



УДК 159.922.2:316.614]+[159.923.5:17.
022.1-026.564(045)
DOI 10.32782/NPU-VOU.2024.1(92).19

САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ОСОБИСТОСТІ ЯК ОСОБИСТІС- НИЙ ЧИННИК ФОРМУВАННЯ ЖИТТЄСТІЙКОСТІ

© Костенко Д., 2024

Дмитро КОСТЕНКО

кандидат педагогічних наук, доцент,
асистент кафедри іноземних мов
Навчально-наукового інституту філології,
Київський національний університет
імені Тараса Шевченка
<https://orcid.org/0000-0002-4030-2287>

Ключові слова: життєстійкість, життя, здобувач, людина, особистість, розвиток, самореалізація, студент, формування.

У статті акцентовано увагу на ролі особистісної самореалізації у формуванні життєстійкості. Проаналізовано проблему самореалізації особистості та її роль у соціалізації різних соціальних груп населення в умовах сучасних криз. Зазначено, що соціалізаційні руйнації часто супроводжуються втратою робочого місця, негараздами

в родині, шкідливими звичками та небажанням займатися тим, що приносить задоволення від життя. Доведено, що гармонії можна досягти в будь-якому віці. Враховано, що самореалізація та висока самооцінка сприяють прискоренню процесів внутрішньої гармонії, більш високій оцінці власної гармонійності з навколишнім середовищем. Акцентовано увагу на тому, що кожна людина прагне до реалізації власних бажань, а сформовані ціннісні орієнтації сприяють гармонії зі світом упродовж усього життя. Розглянуто феномен терміна «життя» як основу особистісного формування ціннісних орієнтирів особистості, зосереджено увагу на тлумаченні поняття «самореалізація» як вітчизняними, так і зарубіжними науковцями. Обґрунтовано твердження про те, що самореалізація є цілісною та вивчає

внутрішні потенції особистості, вказуючи на особистісне зростання та самовдосконалення. Доведено, що, оскільки самореалізація пов'язана з формами індивідуальної практичної діяльності, вона є ціліс-

ною, усвідомленою людиною, пізнавальною та відбувається шляхом творчої адаптації, уможливаючи гармонію та виживання в умовах складних, динамічних процесів, сучасних соціальних трансформацій.

Гармонійне життя кожної особистості насамперед залежить від особистісної життєвої самореалізації, особистісного професійного зростання та гармонії із сьогоденням. Досягнення, які є дуже важливими для особистісного самозадоволення та саморозвитку, виявляються переважно в усіх сферах життєдіяльності особистості та формують віру в себе, майбутнє, а самооцінка у людини відразу зростає в декілька разів. Суспільні потрясіння та виклики, невдачі та поразки, які супроводжують людину у житті, можливо подолати завдяки сформованим навичкам життєстійкості, що значно підсилює прояви потреби у самореалізації в різних сферах життєдіяльності.

Беззаперечно, актуалізованою на всіх етапах цивілізаційного розвитку є проблема соціалізації різних соціальних груп населення. Відповідно до логіки нашого дослідження доцільним є звернення до аналізу самореалізації особистості та її ролі у процесі формування та розвитку життєстійкості в умовах сучасних криз, війн, потрясінь, соціалізаційних викликів.

Варто взяти до уваги, що досить часто незадоволеність власною самореалізацією спричиняє психологічні проблеми, незважаючи ні на вікові, ні на статеві ознаки. Такі психологічні руйнації часто супроводжуються втратою робочого місця, негараздами в родині, шкідливими звичками та небажанням займатися тим, що приносить задоволення від життя.

Гармонії можна досягти в будь-якому віці. А самореалізація та висока самооцінка сприятимуть прискоренню процесів внутрішньої гармонії із собою і більш високій оцінці власної гармонійності з навколишнім середовищем. Кожна людина повинна

прагнути до реалізації хоч деяких власних прагнень, а сформовані ціннісні орієнтації повинні сприяти гармонії зі світом упродовж усього життя.

З'ясовано, що усвідомлення власних життєвих цілей зумовлює реалізацію особистістю індивідуальних життєвих траєкторій та потенційних можливостей.

Досліджуючи роль життєстійкості у життєвій самореалізації особистості, зокрема у соціальній реабілітації різних соціальних груп населення, необхідно звернутись до аналітичного розгляду таких дефініцій, як «життя», «самореалізація».

Метою статті є дослідження теоретичних аспектів самореалізації особистості як особистісного чинника формування життєстійкості.

Звертаючись до науково-практичного коментаря до статті 115 Кримінального кодексу України, знаходимо визначення: «Життя – динамічний стан організму людини, який полягає у неперервності процесів обміну матерією та енергією з оточуючим середовищем. Проявами життя людини, зокрема, є: дихання, рух, збудливість, мислення і спілкування, харчування, виділення, розмноження, ріст. Початком життя людини є час фізіологічних пологів, а кінцевим моментом життя – час настання незворотної смерті» [22].

Згідно зі статтею 27 Конституції України «кожна людина має невід'ємне право на життя. Ніхто не може бути свавільно позбавлений життя. Обов'язок держави – захищати життя людини. Кожен має право захищати своє життя і здоров'я, життя і здоров'я інших людей від протиправних посягань» [15].

