиток особистості. Самий суттєвий момент теорії особистості К.Г.Юнга, окрім концепції колективного безсвідомого і його архетипів, пов'язаний з визначенням прогресивного характеру розвитку особистості. Вчений вважав, що люди постійно прогресують (чи намагаються це робити) у напрямку від менш досконалого рівня до більш досконалого. Кінцевою ціллю розвитку є самореалізація, як максимально повна, завершена диференціація і гармонічне співвідношення всіх аспектів цілісної особистості. Це означає, що психіка людини утворила новий центр – самість, замість старого центру – «єго». Самість є найвища повнота людської істоти, центральний архетип порядку і цілісності особистості. Самість означає всю особистість, що охоплює свідоме і безсвідоме; це ядро цієї цілісності, як «єго» – ядро самосвідомості. Для опису особистісного зростання протягом всього життя людини з метою простеження інтеграції всіх структурних взаємодіючих навколо самості, вчений використовував термін «індивідуація». Індивідуація означає становлення людини як єдиного, самототожного ества. Саме індивідуація як процес розвитку цілісності і руху до свободи, дозволяє самості стати центром особистості, що допомагає останній досягнути самореалізації [13].

Не менший вплив на гуманістичні теорії мав автор диспозиціональної теорії особистості Г.Оллпорт. Цей вчений більшою мірою, ніж будь-хто інший, відстоював різнобічний підхід до вивчення особистості і був переконаним прихильником такого досвіду, в якому пропагувалося її здорове і зріле становлення. Особистісне зростання він розглядав як активний процес становлення. В цьому процесі індивідуум бере на себе відповідальність за планування перебігу свого життя. Під контролем «Я» утримується значна частина «динамічної організації» особистості. За Г.Оллпортом, зростання особистості – це зростання пропріуму з дитинства до дорослості. Пропріум – це суб'єктивний досвід, це не що інше, як самість. Вчений визначив вісім різних аспектів самості: тілесна самість, самоідентичність, самоповага, «соціальна» самість, образ себе, керування собою, пропріативні прагнення і, зрештою, пізнання самого себе. Останній аспект розташовується над усіма іншими і синтезує їх. Як стверджував Г.Оллпорт, «пізнання самого себе» презентує суб'єктивну сторону «Я», але таку, яка усвідомлює об'єктивне «Я». Отже, «Я» як регулятор, відіграє центральну роль в особистісному зростанні людини [7].

Багатством оригінальних ідей, які вплинули на свідомість людей ХХ століття, вирізняється теоретичний спадок Е.Фромма. Дотримуючись гуманістичних традицій, Е.Фромм розробив вчення про людину, як істоту соціально обумовлену. Призначення його наукових здобутків, пов'язане з пошуком шляхів «оновлення», «відродження» і «самореалізації» особистості. Вчений перетворює людину на міру всіх речей у тому смислі, що відкидає всі намагання підкорити її якійсь іншій сутності, ніж вона сама. Людина сама по собі не зла і не добра. Вона відкрита для самостворення – її можна співвідносити лише з собою, тобто з нерозкритими в ній потенціалами. Принципова теза Е.Фромма полягала у тому, що розвиток певного типу особистості зумовлюється певними соціальними структурами. Виразно вимальовуючи соціальні детермінанти становлення людини, вчений визначив, що лише особистість з продуктивним типом характеру є творчою, незалежною, відповідальною, здатною на соціально корисні вчинки [12].

Психологічні погляди В.Франкла, завдяки екзистенціальному пафосу його вчення, постійно знаходять логічне й оригінальне втілення у гуманістичній психології. У своїй теоретичній «будові» вчений виділив три основні частини: поняття про смисл життя, прагнення до смислу і свобода волі. Основна теза вчення про прагнення до смислу полягає в тому, що особистість не може існувати без цього прагнення і, якщо воно відсутнє, то життя стає вакуумом, а особистість фрустрованою.

