

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**ФАКУЛЬТЕТ СОЦІАЛЬНОЇ ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ
КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ ОСВІТНЬОЇ ДІЯЛЬНОСТІ**

Кваліфікаційна робота

магістра

на тему **Формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої
освіти засобами тренінгових технологій**

Виконала: студентка 2 курсу, групи 8.0110-з
спеціальності 011 Освітні, педагогічні науки
освітньої програми Педагогіка вищої школи
К. В. Колеснікова

Керівник доцент кафедри педагогіки та
психології освітньої діяльності,
к.психол.н., доцент Овсяннікова В. В.

Рецензент професор кафедри педагогіки та
психології освітньої діяльності,
д.пед.н., професор Локарева Г. В.

Запоріжжя

2021

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАПОРІЗЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ

Факультет соціальної педагогіки та психології

Кафедра педагогіки та психології освітньої діяльності

Рівень вищої освіти магістр

Спеціальність 011 Освітні, педагогічні науки

Освітня програма Педагогіка вищої школи

ЗАТВЕРДЖУЮ

Завідувач кафедри _____

д.пед.н., проф. О.І. Іваницький

« ____ » _____ 2021 р.

ЗАВДАННЯ
НА КВАЛІФІКАЦІЙНУ РОБОТУ СТУДЕНТЦІ

_____ Колесніковій Карині Василівні _____

1. Тема роботи Формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти засобами тренінгових технологій
керівник роботи Овсяннікова Вікторія Віталіївна, к.психол.н.
затверджені наказом ЗНУ від «30» липня 2021 року № 1137-с
2. Строк подання студентом роботи _____
3. Вихідні дані до роботи аналіз філософської, психологічної, педагогічної літератури, матеріали виробничої практики.
4. Зміст розрахунково-пояснювальної записки (перелік питань, які потрібно розробити) уточнити сутність самоактуалізації особистості та рівні її розвитку; розкрити особливості формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти; розглянути технології формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти; розробити та апробувати психолого-педагогічний тренінг формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти.
5. Перелік графічного матеріалу (з точним зазначенням обов'язкових креслень)
1 рисунок, 5 таблиць

6. Консультанти розділів роботи

Розділ	Прізвище, ініціали та посада консультанта	Підпис, дата	
		Завдання видав	Завдання прийняв
Вступ	Овсяннікова В.В., доцент		
Розділ 1	Овсяннікова В.В., доцент		
Розділ 2	Овсяннікова В.В., доцент		
Висновки	Овсяннікова В.В., доцент		

7. Дата видачі завдання _____

КАЛЕНДАРНИЙ ПЛАН

№ з/п	Назва етапів кваліфікаційної роботи	Строк виконання етапів роботи	Примітка
1	Збір та систематизація матеріалу	січень-квітень 2021 р.	Виконано
2	Написання вступу	квітень 2021 р.	Виконано
3	Написання першого розділу	травень-липень 2021 р.	Виконано
4	Написання другого розділу	серпень-вересень 2021 р.	Виконано
5	Написання висновків	жовтень 2021 р.	Виконано
6	Оформлення роботи	листопад 2021 р.	Виконано
7	Передзахист	листопад 2021 р.	Виконано
8	Проходження нормоконтролю	листопад 2021 р.	Виконано
9	Захист	грудень 2021 р.	

Студент _____ К. В. Колеснікова

Керівник роботи _____ В. В. Овсяннікова

Нормоконтроль пройдено

Нормоконтролер _____ І.В. Козич

РЕФЕРАТ

Кваліфікаційна робота: 96 сторінок, 5 таблиць, 1 рисунок, 82 джерела, 1 додаток.

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність впливу тренінгових технологій на формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Об'єкт дослідження – самоактуалізація особистості.

Предмет дослідження – процес формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Методи дослідження: теоретичні: аналіз філософської, психологічної, педагогічної літератури, систематизація, аналіз; емпіричні: бесіда, методика «Діагностика потреби в досягненнях» Ю. Орлова (ПД), методика «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» В. Маралова (ПС), методика «Самоактуалізаційний тест» (САТ) Л. Гозмана, М. Кроза і М. Латинської, інтерв'ю.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає у: розкритті змісту потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти; визначені тренінгових технологій формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти; розробці психолого-педагогічного тренінгу самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Практичне значення одержаних результатів роботи полягає у можливості використання отриманих результатів: при організації ефективної підготовки студентів закладу вищої освіти до майбутньої професійної діяльності; для розробки індивідуальних програм особистісно-професійного розвитку студентів закладу вищої освіти.

Ключові слова: САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ, ПОТРЕБА, ПРОФЕСІЙНА САМОАКТУАЛІЗАЦІЯ, ПОТРЕБА У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ, ПОТЕНЦІАЛ ОСОБИСТОСТІ, ТЕХНОЛОГІЇ, ТРЕНІНГ.