За статтею 50 Конституції України «кожен має право на безпечне для життя

і здоров'я докільля та на відшкодування завданої порушенням цього права шкоди» [16].

Звертаючись до наукових доробків українських авторів, продемонструємо позиції науковців, які нам видаються найбільш переконливими та змістовними щодо ключових дефенцій досліджуваної проблеми.

Наведемо міркування С. Костючкова, який доводить, що «феномен життя є одним із ключових питань не тільки в корпусі природничих наук, але й у просторі філософського знання, що має на меті спроби пояснення вічного з позицій сьогодення, створення раціональними засобами максимальною узагальненою картини світу» [17].

У статті І. Беспалова зазначено, що «вище благо, на думку Арістотеля, досягається шляхом здійснення правильних вчинків. Арістотель бачить призначення людини в розумній осмисленій діяльності. Етичним ідеалом Арістотеля є мудрець, який веде споглядальний спосіб життя – життя, присвячене філософії та діяльності розуму» [5].

А. Ангелова зазначає, що життя, за Платоном, це «вічний рух та оновлення <...> смертна природа прагне стати безсмертною та вічною <...> навіть за той час, поки про будь-яку живу істоту говорять, що вона живе та залишається сама собою – людина, наприклад, від дитинства до старості вважається однією ж тою самою особою, – вона ніколи не буває однією й тою самою <...> завжди щось оновлюється <...> не лише тілесне, а й те, що належить душі...» [2].

В Енциклопедії сучасної України знаходимо словникову статтю: «ЖИТТЯ – вища форма організації матерії, якій притаманний комплекс властивостей, що дають можливість активно підтримувати і відтворювати власні структури на всіх рівнях структурно-функціональної організації – субклітинному, клітинному, тканинному, органному, організменному, популяційному тощо, аж до біосферного, котрий має лише потенційну здатність до

самовідтворення...». За матеріалами, підготовленими Г. Марушевським, «життя, як форма організації матерії, пов'язане з існуванням та еволюцією на Землі органічного світу як цілісної системи – біосфери». В. Вернадський підкреслював, що життя не можна визначити лише на основі вивчення його окремих форм (напр., організмів), оскільки це не дає змоги охопити всі його прояви. До того є сенс говорити не про життя взагалі, а лише про життя на Землі, оскільки немає переконливих підтверджень існування життя на ін. планетах. Життя на Землі виникло та еволюціонувало як специфічна форма трансформації енергії Сонця. В. Вернадський зазначав, що кількість живої речовини на Землі є постійною величиною за всю геологічну історію, починаючи від архейської ери. Це означає, що життя виникло як цілісна система, усі складники якої тісно взаємопов'язані. Загальною формою вираження цілісності життя є біотичний кругообіг. За сучасними уявленнями, життя на Землі зародилося 4,5–3,5 млрд років тому. Відтоді живий світ значно змінився: відбулася еволюція біосфери, пов'язана зі зміною форм живих систем. Загалом для усієї матерії процес обміну речовиною, енергією, інформацією проявився на біологічному рівні організації та розвитку матерії як пристосування (адаптація). Сутність життя полягає в активному підтриманні й відтворенні численних взаємопов'язаних специфічних структур (живих систем), що відбувається із затратами енергії, спрямованими на їх адаптацію до довкілля. Специфіка розвитку живих систем полягає в їхній здатності протистояти несприятливим, руйнівним впливам середовища. Ця головна особливість живого характеризує пристосування як активний процес, а не як пасивну реакцію на зміни зовнішнього середовища. Адаптація становить сутність життя; усі інші його характеристики є похідними, оскільки усе в живому спрямовано на збереження й виживання [21].

Намагаючись простежити еволюцію розуміння терміна «життя» як основи

особистісного формування ціннісних орієнтирів, необхідно акцентувати увагу на термінології тлумачення поняття «самореалізація». Вивчаючи природу цього поняття, звернемо увагу на публікації як вітчизняних, так і зарубіжних науковців (К. Бай, Б. Барчі, В. Бучма, Н. Громова, О. Гурова, Л. Дзюбко, В. Зарицька, Я. Каплуненко, О. Капустюк, Т. Кесьян, З. Кіреєва, А. Ковальова, Н. Комісаренко, Л. Левченко, В. Луньов, С. Максименко, Л. Мар'яненко, А. Мудрик, А. Маслоу, В. Муляр, В. Пастушенко, Л. Пушкарська, Л. Сердюк, Н. Слободяник, Л. Терещенко, В. Федько, Е. Фромм, К. Юнг).

У понятті «самореалізація» актуалізовано реалізацію потреб та умінь особистості, її бажань та навичок. У різні періоди життєвої самореалізації, особистісного становлення життєстійкість особистості є домінуючим складником формування внутрішньої сили для втілення природньо закладеного та сформованого професійного потенціалу людини.

О. Гурова зазначає, «саме в процесі неінституціалізованого навчання людина сама керує розвитком свого індивідуального освітнього простору. В такому випадку людина перетворюється в більш цілеспрямовану систему, в залежності від її актуальних потреб, а самореалізація і розвиток особистості засобами інформальної освіти набуває актуальності» [11].

Г. Мільчевська зауважує, що «самореалізація носить комплексний міждисциплінарний характер, тому що вивчається на перехресті різних наук» [20].