За переконаннями В.Франкла, при будь-яких обставинах особистість не повинна втрачати смисл життя. Людина вільна віднайти і реалізувати смисл навіть тоді, коли її життя обмежене об'єктивними обставинами. Вчений висунув різні формулювання відносно свободи. Проте загальний їх смисл можна презентувати так: свобода притаманна людині первісно і невіддільна від неї; свобода – це не те, що особистість «має», а те, що вона є; свобода – це відповідальність за свою долю; свобода – це здатність слухати свою совість і приймати рішення; свобода і духовність – це основа всього людського життя. Створена В.Франклом теорія логотерапії і екзистенціального аналізу є складною системою філософсько-психологічних поглядів на природу і сутність людини. В цій системі визначальними екзистенціалами особистісного зростання є свобода, відповідальність, духовність, які пронизують основні лінії гуманістичного напрямку [11].

Відомий класик екзистенціально-гуманістичної психології Р.Мей вказував на те, що духовне зростання особистості залежить не стільки від наявності цілі в її житті, скільки від наявності цілі в житті того суспільства, до якого вона належить. Розвиток особистості, за розумінням Р.Мея, це здійснення процесу життя у вільному, соціально інтегрованому індивідуумі, який наділений духовною основою. Отже, складові зростання особистості – це свобода, соціальна інтегрованість і духовність. Духовне зростання, за припущеннями вченого, вимагає набуття особистісної автономії, а також почуття особистої відповідальності. Саме в основі основ особистісної автономії – істинному «Я» – лежить момент власної відповідальності (свободи) і можливості творчого розвитку. Свобода – основний принцип і обов'язкова умова існування особистості, а наявність творчих можливостей є її головною властивістю [6].

Таким чином, теоретичний аналіз (в межах екзистенціалізму і феноменології) поглядів провідних учених стосовно особистісного розвитку і зростання людини дав нам можливість повніше і глибше розібратися у витоках особистісного зростання людини.

Разом з вище зазначеним варто вказати, що існує ще одна теорія, ідеї якої мали безпосередній вплив на теоретиків гуманістичного напрямку в психології. Це організмична теорія. Основна її лінія пов'язана з тим, що людина – цілісний організм і, щоб зрозуміти функціонування будь-якої його складової, треба відкрити загальні закони функціонування всього

організму. В цій теорії підкреслюється єдність, інтегрованість, узгодженість і когерентність здорової особистості. Відомими її представниками є К.Гольдштейн і А.Ангьял.

К.Гольдштейн висунув положення, згідно з яким індивід мотивується не багатьма, а одним головним мотивом. Він першим ввів у науковий вжиток психології термін само-актуалізація. За К.Гольдштейном само-актуалізація (або само-реалізація) – це єдиний і основний мотив організму. Само-актуалізація – це творча тенденція людського організму і основа особистісного розвитку та удосконалення людини. Вчений був прихильником того, що між організмом та середовищем існує взаємодія і людина повинна прийти до узгодження з середовищем, оскільки останнє або «дає» засоби до само-актуалізації, або може зашкоджувати психологічному зростанню. За К.Гольдштейном, зростання не завжди означає кінець проблем і труднощів. Навпаки, відкриття в собі чогось нового, що не узгоджується з бажаним, може призводити до розчарувань. Відкриття у навколишньому світі складних і часто непослідовних подій, вчинків, поглядів, обіцянок також негативно впливає на сприйняття світу і ставлення до нього. Тобто зростання може приносити не тільки радість, підйом, натхнення, але й біль і страждання [4].

А.Ангьял наполягав на тому, що диференціювати організм і середовище неможливо. Для того, щоб передати своє уявлення про холізм індивіда і середовища не як взаємодіючих частин, не як складових, що володіють незалежним існуванням, а як аспектів єдиної реальності, які можна розділяти лише абстрактно, вчений ввів нове поняття – біосфера. До останньої належать соматичні, психологічні і соціальні процеси, що виступають як неподільне ціле. Організм утворює один полюс біосфери, середовище – інший, і вся динаміка життя складається з інтеракцій між цими двома полюсами. Розвиток особистості, за А.Ангьялом, полягає у формуванні сильного, інтегрованого патерну. Цей процес протікає у трьох вимірах особистості. У плані вертикального виміру особистість зростає, начебто, починаючи від медіанної позиції по шкалі, як ззовні, так і внутрішньо. При цьому особистість у себе розвиває глибинні потреби та досягає досконаліших, вершинних, поведінкових патернів. У плані прогресивного виміру розвиток означає зростаючу ефективність і продуктивність особистості. В горизонтальному вимірі її зростання пов'язане з координуванням і більшою багатогранністю проявів поведінки. Гармонічне зростання особистості у всіх трьох вимірах збагачує і розвиває цілісність людини [4].