SUMMARY

Koliesnikova K. V. Shaping Self-Actualization Need of Students of Higher Education Institutions by Means of Training Technologies.

The work is presented on 96 pages of printed text, contains 5 tables, 1 figure. The list of references includes 82 sources.

The object of the study: self-actualization of personality.

Subject of research: the process of forming the need for self-actualization of students of higher education.

The purpose of the study: to theoretically substantiate and experimentally test the effectiveness of training technologies on the formation of the need for self-actualization of students of higher education.

The essence of self-actualization of the personality and levels of its development are specified in the work; the peculiarities of the formation of the need for self-actualization of students of higher education institutions are revealed; technologies of formation of need for self-actualization of students of higher education institutions are considered; developed and tested psychological and pedagogical training on the formation of the need for self-actualization of students of higher education institutions.

The practical significance of the obtained results of work lies in the possibility of using the obtained results: in the organization of effective preparation of students of higher education institutions for future professional activity; for the development of individual programs of personal and professional development of students of higher education.

Key words: self-actualization, need, professional self-actualization, the need for self-actualization, personality potential, technology, training.

ЗМІСТ

ВСТУП.....	7
РОЗДІЛ 1. ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ	11
1.1. Сутність самоактуалізації особистості та рівні її розвитку.....	11
1.2. Особливості формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.....	28
1.3. Тренінгові технології формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти	41
РОЗДІЛ 2. ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ.....	59
2.1. Методика та організація експериментальної роботи.....	59
2.2. Рівні розвитку потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти	67
2.3. Аналіз результатів експериментального впровадження тренінгових технологій.....	79
ВИСНОВКИ.....	86
СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ.....	88
ДОДАТОК.....	96

ВСТУП

Актуальність дослідження. Основною метою державної політики в галузі освіти є виявлення умов для розвитку особистої і творчої самореалізації кожного громадянина України, оновлення змісту освіти та організація навчально-виховного процесу відповідно до демократичних цінностей. У «Національній доктрині розвитку освіти України у XXI столітті» серед основних принципів розвитку освіти в Україні – формування навичок самоосвіти молоді та самореалізації.

Бурхливі соціально-економічні, політичні та культурно-ціннісні перетворення, що відбуваються нині в Україні, висувають підвищені вимоги до якості праці фахівців, їхнього професіоналізму та компетентності, потребують наявності творчого ставлення до діяльності, що виконується. Важливу роль в становленні фахівця відіграє професійна освіта, яка на сьогоднішній день повинна здійснюватися не тільки в межах гностичного підходу, основне завдання якого формування у студентів міцних науково-предметних знань, але й створювати умови для становлення творчої особистості майбутнього фахівця. Відповідати такому критерію зможе лише той фахівець, який систематично і безперервно підвищує рівень своєї кваліфікації та здатний до самоактуалізації.

Поняття «самоактуалізація» означає стійкі позитивні зміни в особистості, реалізацію її природного потенціалу: прагнення людини стати такою, якою вона може стати (А. Маслоу); силу, яка змушує людину розвиватися на найрізноманітніших рівнях – від оволодіння моторними навичками до вищих творчих злетів (К. Роджерс); повну реалізацію справжніх можливостей (К. Хорні). Самоактуалізацію розглядають як багатомірний феномен, що охоплює всебічний і безперервний розвиток творчого та духовного потенціалу людини, максимальну реалізацію її можливостей, адекватне сприйняття навколишнього світу і свого місця в ньому, багатство емоційного й духовного життя, високий рівень фізичного здоров'я та моральності (Л. Гозман, М. Кроз,

М. Латинська).

Необхідно зауважити, що для успішного вирішення проблем самоактуалізації студентів закладів вищої освіти нині відсутнє належне науково-методичне забезпечення. Як свідчить аналіз вітчизняної педагогічної практики, випускники університетів, не маючи достатніх умінь і навичок самоактуалізації, в подальшій діяльності самовдосконалюються як фахівці у повільному темпі, що помітно гальмує їхнє професійне становлення і негативно позначається на якості діяльності. Принциповою особливістю сучасних освітніх програм має стати створення умов, що сприяють розвитку ініціативності, пізнавальної активності та формуванню здатності до творчої самореалізації, самоактуалізації особистості майбутніх спеціалістів. Варто відзначити, що в закладах вищої освіти цей процес, на жаль, ще не набув спрямованого та систематичного характеру, його темпи й ефективність залишаються поки що недостатніми.

Є підстави вважати, що діяльність викладачів у плані стимулювання в студентів університету прагнення до самоактуалізації як джерела їхнього професійного становлення явно недооцінюється і не стала невід'ємною функцією майбутніх фахівців. У той самий час відомі дослідження гуманістичних психологів і педагогів, зокрема, Г. Балла, І. Беха, І. Зязюна, С. Максименка, А. Маслоу, Н. Ничкало, К. Роджерса та інших підкреслюють виняткову роль процесу самоактуалізації у житті людини.