Н. Скулиш зазначає, що «самореалізація – це вибіркова активність, внутрішня готовність особистості до дії, яка спрямована на розкриття та використання свого психологічного потенціалу. Необхідною умовою самореалізації є свідома постановка мети своєї діяльності, самореалізація як внутрішній процес – це розширення простору усвідомлюваних можливостей свого психічного потенціалу та мотиваційних чинників. Цілями самореалізації є розкриття та використання свого психологічного

потенціалу в подальшому житті і професійній діяльності» [13].

О. Пінська наводить авторське бачення досліджуваного поняття і трактує його так: «як будь-яка діяльність, самореалізація потребує від людини, послуговуючись прогностичною функцією, передусім навчитися ставити цілі, в яких відображається ідеальне уявлення про результат, що має бути досягнутий у процесі самореалізації» [23].

Б. Барчі та К. Бай стверджують, що «самореалізація – це здійснення можливостей розвитку «Я» за допомогою власних зусиль, співтворчості, сумісної діяльності з іншими людьми, соціумом, світом взагалі. Самореалізація – це не лише процес, а й результат. При цьому в межах гуманістичної психології результат самореалізації завжди має суб'єктивний характер, оскільки ступінь реалізації внутрішнього потенціалу краще від усіх може оцінити лише сама людина у своїх суб'єктивних переживаннях. Освітній процес вищого навчального закладу повинен сприяти формуванню у студентів певної ідеї власного творчого розвитку і самозростання, що передбачає наявність особистісних цілей, стандартів, принципів, очікувань і переконань щодо свого «Я» і своїх творчих можливостей, які відповідають вимогам соціуму та професійним нормам. Іншим завданням у процесі навчання є розвиток сфери «Я» – компетентностей особистості – як створення таких умов, за яких максимально розвиваються можливості та здібності в пізнанні світу своєї професії. Поняття «Я» – компетентність» трактується як особистісне інтегративне утворення: знання, вміння, розуміння і здатність до творчості у своїй професії і в будь-якій іншій сфері людського досвіду. Третє завдання – це створення умов на факультеті для розвитку відповідальності студентів. Це передбачає розвиток почуття внутрішньої причетності особистості не тільки до своєї справи, навчання, професії, свого «Я», але і співпричетності до інших людей, соціуму, світу в цілому. Мається на увазі розвиток морального початку,

який неминуче супроводжує особистісне зростання людини» [4].

О. Ічанська та Л. Яковецька зазначають, що «цілеспрямований інтерес до поняття «самореалізація» як центрального поняття в філософії виявляється наприкінці 1970-х – початку 1980-х років, коли розробляється понятійний апарат, за допомогою якого самореалізації власне й надається статус філософської проблеми. Вихідною позицією у тлумаченні даного феномена є уявлення про сутнісні сили людини, тому самореалізація визначається як розкриття в діяльності людини її сутнісних сил» [14].

Як бачимо з вищезазначеного, науковці самореалізацію досить часто розглядають у контексті інших, близьких до цього феномена понять. «Найчастіше як синоніми вживають поняття самоактуалізації і самореалізації, хоча між ними є певні відмінності. Самореалізація є втіленням (у реальності, у діяльності) уже наявного, існуючого потенціалу, в той час, як самоактуалізація постає розгортанням, розкриттям внутрішнього природно закладеного можливого потенціалу, постійне прагнення до повного розвитку власних вроджених можливостей, найважливішим мотивом дії людини, основним, не завжди досяжним, бажанням, метою людського буття» [12].

За Л. Сердюк, «такі психологічні поняття як самореалізація, саморозвиток, самоактуалізація, самовизначення особистості, самовираження, самоствердження, особистісне зростання та інші «само-» процеси (саморух, самоактивність, самодетермінація та ін.), укорінилися в науковому вжитку і не втрачають своєї актуальності впродовж багатьох десятків років. Проте достатньою мірою ці феномени не піддаються поясненню, оскільки «само» припускає дещо, що виходить із суто внутрішньої детермінації, як дещо самопричинне, самоспонукуване і саморегульоване» [25].

О. Артемова зазначає, що «в основі феномена самореалізації особистості лежать проблеми росту, розвитку, самовдосконалення людини. Поняття «самореалізація» часто вживають як синонім терміна

«самоактуалізація», реалізація своїх можливостей» [3].

Слушною є позиція А. Авер'янової, яка цілком справедливо заявляє, що «сьогодні особлива актуальність проблеми самореалізації індивіда зумовлена усвідомленням того, що особистісна самореалізація є специфічним визначальним критерієм у формуванні особистості. Зазвичай виокремлюють дві найбільш значимі сфери самореалізації: професійну діяльність і реалізацію у сімейному житті. Для нинішнього суспільства питання реалізації у професійній сфері стає ключовим. Вимоги сучасності до прогресивної і процвітаючої людини досить високі. Велике суперництво на ринку праці, важкі соціально-економічні умови життя створюють умови для саморозвитку і самореалізації. А становлення людини як професіонала та її самореалізація вимагає формування і розвитку у неї таких психологічних якостей як цілеспрямованість, упевненість, наполегливість та організованість, передбачливість та гнучкість, конкурентоспроможність та оптимізм. Ці якості пов'язані, у першу чергу, з мотиваційною та емоційно-вольовою сферою особистості і становлять ядро успішності у виконанні будь-якої діяльності, у тому числі і професійної. Наразі тема успіху та життєвих досягнень стала чи не найважливішою цінністю сучасної особистості» [1].