Засновником гуманістичної психології у науковому світі психології вважають А.Маслоу. Всі досягнення вченого пов'язані з проблематикою особистісного зростання і розвитку людини. Він стверджував, що узагальнені уявлення про людську природу резонніше будувати, коли вивчаєш її кращих представників. Лише здорова, творча, інтегрована особистість вирізняється достатньо якісною системою мотивації, емоцій, цінностей, мислення і сприйняття.

В концепції самоактуалізації А.Маслоу, центральне місце займає положення про те, що люди завжди прагнуть до особистісного зростання, вони завжди сконцентровані на тому, щоб стати тим, чим їм дозволяє стати їх потенціал. Характерно, що у ключовому терміні «самоактуалізація», слово «само» бере свої корені з положення суб'єктивності. А.Маслоу був прихильником ідеї, за якою кожна особистість постійно прагне актуалізувати «унікальну себе», яку лише вона сама здатна суб'єктивно оцінити. Для нього людина у своїх коріннях вільна і відповідальна за рішення і той спосіб життя, який вона обирає. Суб'єктивний досвід виступає основним феноменом у вивченні розвитку особистості. Зовнішні прояви поведінки є вторинними щодо безпосереднього досвіду людини. Так, за А.Маслоу: «Ніщо не замінить досвід, абсолютно ніщо» [14, с. 45].

Суспільство, за Маслоу, може деформувати особистісне зростання, нав'язуючи перекохані погляди на людську природу. Наприклад, існує така суспільна думка, що більшість людських інстинктів за своєю суттю агресивні та некеровані. За позицією вченого, таке

негативне ставлення до людської природи фруструє зростання. Цілком правильним є протилежне ставлення: інстинкти людини за своєю суттю добрі, а їх імпульси до зростання створюють основне джерело людської мотивації [5].

На сучасному етапі у психології загально визнано, що життєва філософія, концепції і основні теоретичні положення, які характеризують феноменологічний підхід до особистості, найчіткіше виражені у роботах К.Роджерса [15]. На початку своєї творчості К.Роджерс пильну увагу приділяв концепції самості і переживанням особистості, пов'язаним з «Я-концепцією», а також тому, що в останній визначало тенденції до особистісного зростання людини. Судячи з останніх робіт, переваги вченим надаються всьому організму людини, його цілісності. В них викристалізуються наступні тези: поведінку людини можна вивчати лише в термінах її суб'єктивного сприйняття і пізнання дійсності; людина вільна в рішеннях відносно того, яким повинно бути її життя у контексті природжених потенціалів і обмежень; лише сама людина відповідальна за свою долю і за те, як вона себе в ній уявляє; люди в своїй основі добрі та володіють прагненнями до самовдосконалення. Визначені тези є наріжним каменем феноменологічного підходу до розвитку особистості.

Розвиток особистості, за Роджерсом, означає зміну – перехід від відносно сталої структури до процесу, динаміки. На нижній стадії розвитку індивід не усвідомлює власних проблем, не бажає змінюватися, його особистісні структури ригідні. В процесі терапії при наявності «допомагаючих взаємин» терапевта з клієнтом, у останнього відбуваються особистісні зміни. Лише на вищій стадії розвитку особистості клієнт здатний точно і, повною мірою усвідомлювати і описувати всі почуття, які він переживає у даний час.

К.Роджерс висував положення, згідно з яким розвиток «Я» регулюється виключно організмичним оцінним процесом. Таке оцінювання впливає із спонтанної реакції організму на безпосередні переживання людини. Але з часом, коли «Я» все більше диференціюється і ускладнюється, воно стає соціально сприйнятливим. Отже, зміст «Я-концепції» стає продуктом процесу соціалізації. Звідси впливають умови, які важливі для її розвитку: потреба у позитивній увазі, умови цінності, або обумовлена позитивна увага за поведінку, яку від людини (чи дитини) очікують значущі оточуючі (дорослі) і, нарешті, безумовна позитивна увага, яка надається людині (дитині) незалежно від цінності конкретної поведінки.