Концептуальні засади професійної підготовки фахівців досліджували В. Андрущенко, С. Гончаренко, Р. Гуревич, І. Зязюн, А. Коломієць, Н. Мойсеюк, Н. Ничкало, С. Сисоєва, В. Шахов, О. Шестоपालюк та ін. Сучасні інноваційні школи стають на шлях створення освітніх систем, що зорієнтовані на самовизначення та самореалізацію особистості (В. Караковський, А. Тубельський, І. Фрумін, Е. Ямбург та ін.).

Пріоритет у розробці феноменологічних аспектів самоактуалізації належить зарубіжним ученим (А. Маслоу, К. Роджерс, Г. Олпорт та ін.).

Ідея самоактуалізації знайшла відображення в роботах, присвячених

зарубіжним теоріям самореалізації (Н. Амага, Б. Вульфсон, О. Джуринський та ін.). Різні аспекти самоактуалізації особистості розглядалися також у психології (Л. Анциферова, Т. Артем'єва, Л. Гозман, О. Лісовська, М. Кроз, Д. Леонт'єв, Ю. Миславський та ін.). Змістових аспектів самоактуалізації особистості підлітків та юнаків торкалися О. Газман, І. Кон, А. Мудрик, Г. Цукерман та ін.

Проблема самоактуалізації в навчальній і навчально-професійній діяльності знаходить своє вирішення в роботах О. Городілової, І. Єгоричевої, Л. Кобильнік, Є. Лопатіна, Н. Петрової, І. Туркової, І. Саділова, Т. Соломки, Л. Цурікової, Є. Ященко та ін. Окремі аспекти розвитку професійних здібностей, особливостей самовизначення, самореалізації та самоактуалізації висвітлено в роботах В. Міхеєва, М. Молоканова, В. Фокіна, Н. Щербакової, Є. Ященко та ін.

Водночас, проблема формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти залишається недостатньо дослідженою, незважаючи на її теоретичну та прикладну значущість.

Актуальність проблеми, недостатня науково-теоретична і практична її розробленість зумовили вибір теми дослідження: «Формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти засобами тренінгових технологій».

Мета дослідження: теоретично обґрунтувати та експериментально перевірити ефективність впливу тренінгових технологій на формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Завдання дослідження:

1. Уточнити сутність самоактуалізації особистості та рівні її розвитку.
2. Розкрити особливості формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти.
3. Розглянути технології формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти.
4. Розробити та апробувати психолого-педагогічний тренінг формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти.

Об'єкт дослідження – самоактуалізація особистості.

Предмет дослідження – процес формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Методи дослідження:

– теоретичні: аналіз філософської, психологічної, педагогічної літератури, систематизація, аналіз;

– емпіричні: бесіда, методика «Діагностика потреби в досягненнях» Ю. Орлова (ПД), методика «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» В. Маралова (ПС), методика «Самоактуалізаційний тест» (САТ) Л. Гозмана, М. Кроза і М. Латинської, інтерв'ю.

Наукова новизна одержаних результатів дослідження полягає у: розкритті змісту потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти; визначені тренінгових технологій формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти; розробці психолого-педагогічного тренінгу самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Практичне значення одержаних результатів роботи полягає у можливості використання отриманих результатів: при організації ефективної підготовки студентів закладу вищої освіти до майбутньої професійної діяльності; для розробки індивідуальних програм особистісно-професійного розвитку студентів закладу вищої освіти.

Кваліфікаційна робота пройшла апробацію на науково-методичному семінарі кафедри педагогіки та психології освітньої діяльності (протокол № 4 засідання кафедри ППОД від 24.11.2021 р.).

РОЗДІЛ 1

ТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ДОСЛІДЖЕННЯ ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ

1.1. Сутність самоактуалізації особистості та рівні її розвитку

Посилення уваги до проблеми самоактуалізації особистості пояснюється, на наш погляд, все більш широким розумінням її визначальної ролі у життєдіяльності людини. На думку багатьох дослідників, саме такий підхід до тлумачення цього поняття дозволить виявити його сутність, визначити систему психологічних категорій, які розкривають його зміст та психологічні детермінанти.

Але на сьогоднішній день у вітчизняній літературі представлені лише окремі дослідження, які безпосередньо стосуються самоактуалізації особистості. Цей факт обумовив необхідність спеціального аналізу основних теоретико-методологічних підходів до самоактуалізації особистості.

В цьому підрозділі нами були поставлені наступні завдання:

- 1) визначити особливості термінології стосовно розкриття сутності самоактуалізації особистості як психологічного явища;
- 2) охарактеризувати основні уявлення щодо самоактуалізації особистості в зарубіжних та вітчизняних психологічних теоріях, виділити спільне та відмінне в тлумаченні характеристик цього процесу;
- 3) проаналізувати інтегральні характеристики процесу самоактуалізації особистості;
- 4) виділити основні рівні та форми самоактуалізації особистості.