О. Купреєва розглядає самореалізацію як «процес цілісного та продуктивного існування людини, актуалізації та реалізації її індивідуальності, опредмечування її сутнісних сил, що виражають прагнення до розвитку внутрішнього потенціалу, психологічної зрілості та компетентності. Це складний процес самопізнання своїх здібностей, образу «Я», власних можливостей і смислів, переведення їх із потенційного стану (можливостей) в актуальний (дійсність) і втілення в реальних умовах навколишньої дійсності, пошук та ствердження свого індивідуального життєвого шляху, своїх цінностей та сенсу свого існування в кожний момент часу. Регулююча роль

суб'єкта полягає у виборі напрямків та способів самореалізації, в створенні для цього умов, яких не має в наявності, у вирішенні протиріч, що виникають. Самореалізація передбачає збалансований і гармонійний розвиток різних аспектів особистості, розкриття особистісного потенціалу та розвиток психологічних ресурсів, коли самодетермінація переважає над зовнішньою детермінацією» [24].

За І. Бехом, «самореалізація як особистісне утворення вважається центральною характеристикою людини, вищим рівнем її розвитку, за якого практично здійснюється її Я (система цінностей). Тому її доцільно інтерпретувати як фундаментальну цінність. Такий статус самореалізація набуває, коли з потенційної можливості стає визначальним фактором реальної життєдіяльності особистості. Через недостатню розробленість її механізму і технології формування вона часто залишається на рівні потенції особистості, або ж реалізується досить змістовно обмежено, а то й у суспільно несхвальному ракурсі. Самореалізація – це не сукупність певних способів діяльності чи поведінки, а цілісна діяльність і поведінка особистості. Якраз така функція самореалізації змушує враховувати структуру її процесу та рівні здійснення. Це важливо й через ту обставину, що реалізація вважається притаманною навіть дітям дошкільного віку, не говорячи вже про більш пізні онтогенетичні періоди розвитку особистості, її інтенсивне розгортання відбувається у підлітковому віці, коли підростаюча особистість стає суб'єктом власного розвитку, здатною до проектування життєвого шляху» [6].

Л. Шимченко пропонує розуміти самореалізацію таким чином: «Самореалізація має нерозривний зв'язок з творчістю, як мистецтвом жити, досягати, переінакшувати, шукати і знаходити, хотіти і бути. А коли творчість стає справжнім культом – забезпечується високий рівень самореалізації» [26].

За результатами вищезазначеного теоретичного аналізу можна стверджувати,

що самореалізація особистості є невід'ємним складником життєстійкості, а отже, і фокусом соціалізації різних соціальних груп населення у часи суспільних потрясінь, викликів.

С. Максименко та Л. Сердюк пишуть: «Самореалізація особистості – це розвиток готовності до саморозвитку, як прояв завдатків і можливостей, що передбачає збалансований і гармонійний розвиток різних аспектів її особистості шляхом докладання адекватних зусиль, спрямованих на розкриття особистісного потенціалу. Тобто самореалізація є не що інше, як перехід можливості у дійсність. Таким чином, самореалізація є формою, в якій людина забезпечує власний розвиток, саморозвиток, що є основою її стійкості як складної і цілісної самодетермінованої, самоорганізованої психологічної системи» [18].

Л. Мар'яненко наголошує: «Якщо самодетермінація не сформована і самореалізація не досягається, то особистість поступово і непомітно для неї самої втрачає психологічне здоров'я і це навіть може негативно вплинути і на її психічне здоров'я. Особистість за таких умов не може досягти гармонійної вихованості, навіть якщо її цілеспрямовано виховували в дитинстві батьки, оскільки при відсутності самодетермінації особистість не може самостійно визначати, як себе поводити найбільш вдало в тій чи тій ситуації. Відсутність самореалізації робить її невротизованою і, кінець кінцем, – невротичною. З одного боку, психологічне здоров'я є фундаментом самореалізації особистості і саморозкриття талантів, здібностей, потенціалу особистості. З іншого – саме проблеми з психологічним здоров'ям можуть заблокувати самореалізацію особистості. Будь-які симптоми порушення психологічного і психічного здоров'я можуть заблокувати діяльнісну самореалізацію учня в процесі навчання, або зробити її деструктивною» [19].

На думку В. Гомонюка, «самоактуалізація / самореалізація може мати негативні наслідки (криза смисловтрати, нудьга, спустошеність, відчуження, ангедонія,

зупинка в особистісному та професійному зростанні, особистісне вигорання тощо), оскільки це процес безупинний та творчий» [10].

О. Гнатюк зауважує, що «в сучасних умовах навчання розробляється принципово інший підхід до проблеми розвитку особистості на ідеях гуманізації та демократизації освіти. Особливої актуальності набуває розробка таких психолого-педагогічних систем навчання і виховання які б створювали умови для самореалізації особистості, її духовного становлення та саморозвитку. Педагог повинен підготувати здобувачів освіти до життя у сучасному суспільстві. Навчальні освітні заклади мають забезпечити умови для засвоєння учнями та студентами соціального досвіду, оволодіння накопиченими в суспільстві способами діяльності, інтелектуального, духовного, фізичного та психічного розвитку здобувачів освіти, збереження і зміцнення їхнього здоров'я. У зв'язку з цим найважливішим завданням педагогів є формування компетентностей у здобувачів освіти, зокрема здоров'язбережувальної» [9].