Важливо відзначити, що в теорії К.Роджерса існують два прояви особистості – конгруентності-неконгруентності. Один з них – між суб'єктивною реальністю (досвідом) і зовнішньою реальністю (світом як таким). Другий – ступінь відповідності-невідповідності між реальним та ідеальним «Я». Якщо розходження між реальним «Я» та ідеальним «Я» значні, то для особистості «закритий» основний мотив зростання – тенденція до актуалізації. Найважливішим аспектом тенденції актуалізації, з точки зору особистісного зростання, є прагнення до самоактуалізації. Самоактуалізація, за Роджерсом, це процес реалізації людиною протягом всього життя свого потенціалу з метою стати повноцінно функціонуючою особистістю. Намагаючись досягти цього, людина проживає життя, що наповнене пошуками, хвилюваннями, смислом. На думку вченого, людина в своїй основі первісно мотивована до зростання. Людство в цілому, в основі своїй є активним і самоактуалізованим в силу власної природи. Отже, для Роджерса найсуттєвішим мотивом життя людини є мотив самоактуалізації, тобто прагнення зберігати і розвивати себе, максимально виявляти найкращі якості своєї особистості, закладені від природи. Це єдиний мотиваційний конструкт, який Роджерс постулював протягом всієї творчої діяльності у своїй теорії [8].

Висновки. Детальний аналіз і вихід на гуманістичну і феноменологічну парадигми знадобився нам для того, щоб ґрунтовно розібратися у таких питаннях: якими змістовними

конструктами наповнюються в розглянутих межах – найбільш актуальних напрямках – поняття «розвиток особистості» та «особистісне зростання».

А.Маслоу прагнув виявити деякі особливості співвідношення понять «розвиток особистості» і «особистісне зростання». На думку вченого, чітко визначити перше поняття поки що неможливо, оскільки «ми вивчили процеси розвитку ще не настільки добре, щоб мати можливість дати точне його визначення. Смысл цього поняття можна скоріше показати, ніж визначити, частково виявивши його позитивний напрямок, частково через його заперечення, тобто вказавши, що не є розвитком» [5, с. 48]. Намагаючись схопити смисл «розвитку особистості», він уточнює його розуміння: «Ми розглядаємо розвиток не тільки як прогресуюче задоволення основних потреб аж до їх «повного зникнення», але також як специфічну форму мотивації зростання над цими основними потребами, наприклад, розвиток талантів, здібностей, творчих нахилів, природженого потенціалу. Завдяки цьому ми можемо також зрозуміти, що основні потреби і самоактуалізація суперечать одне одному не більше, ніж суперечать одне одному дитинство і зрілість. Одне переходить в інше і є його обов'язковою умовою» [5, с. 50-51].

Важливо відзначити, що «географічний» простір вживання поняття «особистісне зростання» поступово розширюється. За Р.Ассаджолі, шлях до особистісного психосинтезу пролягає через особистісне зростання, яке пов'язане з самореалізацією, тобто самоздійсненням – психічним зростанням, пробудженням і проявами прихованих можливостей людини – етичних, релігійних, моральних і різних форм продуктивної діяльності. Різновид такої самореалізації виступає як самоосягнення, під яким вчений розумів осягнення особистістю самої себе, свого свідомого «Я». Шлях до духовного психосинтезу вимагає найвищого рівня особистісного зростання, коли з'являється новий різновид самореалізації – самоактуалізація. По суті – це осягнення через переживання і усвідомлення себе, свого «Я» як синтезуючого духовного центру; це духовне пробудження і духовні осягнення змісту надсвідомого [2, с. 27-32].

Отже, узагальнюючи зроблений нами теоретичний аналіз досліджуваної проблеми, можна відзначити, що в динаміці розвитку особистості виникають процеси внутрішніх перетворень, перебудов, змін «Я-концепції» (самості, осмисленого «Я»). Ці процеси зумовлені природною силою мотивації зростання – тенденцією актуалізації потенціалів людини.