Розпочнемо з аналізу особливостей термінології, яка стосується самоактуалізації особистості як психологічного явища.

Аналіз літературних джерел показує, що на перших етапах її вивчення проблема самоактуалізації особистості існувала як міждисциплінарна і тільки з

недавнього часу, наряду з міждисциплінарним статусом, набула статусу окремої психологічної проблеми.

Слід зазначити, що у психологічних дослідженнях, як вітчизняних, так і зарубіжних, не існує єдиного визначення самоактуалізації. Поряд з терміном «самоактуалізація» використовуються близькі до нього терміни «самореалізація», «саморозвиток» та інші.

Так, такі дослідники як А. Адлер, Б. Ананьєв, Л. Анциферова, Е. Фромм, К. Юнг досліджували реалізацію особистісного потенціалу, при цьому використовуючи інші терміни. Такі вчені як С. Братченко та М. Міронова, Л. Коростильова, А. Реан та інші розглядають в своїх працях процес самореалізації особистості. Зміст терміну «самоактуалізація», як вважають дослідники, багато в чому збігається з поняттям «самореалізації» в тому його аспекті, який стосується саморозвитку, розкриття латентних потенцій особистості.

З нашого погляду, можна виходити з того, що терміни «самоактуалізація» та «самореалізація» є синонімами, а різниця в назві є лише проблемою відсутності єдиного визначення того, що ж є змістовною характеристикою особистісного зростання.

Самоактуалізація водночас розглядається вченими і як мета, до якої рухається людина, і як унікальний, безперервний процес цього руху, який триває впродовж усього життя, пов'язаний з нескінченним зростанням потреб людини, її здібностей, інтересів та інших особистісних властивостей, з потенційним розгортанням її сутнісних характеристик [57].

Самоактуалізація виявляється у таких аспектах:

- мотиваційному як – актуалізація потреби збереження і розвитку себе та максимального виявлення кращих якостей своєї особистості;
- процесуально-динамічному – як безперервний саморозвиток особистості та опанування всіх вироблених способів перетворення навколишнього світу, а також розкриття всіх нових можливостей;
- результативному – як успішність процесу самоактуалізації у

цілому [64].

Самоактуалізація передбачає наявність вікових сенситивних періодів, що сприяють розвитку і становленню певного природнього потенціалу, які здатні втілитися в навчальних і професійних досягненнях особистості. Особистість має певний набір якостей, які забезпечують її продуктивне зростання і розвиток, а саме: вона активна, діяльна, відповідальна, позитивна по відношенню до себе і до світу, креативна і здатна успішно долати перешкоди, що виникають, керуючись вірою в себе і життєвим змістом [14, 18].

Звернення до робіт провідних фахівців з проблем особистісного зростання дозволяє зробити висновок, що існують суттєві відмінності у тлумаченні самоактуалізації в зарубіжній і вітчизняній психології. Як відмічає Л. Коростильова, в зарубіжній психології відсутня прив'язка до термінів, а для вітчизняної психології є характерним фундаментальний підхід до психологічних понять. Різні методологічні основи призводять до різниці в якості аналізу [31].

Для здійснення порівняльного аналізу підходів зарубіжних та вітчизняних авторів щодо сутності самоактуалізації особистості, нами було виділено наступні критерії:

- суть процесу самоактуалізації особистості;
- інтегральні характеристики процесу самоактуалізації особистості;
- основні рівні та форми самоактуалізації особистості.

Оскільки проблему самоактуалізації особистості вперше було поставлено саме у зарубіжній психології, то з початку проаналізуємо зарубіжні дослідження з цього приводу.

Теоретичний аналіз проблеми самоактуалізації дозволив М. Ткалич виділити два напрями досліджень цього процесу в зарубіжній психології: психодинамічний і гуманістичний. Проблема самоактуалізації особистості в біхевіорально-когнітивному напрямку досліджень у зарубіжній психології практично не розглядалася, тому ми залишили його поза аналізом [70].

Спочатку розглянемо тлумачення процесу самоактуалізації у

психодинамічному напрямку, до якого відносяться роботи А. Адлера, Е. Еріксона, Е. Фромма, К. Хорні, К. Юнга, а потім у гуманістичній психології (роботи А. Маслоу, Г. Олпорта, К. Роджерса, В. Франкла, Е. Шостром).

Більшість дослідників психодинамічного напрямку схиляються до думки, що самоактуалізація – це процес особистісного самовдосконалення, подолання особистістю комплексу неповноцінності, захисних механізмів, прагнення особистісної цілісності та зрілості. Загалом можна говорити про те, що в класичному та сучасному психоаналізі основний акцент робиться на унікальності та цілісності кожної особистості, яка прагне самовдосконалення, самоактуалізації.

Розпочнемо з аналізу підходу А. Адлера, оскільки, як стверджує Е. Соколова, саме ідеї А. Адлера стосовно реалізації індивідом свого особистісного потенціалу почали пізніше розвиватися в гуманістичній психології.

