

*Олена Хохліна*  
*доктор психологічних наук, професор*  
*Національний авіаційний університет*  
*м.Київ (Україна)*

## **ДО ПРОБЛЕМИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ЗАБЕСПЕЧЕННЯ РЕАЛІЗАЦІЇ ІНДИВІДУАЛЬНОСТІ У ЖИТТЄДІЯЛЬНОСТІ ЛЮДИНИ**

Висока успішність людини у всіх сферах життєдіяльності у психології розглядається невід'ємно від проблеми акме – вершинного розвитку особистості, реалізації її індивідуальності.

Поняття індивідуальності вказує на індивідуальну неповторність людини, на психофізичну цілісність людини як індивіда та особистості. Тобто, в індивідуальності представлено неповторні індивідні та особистісні властивості, які злино воедино та які створюють те унікальне, що є в людині. Індивідуальність - це інтегративна унікальність людини. І якщо особистість - це «вершина» всієї структури людських властивостей, то індивідуальність – це «глибина» особистості та суб'єкта (Б. Анан'єв) [5]. Зазначається також, що унікальність кожної людини зумовлена постійним саморухом, саморозвитком особистості, в процесі якого індивідуальний візерунок розвитку набуває все більш своєрідної і завершені форми. Особистість стає суб'єктом власного життєвого шляху, який вона сама обирає, суб'єктом розвитку свого власного внутрішнього світу, формує власне Я. Саме це стає основою унікальності особистості (С. Максименко, К. Максименко, М. Папуча) [1, 5]. Отже, як пише Л. Виготський, вищим рівнем становлення особистості є рівень її самоорганізації завдяки розвитку самосвідомості, рефлексії І, як результат, людина спроможна максимально самореалізувати свою індивідуальність на всіх рівнях, реалізувати свої здібності, розкрити свої ресурси, досягти найвищих показників ефективності діяльності та успішності життєвого шляху (В. Маркін) [5], пережити емоційний комфорт (Б. Чудновський) [4].

Як свідчить вивчення проблеми, необхідною умовою найвищого рівня таких досягнень у людини є знаходження нею смислу життя - цілісного уявлення людини про своє призначення, про фундаментальні основи власного життя, про сутнісно значущі

цінності (Т. Титаренко) [2]. Смысл життя (смысложиттєві орієнтації) розглядається як головне, інтегральне смыслове утворення особистості; воно займає особливе місце у структурі спрямованості особистості (як системи спонукань, що визначають вибірковість відношень та активності людини), проявляючись на свідомому та несвідомому рівнях (О. Хохліна) [5].

Смысл життя за своєю суттю – це ієрархія життєво значущих цінностей вищого порядку (Б. Чудновський), які виникають при взаємодії особи в життєдіяльності з навколишнім світом, суспільством, його культурою (Л. Виготський, О. Леонтєв, О. Старовойтенко, М. Рубінштейн та ін.). Смысл життя для людини набуває характеру етичного закону, обов'язку, який сприймається нею як вище благо, і тому вона йому добровільно підкоряється (І. Кант, М. Рубінштейн, І. Кацішина). Водночас, смысл життя, за К. Абульхановою-Славською, – це також не лише цінність, а й переживання цієї цінності людиною у процесі її створення, присвоєння і здійснення; це здатність суб'єкта переживати цінність життєвих проявів своєї індивідуальності, свого Я, своєї самореалізації. А здатність суб'єкта переживати цінність життя, задовольнятися ним і складає смысл життя. У зв'язку з цим Д. Леонтєв смысл життя розглядає як більш-менш адекватне переживання інтенційної (довільної) спрямованості власного життя [2, 4].

Але доводиться, що не будь-який смысл життя забезпечує досягнення людиною акме та задоволеності життям, а лише оптимальний. Він є органічним сполученням життєвої цілі, що задовольняє людину; гармонійною структурою смысложиттєвих орієнтацій, що обумовлює високу успішність у різноманітних галузях діяльності, максимальне розкриття здібностей та індивідуальності людини, та її емоційний комфорт (Б. Чудновський) [4]. При цьому вказується на необхідність активної участі суб'єкта в реалізації смыслу життя, зокрема виконання ним професійної діяльності.

Так, професійна діяльність, зазначає Б. Чудновський, – одна з найзначущих цінностей людини. Вона може займати різне місце у структурі смыслу життя: бути провідним його компонентом, складати головний смысл життя; бути вагомим його компонентом; або периферійним компонентом. Виявлено зв'язок між такою градацією та особливостями прояву індивідуальності працівника.

У першому випадку спостерігається наближення вимог професії та проявів індивідуальності. Саме такий зв'язок є значущим фактором становлення ОСЖ. У третьому ж випадку між ними виникає значний дисонанс: індивідуальність не справляється з вимогами професії, або їх реалізація супроводжується занадто значним напруженням сил та емоційним вигоранням суб'єкта діяльності.

У контексті зазначеного наводяться результати дослідження Є. Максимової, які свідчать про те, що успішно, творчо працюючі вчителі мають суттєво кращі показники осмисленості життя; а професійна творчість стає у них провідним компонентом смислу життя; у них бажаний вік відповідає дійсному (в інших групах досліджувані соромляться віку, хочуть бути молодшими); вони отримують задоволення від процесу життя і цінують кожний його етап.