А. Большакова зазначає, що «у класичних і сучасних теоретичних та емпіричних психологічних дослідженнях багаторазово підтверджувалися уявлення про самореалізацію як про рушійну силу суб'єктного самоздійснення людини в онтогенезі, детермінанту повного та ефективного використання сутнісних сил в досягненні особистісно та соціально значущої позитивної життєвої мети. Не піддаючи жодному сумніву позитивне значення самореалізації в житті людини, слід зауважити, що самоздійснення суб'єкта на його життєвому шляху не завжди є невинним позитивним процесом, пов'язаним із реалізацією особистісного потенціалу. Досягнення важливих життєвих цілей є фактором не тільки психологічного благополуччя, а може супроводжуватися виникненням складних екзистенціальних проблем, таких, як криза смисловтрати, нудьга, спустошеність, зупинка в особистісному та професійному

зростанні, особистісне вигорання, відсутність життєвих прагнень та планів, низький рівень мотивованості, активності, насиченості життя яскравими переживаннями та ін» [7].

З погляду Ю. Гайдученко, «підвищення рівня самореалізації студентів у навчально-професійній діяльності забезпечується реалізацією технології, що включає в себе взаємодію викладача і студентів на конфліктно-ціннісному, проблемно-цільовому, предметно-змістовному, організаційно-операціональному, виконавсько-коррекційному і рефлексивно-системному етапах. Розуміння самореалізації й активності особистості спирається на фундаментальні методологічні положення про: 1) суспільство як систему суспільних відносин; 2) визначальну роль діяльності у формуванні індивіда як особистості; 3) сутність людини як ансамбль суспільних відносин; 4) свідомість як відображення буття; 5) про перетворювальну й творчу роль свідомості та самосвідомості. Самореалізація може бути розглянута на окремих етапах життєдіяльності особистості. У цьому разі нас цікавлять усвідомлення і співвідношення суб'єктом «хочу – можу – маю – потрібно», які характерні для вузівського етапу розвитку особистості майбутнього економіста. Ми усвідомлюємо можливість різного рівня усвідомлюваності названих одиниць самореалізації і можливість вияву активності особистості різною мірою, з різною соціально-професійною спрямованістю» [8].

Отже, незаперечним є те, що самореалізація є цілісною та вивчає внутрішні потенції особистості, вказуючи на особистісне зростання та самовдосконалення. Будучи пов'язаною з формами індивідуальної практичної діяльності, самореалізація є цілісною, усвідомленою людиною, пізнавальною та відбувається шляхом творчої адаптації, уможлиблюючи гармонію та виживання в умовах складних, динамічних процесів, сучасних соціальних трансформацій.

ЛІТЕРАТУРА

1. **Авер'янова, А.** (2017). Професійний успіх як основа самореалізації особистості. *Науковий вісник МНУ імені В.О. Сухомлинського. Психологічні науки*. № 1(17). С. 7–12. <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/psihol-visnik-17-2017-3.pdf>
2. **Ангелова, А.О.** (2013). Ідеал старості в філософії Платона. *Науковий часопис НПУ ім. М. П. Драгоманова. Серія 7 «Релігієзнавство. Культурологія. Філософія»*. № 30 (43). С. 15–21.
3. **Артемова, О.І.** (2010). Професійна самореалізація особистості в сучасних умовах. *Освіта регіону*. № 1. С. 97–101. <http://dovira-1558.narod.ru/prof.html>
4. **Барчі, Б.В., & Бай, К. Я.** (2018). Творча самореалізація майбутнього фахівця в галузі психології. *Проблеми професійного становлення особистості*: збірник тез доповідей Всеукраїнської науково-практичної конференції (17-18 травня 2018 р., Мукачево). С. 129–131.
5. **Беспалов, І.** (2020). Філософія процесу пізнання Аристотеля. *Вісник Львівського університету. Серія «Філософсько-політологічні студії»*. № 32. С. 7–11. <https://doi.org/10.30970/PPS.2020.32.1>
6. **Бех, І.Д.** (2017). Самореалізація особистості як визначальний чинник її життєдіяльності. *Багатомірність особистості: теорія, психодіагностика, корекція*: зб. наук. праць за матеріалами Всеукр. наук.-практ. семінару з міжнар. участю (23 березня 2017 р., м. Полтава). С. 31–36. <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/7947>
7. **Большакова, А.** (2018). Особистісна реалізованість (суб'єктивна вичерпаність особистісного потенціалу) та переживання біографічної кризи особистості. *Особистість у кризових умовах та критичних ситуаціях життя*: матеріали IV Міжнародної науково-практичної конференції (22-23 лютого 2018 року, м. Суми). С. 17–18. <https://eportfolio.kubg.edu.ua/data/conference/3557/document.pdf>
8. **Гайдученко, Ю.** (2015). Особливості самореалізації майбутніх економістів у навчальному процесі. *Проблеми освіти*: збірник наукових праць. С. 84, 93–97. <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/93a83ccc-ee8a-4382-9a06-4f4776abd496/content>
9. **Гнатюк, О.** (2021). Формування здоров'язбережувальної компетентності у здобувачів освіти в сучасних умовах навчання. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивної діяльності*: матеріали IV Всеукраїнської наукової електронної конференції (29 жовтня 2021 р., м. Київ). С. 105–107.
10. **Гомонюк, В.О.** (2013). Самоактуалізація та самореалізація особистості: сучасні наукові уявлення: матеріали IX Mi dzynarodowej naukow-i-praktycznej konferencji «Europejska nauka XXI powieka – 2013». *Psychologia i socjologia. Politologija*. S. 22, 21–26.
11. **Гурова, О.В.** (2022). Особливості взаємодії суб'єктів освітнього простору в умовах інформальної дистанційної освіти. *Психологічні виміри особистісної взаємодії суб'єктів освітнього простору*