Література

1. Адлер А. Понять природу человека / А. Адлер. – СПб: «Академ. проект», 1997. – 265 с.
2. Ассаджолі Р. Психосинтез: теория и практика / Р. Ассаджолі. – М.: «Рефл-бук», 1994. – 314 с.
3. Булах І.С. Психологія особистісного зростання підлітків: реалії та перспективи. / І.С. Булах: монографія. – Вінниця, ТОВ «Нілан-ЛТД», 2016. – 340с.
4. Кэлвин С.Х. Теории личности / Кэлвин С.Х., Гарднер А. – М.: «КСП+», 1997. – 720 с.
5. Маслоу А. Психология бытия / А. Маслоу / Пер. с англ. – М.: «Рефл-бук», К.:«Ваклер», 1997. – 304 с.
6. Мей Р. Любовь и воля / Р. Мей. – К.: «Ваклер, М.: «Рефл-бук», 1997. – 376 с.
7. Оллпорт Г. Личность в психологии / Г. Оллпорт / Пер. с англ. – М.: КСП, СПб:«Ювента», 1998. – 347 с.
8. Роджерс К. Взгляд на психотерапию. Становление человека / К. Роджерс / Пер. с англ. – М.: Прогресс, Универс, 1994. – 480 с.
9. Сартр Ж.-П. Екзистенціалізм – гуманізм / Сартр Ж.-П. // Зарубіжна філософія ХХ століття / Під ред. Г.І.Волинки. – К.: Довіра, 1993. – Кн. 6. – С. 131-138.

10. Фейдимен Д. Теория и практика личностно-ориентированной психологии / Фейдимен Д., Фрейгер Р. – Т.2. – М.: «Три Л», 1996. – 208 с.
11. Франкл В. Человек в поисках смысла / В. Франкл / Пер с англ. и нем. – М.: Прогресс, 1990. – 368 с.
12. Фромм Э. Психоанализ и этика / Э. Фромм. – М.: Республика, 1993. – 415 с.
13. Юнг К.Г. Архетип и символ / К.Г. Юнг. – М.: «Ренессанс» СП «ИВО-СиД», 1991. – 304 с.
14. Maslow A.H. Toward a psychology of being. – 2nd ed. – Princeton: Van Nostrand, 1968. – 340 p.
15. Rogers C.R., Stevens B. Person to person // The problem of being human. – N.Y.: Simon and Schuster. – 1967. – V. 5. – P. 341-384. 513.

Транслітераційний переклад літературних джерел

1. Adler A. Ponyat' prirodu cheloveka / A. Adler. – SPb: «Akadem. proyekt», 1997. – 265 s.
2. Assadzholi R. Psikhosintez: teoriya i praktika / R. Assadzholi. – М.: «Refl-buk», 1994. – 314 s.
3. Bulakh Í.S. Psikhologíya osobistísного zrostannya pidlítkiv: realíi ta perspektivi. / Í.S. Bulakh: monografiya. – Vínitsya, TOV «Nílan-LTD», 2016. – 340s.
4. Kelvin S.KH. Teorii lichnosti / Kelvin S.KH., Gardner A. – М.: «KSP+», 1997. – 720 s.
5. Maslou A. Psikhologiya bytiya / A. Maslou / Per. s angl. – М.: «Refl-buk», К.:«Vakler», 1997. – 304 s.
6. Mey R. Lyubov' i volya / R. Mey. – К.: «Vakler, М.: «Refl-buk», 1997. – 376 s.
7. Ollport G. Lichnost' v psikhologii / G. Olport / Per. s angl. – М.: KSP, SPb:«Yuventa», 1998. – 347 s.
8. Rodzhers K. Vzglýad na psikhoterapiyu. Stanovleniye cheloveka / K. Rodzhers / Per. s angl. – М.: Progress, Univers, 1994. – 480 s.
9. Sartr ZH.-P. Yekzistentsializm – gumanizm / Sartr ZH.-P. // Zarubizhna filosofiya KHKH stolittya / Pid red. G.Í.Volinki. – К.: Dovira, 1993. – Kn. 6. – S. 131-138.
10. Feydimen D. Teoriya i praktika lichnostno-oriyentirovannoy psikhologii / Feydimen D., Freyger R. – Т.2. – М.: «Tri L», 1996. – 208 s.
11. Frankl V. Chelovek v poiskakh smysla / V. Frankl / Per s angl. i nem. – М.: Progress, 1990. – 368 s.
12. Fromm E. Psikhoolaliz i etika / E. Fromm. – М.: Respublika, 1993. – 415 s.
13. Yung K.G. Arkhetip i simvol / K.G. Yung. – М.: «Renessans» SP «IVO-SiD», 1991. – 304 s.
14. Maslow A.H. Toward a psychology of being. – 2nd ed. – Princeton: Van Nostrand, 1968. – 340 p.
15. Rogers C.R., Stevens B. Person to person // The problem of being human. – N.Y.: Simon and Schuster. – 1967. – V. 5. – P. 341-384. 513.