А. Адлер вважав прагнення досконалості основною тенденцією розвитку особистості людини. Психологічне зростання особистості (самоактуалізацію) він визначав як конструктивне прагнення до досконалості, рух від центрованості на собі і цілей особистісної вищості до завдань конструктивного опанування середовища та завдань соціально корисного розвитку [2].

А. Адлер виділив наступні етапи самоактуалізації, які не виключають один одного і не мають строгої послідовності, але проходження через які дозволяє людині досягти визначних вершин в особистісному, професійному і соціальному розвитку: визнання своєї недосконалості (усвідомлення комплексу неповноцінності); розвиток соціального інтересу; спрямованість прагнень на подолання життєвих проблем; формування почуття приналежності і співробітництва; відмова від помилкових цінностей; формування не тільки особистісних, але і соціально значущих цілей і цінностей; вибір особистісного розвитку, самоактуалізації як життєвої мети; прийняття творчих, самостійних і вибіркових рішень на шляху досягнення поставлених цілей.

Отже, самоактуалізація за А. Адлером – це соціальний процес певного

альтернативного вибору, який особистість робить під впливом життєвих протиріч і завдань та з урахуванням цінностей, стилю життя та обов'язково соціального інтересу (адже самоактуалізація обов'язково має соціальний відтінок) [2].

Згідно К. Юнгу, кінцева життєва мета особистості - це повна реалізація «Я», тобто становлення єдиного, неповторного і цілісного індивіда [82]. Розвиток кожної людини в цьому напрямку унікальний, він продовжується протягом усього життя і містить в собі процес, що одержав назву індивідуалізація. Підсумком здійснення індивідуалізації К. Юнг називав самореалізацією.

Самоактуалізація (індивідуалізація та «повна реалізація Я») за К. Юнгом – це становлення єдиного, неповторного і цілісного індивіда, свідомо реалізація людиною своєї унікальної психічної реальності. Це розкриття споконвічної уродженої цілісності особистості, її еволюція протягом життя. Таким чином, за К. Юнгом, самоактуалізація у кінцевому рахунку припускає свідому реалізацію людиною своєї унікальної психічної реальності, повний розвиток і вираження всіх елементів особистості [82]. Також треба додати, що К. Юнг вважав, що досягнення самоактуалізації через процес індивідуації потребує певного терапевтичного втручання, спрямованого на розширення свідомості особистості завдяки усвідомленню неусвідомленого.

У теорії К. Хорні в основу розуміння самореалізації лягла концепція «реального власного Я», яке не є фіксованою структурою, а є набором властивих людині потенцій (таких як темперамент, здібності, нахили та ін.), що є частиною нашої спадковості і має потребу у сприятливих умовах для розвитку [76]. Актуалізація «реального Власного Я» за К. Хорні здійснюється через взаємодію з зовнішнім світом, який надає різні шляхи розвитку. Людина за своєю природою, вважає К. Хорні, добровільно прагне до самоактуалізації і її система цінностей виростає з цього прагнення. Таким чином, в теорії К. Хорні самоактуалізація – це реалізація особистісного потенціалу, шлях від позасвідомого «ідеалізованого образу» до реального власного «Я». До основних

складових цього процесу, як зазначає К. Хорні, відносяться наступні: усвідомлення своїх потреб, усвідомлення суперечливих чинників свого існування; гнучкість, рухливість, які б сприяли подоланню внутрішнього конфлікту, що в результаті повинно дозволити особистості ефективно взаємодіяти з зовнішнім світом, повернутися до душевної гармонії, гармонійної внутрішньої комунікації особистості [76].

Е. Еріксон пов'язує поняття самоактуалізації з поняттям ідентичності. Він визначає самоактуалізацію як «подолання меж» своєї ідентичності, справжнє досягнення дійсної індивідуальності та вихід за її межі [81].

Е. Фромм говорить про те, що самоактуалізація - це процес реалізації природного потенціалу особистості, розвиток «позитивної свободи» у соціальному бутті за допомогою спонтанної активності [75].

Х. Когут, який є представником сучасного психоаналізу та автором психології самості, визначає самоактуалізацію як нарцисичне бажання, яке реалізується у розвитку самості особистості, прагнення до самовдосконалення, яке послідовно інтегрується в свідому особистість [74].

Отже, ідеї особистісного зростання, самовдосконалення, прагнення особистісної вищості вперше з'явилися у психодинамічному напрямку. Згодом ці ідеї почали розвиватися в гуманістичній психології, але слід підкреслити, що тлумачення поняття «самоактуалізація» в цьому напрямку має більш позитивний відтінок. Самоактуалізація трактується не як подолання певних протиріч та негативів у своїй особистості (як у психодинамічному напрямку), а як орієнтація, спрямованість на зростання та розвиток з використанням «особистісного позитива».