Для розгляду смислу життя в аспекті проблеми забезпечення ефективної трудової діяльності, зокрема фахівців екстремальних професій, особливо значущим є його розуміння як ієрархії «великих» та «малих» смислів (Б. Чудновський), яким, за В. Асеевим, відповідають цінності-ідеали та цінності-необхідності. Цінності-необхідності розглядаються як звичайні, рутинні, низькозначущі смислові установки; це - малі смисли. Вони стосуються діяльності у межах звичайних можливостей людини, задоволення повсякденних потреб та пов'язані з незначними функціональними навантаженнями й обходяться людині «відносно дешево». Зважаючи на зазначені характеристики, такі цінності не передбачають значних досягнень і мають незначний розвивальний ефект для суб'єкта, для реалізації його індивідуальності [3, 4].

Цінності-ідеали - це високозначущі установки, мрії; за Б. Чудновським, - це великі смисли, що стосуються сфери вищих досягнень людини в роботі та життєдіяльності загалом, прояву її індивідуальності і мають значний розвивальний ефект. Але реалізація таких цінностей вимагає значних функціональних, матеріальних і часових витрат; їх актуалізація і підтримання викликають у суб'єкта значного функціонального навантаження та напруження; це те, що «дорого обходиться», є «предметом розкоші». Цінності-ідеали – це також зона високого ризику, коли підвищується ймовірність нервово-психічного зриву у працівника, суттєвого зниження рівня його досягнень, виникнення психологічних бар'єрів, страху перед неуспіхом та ін. Надмірне,

систематичне, регулярне навантаження при їх реалізації призводить, таким чином, до деструктивних наслідків для здоров'я та психіки людини. Характеризуючи цю групу цінностей у структурі смислу життя, В. Асєєв вводить поняття сфери межових можливостей (або межової зони можливостей), пов'язаної з зоною ризику [3, 4].

У кожної людини у смислі життя поєднуються обидві групи цінностей, оскільки вона не може жити лише цінностями-ідеалами, але вона не може жити й лише цінностями-необхідностями. Цінності-необхідності реалізуються як поточні, актуальні; цінності-ідеали – як перспективні, вони є своєрідним смисловим резервом, потенціалом, «світлим вогником надій і впевненості в майбутньому» (В. Асєєв) [3, 4]. Аналіз же змісту професійної діяльності в екстремальних умовах свідчить про те, що її виконання пов'язується значною мірою з цінностями-ідеалами – високозначущими установками, реалізація яких потребує значного функціонального навантаження.

В. Асєєвим зазначається, що зазвичай у більшості випадків людина уникає постановки високозначущих, але важких для досягнення, цілей і задач; та й відносно них можуть формуватися важкоусвідомлювані психологічні бар'єри. Вона свідомо чи несвідомо враховує ймовірність межової зони можливостей та зони високого ризику й розгортає свої вищі досягнення в оптимальній зоні. А тому більш правильно буде сказати, що її досягнення – не максимальні, а оптимальні, які не торкаються межової зони можливостей [4]. У такому разі постає питання: як бути, коли важливо орієнтувати суб'єкта на максимально високий рівень досягнень, та й ще при виконанні діяльності в екстремальних умовах? Відмічається, що реалізація цінностей-ідеалів високої значущості має підводити суб'єкта до зони ризику, межової зони можливостей, але свідомо не входить в неї [3, 4].

Щодо фахівців екстремальних професій висловлюється думка, що акцент необхідно робити на ретельній їх підготовці, щоб забезпечити гарантію високого успіху виконання трудових завдань, певною мірою переводячи межову для суб'єкта зону можливостей в оптимальну. Розглядаючи проблему смислу життя фахівців екстремальних професій, варто навести й відмічену у працях Б. Чудновського закономірність: «екстремальність» діяльності сприяє філософському ставленню суб'єкта до життя,

більш глибокому розумінню життєвих цінностей, прагненню до самоудосконалення; «екстремальність» професії, на його думку, може бути й фактором становлення у фахівця оптимального смислу життя [3, 4].

Таким чином, важливою умовою реалізації індивідуальності у життєдіяльності людини в аспекті проблеми акме є знаходження нею оптимального смислу життя.

### Література

1. Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В. Психологія особистості. К.: ТОВ «КММ», 2007. С.25-36.
2. Титаренко Т.М. Сучасна психологія особистості К.: Каравелла, 2013. С.123-128.
3. Хохліна О. П. Смысл життя фахівців авіаційної галузі в аспекті безпеки професійної діяльності. *Матеріали XV Міжн. наук.-пр. конф. «Авіа – 2021» (20-22 кв. 2021, м.Київ)*. К.: НАУ, 2021. С.33.17-33.19.
4. Хохліна О. П. Смысл життя як умова самореалізації особистості. *Moderní aspekty vědy: XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie. Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o.. Česká republika: Mezinárodní Ekonomický Institut s.r.o., 2021. С. 266-275.* <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf>
5. Хохліна О. П. Теоретико-методологічні проблеми психології: навч. посіб. К.: Симоненко О.І., 2021. 244 с.

**Олександр Червко**

*аспірант кафедри авіаційної психології  
Національний Авіаційний Університет,  
м. Київ (Україна)*

### РОЛЬ ДУХОВНОГО СВІТУ ОСОБИСТОСТІ У ФОРМУВАННІ САМОСВІДОМОСТІ

Актуальною проблемою сучасного світу у питанні формування самосвідомості особистості є можливість успішного становлення внутрішнього духовного світу людини в умовах постійних інформаційно-когнітивних війн.