Булах И. С. Истоки личностного роста человека. В статье осуществляется теоретический поиск истоков идей, взглядов, научных позиций и положений тех мыслителей, философов и психологов, которые постепенно обнаруживали сущностные потенциалы изменений и личностного развития человека. Начиная с восточных учений, в особенности идей буддизма, индуизма, суфизма, и, завершая западными учениями, в частности позиций экзистенциалистов и феноменологов, прослеживается логика усложнения содержания и сущности понятия «личностный рост» человека, определяются его сходство и различие с

терминами «развитие личности» и «личностное развитие». Если «развитие личности» большинство психологов связывают с динамикой социальных, эмоциональных, интеллектуальных, нравственных изменений, которые обуславливаются внешними и внутренними детерминантами, то «личностный рост» - это свобода, ответственность, духовность, социальная интегрированность и, вместе с тем, личностная автономия. Именно в основе последней - в «Я» - находится ресурс собственной ответственности и потенциалы личностного роста человека. Определяются также базисные единицы роста человеческой личности, которые кристаллизируются в таком психологическом образовании личности как её «Я-концепция» и самость. Эпицентром «Я-концепции» является самость, как изменяющееся, динамическое и целостное образование. Она включает в себя ценностные качества, опыт, цели, способности, перцептивные и когнитивные потенциалы. Именно самость актуализирует рост личности. Это процесс самореализации человеком в течение всей жизни собственного потенциала с целью стать полноценно функционирующей личностью. Основной стратегической линией становления человека как личности выступают естественные тенденции к самоактуализации и самореализации в процессе жизнетворчества.

Ключевые слова: развитие личности, личностный рост, Я-концепция, самость, ответственность, конгруэнтность, опыт, целостность, самоактуализация, самореализация.

Bulah I. S. Sources of personal growth. Theoretical research of ideas, thoughts and science-based thinking of those thinkers that gradually were revealing essential potential of changes and individual development is presented in this article. According to Oriental doctrine, including the ideas of Buddhism, Judaism, Sufism and Western doctrine, including positions of existentialists and phenomenologists we can observe some complexity of the content and nature of the concept “personal growth” and “personal development” distinguishing its similarity and difference between the notions “personal growth” and “personal development”. A lot of psychologists combine personal development with the dynamics of social, emotional, intellectual, moral changes that are caused by internal and external determinants. But they consider personal growth as freedom, responsibility, spirituality, social integrity and personal autonomy as well. In the foundation of latter – the “I” – there is a resource of personal responsibility and the potential of personal growth. Basic elements of personal growth, which crystallize in such psychological notions as “self-perspective and self are defined. The epicenter of self-conception is self as something temporary, variable and holistic notion. It includes axiological qualities, experience, purposes, skills, perceptual and cognitive potentials. It is self that stimulates the process of personal growth. This is the process of own lifetime self-fulfillment in order to become a fully functioning person. Natural tendency to self-fulfillment and self actualization is a basic strategic process of becoming an individual.

Keywords: personal development, personal growth, self-conception, self, responsibility, congruency, experience, holism, self-actualization, self-fulfillment.

Відомості про автора:

Булах Ірина Сергіївна – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри теоретичної та консультативної психології факультету психології Національного педагогічного університету імені М.П. Драгоманова, м. Київ, Україна, kafedra.tikp@yandex.ua.

Information about the author:

Bulakh Irina – Doctor of Psychology, Professor, Department of Theoretical and counseling psychology, Faculty of Psychology, National Pedagogical University named after M. P. Dragomanov, Kyiv, Ukraine, kafedra.tikp@yandex.ua.

Статтю подано до друку 12.06.2017.