Аналізуючи висвітлення проблеми самоактуалізації в зарубіжній гуманістичній психології, ми дійшли висновку, що більшість дослідників цього напрямку, до яких безпосередньо відносяться А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, В. Франкл, Е. Шостром, визначають самоактуалізацію насамперед як уроджену мотиваційну тенденцію, яка притаманна усім, без виключення, особистостям і лише потребує відповідних умов для розвитку.

А. Маслоу, який найбільш змістовно висвітлював проблеми особистісного зростання у своїх роботах, визначав самоактуалізацію як передумову життєдіяльності людини на рівні Буття, що зв'язана з докорінними змінами, які відбуваються в її особистості, як розвиток особистості, зв'язаний з переходом від невротичних чи інфантильних «несправжніх» життєвих проблем до справжніх, екзистенціальних, суттєвих проблем людини [41].

В роботі Д. Леонтєва виділено три основних контексти, в яких А. Маслоу розробляв теорію самоактуалізації:

- 1) особистості, які самоактуалізуються;
- 2) пікові переживання (peak-experience) трансцендентних цінностей;
- 3) самоактуалізація як процес розвитку [34].

Л. Анциферова також виділяє декілька аспектів, за допомогою яких А. Маслоу вивчав самоактуалізацію:

- а) дослідження особистостей, які самоактуалізуються;
- б) теорія людської мотивації;
- в) самоактуалізація як механізм і процес розвитку особистості;
- г) пікові переживання як епізоди самоактуалізації;
- д) теорія метамотивації та цінностей Буття [6].

Автором ще однієї теорії самоактуалізації вважають К. Роджерса. Але на думку Д. Леонтєва [34], у нього, на відміну від А. Маслоу, ідея самоактуалізації не є наріжним каменем його концепції: К. Роджерс розглядав питання мотивації (у тому числі і самоактуалізацію) в контексті загальної теорії особистості, тоді як А. Маслоу, навпаки, розглядає особистість у контексті теорії мотивації, тобто самоактуалізації.

К. Роджерс вважав, що самоактуалізація – це мотивуюча тенденція збереження і розвитку себе, яка передбачає максимальне виявлення кращих якостей особистості, закладених у ній від природи. Отже, самоактуалізація – це головна рушійна сила життя яка проявляється у прагненні поширюватися, ставати незалежним, розвиватися, зріти [59].

Г. Олпорт бачив самоактуалізацію як безперервний активний процес

становлення особистості, в якому індивід бере на себе відповідальність за якість свого життя [55].

В. Франкл, як представник екзистенціального напрямку в гуманістичній психології, визначав самоактуалізацію як уроджену мотиваційну тенденцію, яка є основним двигуном поведінки і розвитку особистості, результатом і наслідком здійснення сенсу свого життя. Людина, як вважає В. Франкл, прагне знайти зміст і відчуває фрустрацію чи вакуум, якщо це прагнення залишається нереалізованим [73].

Ш. Бюллер виділяє чотири фундаментальні тенденції людського життя (задоволення потреб, адаптивне самообмежування, творчу експансію та підтримування внутрішньої гармонії) і стверджує, що самоактуалізація, як кінцева життєва мета, може у різні моменти часу реалізовуватися в будь-якій з цих чотирьох тенденцій [27].

Е. Шостром у своїх роботах не прямо аналізує поняття самоактуалізації, а виділяє особистісні риси, які необхідні для розвитку у напрямку самоактуалізації: чесність, автентичність, усвідомленість, спонтанність, відкритість, воля, довіра, переконання [79].

Таким чином, аналіз тлумачень самоактуалізації в зарубіжній психології показав, що дослідження цього процесу мають переважно феноменологічний характер, що демонструє його складність та багатоаспектність. Треба відзначити, що ці дослідження, особливо психодинамічного напрямку, спираються на філософські уявлення про людину та її розвиток. В них існують певні, відмінні від вітчизняних, теоретико-методологічні розробки та психологічні категоріальні побудови, які ускладнюють процес порівняльного аналізу зарубіжних та вітчизняних підходів до самоактуалізації особистості як системного, багатоаспектного, багатofакторного процесу.

Від аналізу зарубіжних джерел перейдемо до висвітлення проблем самоактуалізації у вітчизняних дослідженнях.

Аналіз літератури показав, що проблема самоактуалізації у вітчизняній науці розглядається у таких основних підходах як суб'єктно-діяльнісний,

суб'єктно-розвиваючий та акмеологічний.

Більшість робіт вітчизняних авторів радянського періоду відносяться до суб'єктно-діяльнісного підходу, а більшість сучасних досліджень (з початку 90-х рр.) – до суб'єктно-розвиваючого.

Розглянемо основні підходи до проблеми самоактуалізації особистості у вітчизняній психології.