REFERENCES

1. **Averianova, A.** (2017). Profesiyni uspih yak osnova samorealizatsii osobystosti [Professional success as a basis for personal self-realization]. *Naukovyi visnyk MNU imeni V.O. Sukhomlynskoho. Psykholohichni nauky*, 1(17), 7–12. <http://mdu.edu.ua/wp-content/uploads/psihol-visnik-17-2017-3.pdf> [in Ukrainian].
2. **Anhelova, A.O.** (2013). Ideal starosti v filosofii Platona [The ideal of old age in Plato's philosophy]. *Naukovyi chasopys NPU im. M. P. Drahomanova. Seriiia 7. Relihiieznawstvo. Kulturolohiia. Filosofiiia*, 30 (43), 15–21 [in Ukrainian].
3. **Artemova, O.I.** (2010). Profesiina samorealizatsiia osobystosti v suchasnykh umovakh [Professional self-realization of the individual in modern conditions]. *Osvita rehionu*, 1, 97–101. <http://dovira-1558.narod.ru/prof.html> [in Ukrainian].
4. **Barchi, B.V., & Bai, K.Ya.** (2018). Tvorch samorealizatsiia maibutnoho fakhivtsia v haluzi psykholohii [Creative self-realization of the future specialist in the field of psychology]. *Problemy profesiinoho stanovlennia osobystosti : zbirnyk tez dopovidei Vseukrain-skoj naukovo-praktychnoi konferentsii (17-18 travnia 2018 r., Mukachevo)*, 129–131 [in Ukrainian].
5. **Bespalov, I.** (2020). Filosofiiia protsesu piznannia Aristotelia [Aristotle's philosophy of the process of cognition]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriiia filos.-politohol. Studii*, 32, 7–11. <https://doi.org/10.30970/PPS.2020.32.1> [in Ukrainian].
6. **Bekh, I.D.** (2017). Samorealizatsiia osobystosti yak vyznachalnyy chynnyk yii zhyttiedialnosti [Self-realization of the individual as a determining factor in his life activity]. *Bahatovymirnist osobystosti: teoriia, psykhodiagnostyka, korektsiia: Zb. nauk. prats za materialamy Vseukr. nauk.-prakt. seminaru z mizhnar. uchastiu (23 bereznia 2017 r., m. Poltava)*, 31–36. <http://dspace.pnpu.edu.ua/handle/123456789/7947> [in Ukrainian].
7. **Bolshakova, A.** (2018). Osobystisna realizovanist (subiektivna vycherpanist osobystisnoho potentsialu) ta perezhyvannia biohrafichnoi kryzy osobystosti [Personal fulfillment (subjective exhaustion of personal potential) and experiencing a biographical crisis of the individual]. *Osobystist u kryzovykh umovakh ta krytychnykh sytuatsiiah zhyttia: materialy IV Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (22-23 liutoho 2018 roku, m. Sumy)*, 17–18. <https://eportfolio.kubg.edu.ua/data/conference/3557/document.pdf> [in Ukrainian].
8. **Haiduchenko, Yu.** (2015). Osoblyvosti samorealizatsii maibutnikh ekonomistiv u navchalnomu protsesi [Peculiarities of self-realization of future economists in the educational process]. *Problemy osvity: zbirnyk naukovykh prats*. 84, 93–97. <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/93a83ccc-ee8a-4382-9a06-4f4776abd496/content> [in Ukrainian].
9. **Hnatiuk, O.** (2021). Formuvannia zdoroviazberzhuvalnoi kompetentnosti u zdobuvachiv osvity v suchasnykh umovakh navchannia [Formation of

в контексті гуманістичної парадигми : збірник матеріалів наукових доповідей V Міжнародної науково-практичної конференції (22 квітня 2022 року, м. Київ). С. 57–62.

12. Діяльнісна самореалізація в освітньому просторі. (2017). Звіт (заключний). https://lib.iitta.gov.ua/710035/1/%D0%9B%D0%9D%20%D0%97%D0%B2%D1%96%D1%82_%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D0%BB%D1%8E%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B8_2017.pdf

13. Діяльнісна самореалізація особистості в освітньому просторі (2017). Київ : Видавничий Дім «Слово».