Почнемо з суб'єктно-діяльнісного підходу до самоактуалізації особистості. Як стверджує Л. Коростильова, уявлення про самоактуалізацію як реалізацію людиною її потенціалу безпосередньо не розглядалась у вітчизняній психології [31], але поняття «потенціал особистості» розглядали в своїх роботах Б. Ананьєв, Б. Ломов, В. Мясіщев. Ці роботи, на наш погляд, можна розглядати як попередній етап дослідження процесу самоактуалізації особистості у вітчизняній психології, тому не будемо аналізувати їх окремо, а лише коротко зупинимося на ідеях цих авторів.

В. Мясіщев підкреслював, що поняття потенціалу особистості є одним з ключових у психології. Він наголошував, що ядро особистості складає система ставлень людини до зовнішнього світу та до самої себе [50].

Б. Ананьєв до поняття потенціалу включав розвиток людини як особистості і як суб'єкта діяльності. Згідно його концепції, потенціал людини проявляється у взаємозв'язках системокомплексів властивостей різноманітних рівнів організації людини [3].

На думку Б. Ломова, потенціал людини може бути представленим його здібностями, системою знань, вмінь та навичок [36].

Розглянемо визначення процесу самоактуалізації особистості в суб'єктно-розвиваючому підході.

М. Гінзбург пов'язує цей процес зі втіленням індивідом певних цінностей, усвідомлених як свої власні, в певних видах діяльності [18], Л. Анциферова – з розв'язанням особистісних протиріч [6], А. Осницький самоактуалізацію визначає як суб'єктність особистості, С. Братченко та М. Миронова також розглядають самоактуалізацію як процес досягнення особистісної зрілості,

знаходження себе, свого життєвого шляху, досягнення конструктивного діалогу між особистістю, її внутрішнім світом та середовищем [27].

Як вважають деякі вітчизняні дослідники, самоактуалізація, яка збігається з поняттям самореалізації, – це здатність людини об'єднувати багатство свого внутрішнього світу з якою-небудь формою діяльності (праця, гра, пізнання, спілкування), прагнення до розвитку сильних сторін своєї особистості.

У роботах С. Кузікової поняття «самоактуалізація» означає практичний аспект діяльності: вчинки і дії, спрямовані на виконання життєвого плану. Вченою виділено особливості самоактуалізації:

1) кожен її акт (кінцева кількість дій) має завершитися певним конкретним, описуваним результатом (самозміною, набуттям тієї чи іншої компетентності);

2) об'єкт, на який спрямована діяльність, і суб'єкт цієї діяльності збігаються (дія спрямована на себе, на самоперетворення);

3) формула «I did it myself» поміщає в центр уваги те, що суб'єкт, як джерело активності, може зробити сам, без опори і допомоги з боку інших; до отриманого результату (the thing) інші суб'єкти непричетні [32, 18].

Таким чином, самоактуалізація і самореалізація виявляються двома нерозривними сторонами одного процесу – процесу саморозвитку й особистісного зростання, результатом якого є людина, що максимально розкрила і використовує свій людський потенціал

Однією з головних проблем вивчення самореалізації особистості є розгляд вікової динаміки творчої продуктивності протягом життєвого шляху, вважає Л. Рудкевич.

Е. Галажинський вважає, що самореалізація виявляється в різних аспектах і може вивчатися і як якість особистості, що самоактуалізується, і як особлива потреба, і як діяльність (по самореалізації), і як процес, але за усім цим стоїть вихідна властивість людини бути відкритою психологічною системою, що самоорганізується [16].

Р. Зобов та В. Келасьєв вважають, що самоактуалізація передбачає

трансформацію здібностей, задумів, установок людини у поведінку [26].

Більшістю вітчизняних вчених відмічається соціальний характер самоактуалізації. О. Ткаченко вважає, що самоактуалізація має соціальних характер і розглядає її в категоріях мотивів та мотивації. Дослідник вважає, що особистості притаманне прагнення до актуалізації своїх здібностей у соціально цінних продуктах. На його думку, на рівні особистості в людини домінуючою мотивацією стає як потреба творення суспільно корисних зовнішніх предметів, так і прагнення творення самої себе (самовдосконалення) [20].

Самоактуалізація, на думку Л. Коростильової, – це «здійснення можливостей розвитку «Я» за допомогою власних зусиль, співтворчості, співдіяльності з іншими людьми, соціумом і світом у цілому» [31].

На думку О. Щотки, самоактуалізація – «це повна реалізація власного потенціалу особистості, її досягнення можливе лише в процесі неспинного пошуку власних шляхів самовиявлення й самовдосконалення» [80]. В основі самоактуалізації, як і в основі розвитку дорослої людини, лежать процеси соціалізації та індивідуалізації. Слід зазначити, що погляди дослідниці на саморозвиток, скоріше всього, базуються на поглядах К. Юнга, який приділяв багато уваги проблемі індивідуалізації та її значенню для самоактуалізації особистості.

Перейдемо до аналізу поняття самоактуалізація в акмеологічному підході вітчизняних досліджень. Слід зазначити, що проблема самоактуалізації в професійній діяльності найбільш детально досліджується саме в цьому підході.