14. Ічанська, О.М., & Яковицька, Л.С. (2021). Наукові підходи до визначення змісту поняття «самореалізація особливості». In *Moderní aspekty vědy : XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie* (str. 130-139) / Mezinárodní Ekonomický Institut. <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf>

15. Конституція України. Розділ II. <https://www.president.gov.ua/ua/documents/constitution/konstituciya-ukrayini-rozdil-ii>

16. Конституція України. Розділ II. Права, свободи та обов'язки людини і громадянина. Стаття 50. <https://constitution.in.ua/articles/50/>

17. Костючков, С. (2022). Трансформація поняття «життя» в контексті семіотичного містка від фізикалізму до біофілософії. *Вісник Львівського університету. Серія «Філософсько-політологічні студії»*. №. 44. С. 50–59. <https://doi.org/10.30970/PPS.2022.44.6>

18. Максименко, С.Д., & Сердюк Л.З. (2016). Психологічна основа самореалізації особистості: структура і функція. *Актуальні проблеми психології* : збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка. № 9(9). С. 6–13.

19. Мар'яненко, Л.В. Самореалізація і самодетермінація учнів в пізнавальній діяльності як умови досягнення гармонійної вихованості і збереження психологічного здоров'я. Retrieved from <http://surl.li/rixscq>

20. Мільчевська, Г. С. (2016). Самореалізація особистості як соціально-педагогічна проблема. *Науковий вісник ужгородського університету. Серія: «Педагогіка. Соціальна робота»*. № 1 (38). С. 180–182.

21. Міхеєв, О.М., Марушевський, Г.Б, Сохань, Л.В., Кисельов, М.М., & Бойченко, І.В. (2009). Життя. *Енциклопедія Сучасної України* / І. М. Дзюба, А. І. Жуковський, М. Г. Железняк [та ін.] (редкол.) ; НАН України, Інститут енциклопедичних досліджень НАН України. <https://esu.com.ua/article-18094>

22. Науково-практичний коментар до статті 115 Кримінального кодексу України (2009). <https://ips.ligazakon.net/document/KK004618>

23. Пінська, О.Л. (2022). Психологічні аспекти самореалізації особистості. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля. Серія «Педагогіка і психологія»*. Педагогічні науки. № 2 (24). С. 107-113. <https://doi.org/10.32342/2522-2-24-11>

health care competence among students in modern educational conditions]. *Актуальні проблеми психолого-педагогічного супроводу та розвитку суб'єктів спортивно-діяльності: Матеріали IV Всеукраїнської наукової електронної конференції (29 жовтня 2021 р., м. Київ)*, 105–107 [in Ukrainian].

10. Homoniuk, V.O. (2013). Samoaktualizatsiia ta samorealizatsiia osobystosti: suchasni naukovi uavlennia [Self-actualization and self-realization of the individual: modern scientific concepts]. *Матеріали IX Міжнародової науково-практичної конференції «Європейська наука XXI століття – 2013»*. Psychologia i sociologia. Politologija, 22, 21–26 [in Ukrainian].

11. Hurova, O.V. (2022). Osoblyvosti vzaiemodii subiektyv osvithnoho prostoru v umovakh informalnoi dystantsiinoi osvity [Peculiarities of the interaction of the subjects of the educational space in the conditions of informal distance education]. *Psychologichni vymiry osobystisnoi vzaiemodii subiektyv osvithnoho prostoru v konteksti humanistychnoi paradyhmy : zbirnyk materialiv naukovykh dopovidei V Mizhnarodnoi naukovo-praktychnoi konferentsii (22 kvitnia 2022 roku, m. Kyiv)*, 57–62 [in Ukrainian].

12. Diialnisna samorealizatsiia v osvithnomu prostori [Active self-realization in the educational space]. (2017). Zvit (zakliuchnyi). https://lib.iitta.gov.ua/710035/1/%D0%9B%D0%9D%20%D0%97%D0%B2%D1%96%D1%82_%D0%B7%D0%B0%D0%BA%D0%BB%D1%8E%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%B8_2017.pdf [in Ukrainian]

13. Diialnisna samorealizatsiia osobystosti v osvithnomu prostori [Active self-realization of the individual in the educational space] (2017). Kyiv: Vydavnychyi Dim «Slovo» [in Ukrainian].

14. Ichanska, O. M., & Yakovytska, L. S. (2021). Naukovi pidkhody do vyznachennia змісту poniattia «samorealizatsiia osoblyvosti» [Scientific approaches to determining the content of the concept of «self-realization of a feature»]. In *Moderní aspekty vědy : XIV. Díl mezinárodní kolektivní monografie* (str. 130–139) / Mezinárodní Ekonomický Institut. <http://perspectives.pp.ua/public/site/mono/monography-14.pdf> [in Ukrainian].

15. Konstytutsiia Ukrainy. Rozdil II [Constitution of Ukraine. Section II]. <https://www.president.gov.ua/ua/documents/constitution/konstituciya-ukrayini-rozdil-ii> [in Ukrainian].

16. Konstytutsiia Ukrainy. Rozdil II. Prava, svobody ta oboviazky liudyny i hromadianyna. Stattia 50 [Constitution of Ukraine. Section II. Rights, freedoms and duties of a person and a citizen. Article 50]. <https://constitution.in.ua/articles/50/> [in Ukrainian].

17. Kostyuchkov, S. (2022). Transformatsiia poniattia «zhytтя» v konteksti semiotychnoho mistka vid fizykalizmu do biofilosofii [Transformation of the concept of «life» in the context of the semiotic bridge from physicalism to biophilosophy]. *Visnyk Lvivskoho universytetu. Seriya filos.-politoh. Studii*, 44, 50–59. <https://doi.org/10.30970/PPS.2022.44.6> [in Ukrainian].

18. Maksymenko, S.D., & Serdiuk L.Z. (2016). Psychologichna osnova samorealizatsii oso-

24. Психологічні основи самореалізації студентів в інтегрованому освітньому середовищі (2021). Київ : Талком.

25. Самодетермінація психологічного благополуччя особистості (2021). Львів : Видавець Вікторія Кундельська.

26. **Шимченко, Л.** (2019). Самореалізаційний механізм формування педагогічної майстерності, як запорука ефективного професійно-творчого розвитку особистості майбутнього педагога професійного навчання. *Society. Document. Communication. Соціум. Документ. Комунікація*. № 7. С. 216–231. <https://doi.org/10.31470/2518-7600-2019-7-216-231>

bystosti: struktura i funktsiia [Psychological basis of self-realization of the individual: structure and function]. *Aktualni problemy psykholohii : Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka*, 9(9), 6–13 [in Ukrainian].

19. **Marianenko, L.V.** Samorealizatsiia i samodeterminatsiia uchniv v piznavalnii diialnosti yak umovy dosiahnennia harmoniinoi vykhovanosti i zberezhenia psykholohichnoho zdorovia [Self-realization and self-determination of students in cognitive activity as conditions for achieving harmonious upbringing and maintaining psychological health]. <http://surl.li/rixcx> [in Ukrainian].

20. **Milchevska, H.S.** (2016). Samorealizatsiia osobystosti yak sotsialno-pedahohichna problema [Self-realization of the individual as a socio-pedagogical problem]. *Naukovyi visnyk uzhhorodskoho universytetu. Seriia: «Pedahohika. Sotsialna robota»*, 1 (38), 180–182 [in Ukrainian].

21. **Mikheiev, O.M., Marushevskiy, H.B., Sokhan, L.V., Kyselov, M.M., & Boichenko, I.V.** (2009). Zhyttia [Life]. U I. M. Dziuba, A. I. Zhukovskiy, M. H. Zhelezniak [ta in.] (Redkol.), *Entsyklopediia Suchasnoi Ukrainy*. NAN Ukrainy, Instytut entsyklopedychnykh doslidzhen NAN Ukrainy. <https://esu.com.ua/article-18094> [in Ukrainian].

22. Naukovo-praktychnyi komentar do statii 115 Kryminalnoho kodeksu Ukrainy [Scientific and practical commentary on Article 115 of the Criminal Code of Ukraine] (2009). <https://ips.ligazakon.net/document/KK004618>

23. **Pinska, O.L.** (2022). Psykholohichni aspekty samorealizatsii osobystosti [Psychological aspects of self-realization of the individual]. *Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriia «Pedahohika i psykholohiia»*. Pedahohichni nauky, 2 (24), 107–113 <https://doi.org/10.32342/2522-2-24-11> [in Ukrainian].

24. Psykholohichni osnovy samorealizatsii studentiv v intehrovanomu osvithnomu seredovyshchi [Psychological foundations of self-realization of students in an integrated educational environment] (2021). Kyiv : Talkom. [in Ukrainian].

25. Samodeterminatsiia psykholohichnoho blahopoluchchia osobystosti [Self-determination of the psychological well-being of the individual] (2021). Lviv : Vydavets Viktoriia Kundelska [in Ukrainian].

26. **Shymchenko, L.** (2019). Shymchenko, L. (2019). Samorealizatsiyni mekhanizm formuvannia pedahohichnoi maisternosti, yak zaporuka efektyvnoho profesiino-tvorchoho rozvytku osobystosti maibutnoho pedahoha profesiinoho navchannia [The self-realization mechanism of the formation of pedagogical skills as a guarantee of effective professional and creative development of the personality of the future teacher of professional training]. *Society. Document. Communication. Sotsium. Dokument. Komunikatsiia*, (7), 216–231. <https://doi.org/10.31470/2518-7600-2019-7-216-231> [in Ukrainian].

Dmytro KOSTENKO

Personality realization as a role factor in the formation of hardiness

The article focuses on the role of personal self-realization in the formation of hardiness. The problem of self-realization of the individual and its role in the socialization of various social groups of the population in the conditions of modern crises are analyzed. It has been noted that psychological breakdowns are often accompanied by loss of a job, troubles in the family, bad habits and reluctance to do what brings pleasure in life. It has been proven that harmony can be achieved at any age. It is taken into account that self-realization and high self-esteem contribute to the acceleration of the processes of internal harmony with oneself in a higher assessment of one's own harmony with the environment. Each person should strive for the self-realization of at least some of their own aspirations, and the formed value orientations should contribute to harmony with the world throughout life. The phenomenon of the term «life» is considered as the basis of the personal formation of value orientations of the individual, attention is focused on the terminology of the interpretation of the concept of «self-realization» in the understanding of both domestic and foreign scientists. The indisputability that self-realization is holistic and studies its internal potentials of the individual, pointing to personal growth and self-improvement, is substantiated. It is proven that, being connected with forms of individual practical activity, self-realization is a whole, conscious person, cognitive, and occurs through creative adaptation, enabling harmony and survival in the conditions of complex, dynamic processes of social transformations.

Key words: hardiness, life, applicant, person, personality, development, self-realization, student, formation.