Предмет акмеології в цілому – феномен зрілості людини, процес і результат досягнення нею вершини як індивіда особистості, суб'єкта діяльності та індивідуальності [10]. У зв'язку з цим однією з центральних категорій акмеології є «саморозвиток».

Аналізуючи місце особистісної проблематики в структурі акмеології, А. Реан розглядає самоактуалізацію і саморозвиток у контексті феномена зрілості людини і визначає її як процес і результат досягнення людиною

вершин як індивіда, особистості, суб'єкта діяльності (у тому числі і професійної) і індивідуальності [58]. Він відносить самоактуалізацію, саморозвиток до компонентів особистісної зрілості поряд з відповідальністю, терпимістю і інтегративним компонентом, і в той же час вважає особистісну зрілість однією з умов досягнення самоактуалізації.

А. Реан вважає, що потреба в саморозвитку, самоактуалізації є фундаментальною складовою зрілої особистості. Актуальна потреба в саморозвитку, прагнення самовдосконалення і самореалізації є величезною цінністю сама по собі. Вони є показниками особистісної зрілості і одночасно умовою її досягнення. Крім цього, актуальна потреба у саморозвитку, самоактуалізації в акмеології особистості вважається джерелом довголіття людини – активного, і не тільки фізичного, але й соціального, особистісного. З наявністю вираженого прагнення до саморозвитку пов'язана й успішність людини як суб'єкта професійної діяльності, успішність досягнення професійного «акме», а також і її професійного довголіття, що вже підтверджено експериментальними даними [58].

Стосовно вітчизняних досліджень самоактуалізації особистості треба додати, що саме останні декілька років стали періодом найбільш активного наукового пошуку умов, можливостей, потенціалу, ресурсів особистісного зростання, саморозвитку у різних сферах людського життя.

Перейдемо безпосередньо до аналізу інтегральних характеристик процесу самоактуалізації особистості.

В основу дослідження інтегральних характеристик процесу самоактуалізації був покладений принцип інтегрованого розвитку особистості в діяльності. Цей принцип говорить про те, що в процесі діяльності властивості особистості певним чином перетворюються, зв'язуються одна з одною, тобто відбувається їхня інтеграція. Результатом цього процесу є виникнення в структурі особистості нових, більш узагальнених властивостей, з більш складною структурою – інтегральних характеристик особистості.

Під інтегральними характеристиками самоактуалізації особистості ми

розуміємо складові цього процесу, які формуються на особистісному рівні як результат руху в напрямку особистісного зростання, самовдосконалення, самореалізації.

Для аналізу нами обрані саме інтегральні характеристики, оскільки в різних теоретичних підходах до самоактуалізації особистості виділяють багато різних складових цього процесу, якостей особистості, що самоактуалізується, умов, детермінант, рівнів та форм. Виділення саме інтегральних характеристик на основі цих даних – це, на наш погляд, спосіб систематизувати та узагальнити теоретичний матеріал, зробити процес самоактуалізації особистості більш структурованим та зрозумілим.

Як відмічає Л. Коростильова, інтегральні характеристики самоактуалізації особистості є результатом взаємодії цілого ряду особистісних властивостей більш низького рівня узагальненості [31]. Кожна з цих характеристик визначається не сумою окремих властивостей, які входять до її складу, а новою системою зв'язків між ними.

Складність виділення інтегральних характеристик самоактуалізації особистості, які представлені в тій чи іншій концепції, обумовлюється феноменологічністю більшості підходів до цього психологічного явища та відмінностями у його тлумаченні.

Аналіз зарубіжних та вітчизняних джерел, в яких розглядаються проблеми інтегральних характеристик самоактуалізації особистості, показав, що серед них існують певні відмінності, які обумовлені наступними причинами:

- 1) різними теоретико-методологічними підходами до самоактуалізації особистості;
- 2) різним тлумаченням розвитку самоактуалізації особистості як такого, що орієнтований на: а) подолання (представлено у психодинамічному напрямку); б) досягнення (представлено у гуманістичному напрямку); в) пошук (представлено у напрямках вітчизняних досліджень).

Треба відзначити, що основні розбіжності у підходах до процесу

самоактуалізації проявляються у визначенні особистісної орієнтації, що зумовлено, на наш погляд, відмінностями у підходах до розуміння особистості та шляхів її розвитку у психологічних дослідженнях різних напрямів.

Загалом, основні ідеї стосовно вивчення інтегральних характеристик самоактуалізації особистості, які представлені у зарубіжних та вітчизняних психологічних дослідженнях, коротко можна представити у таблиці 1.1.

Таблиця 1.1

Аналіз основних підходів до вивчення інтегральних характеристик самоактуалізації особистості

Напрями досліджень	Орієнтація в процесі самоактуалізації на:	Інтегральні характеристики та їх складові
Зарубіжні дослідження		
Психодинамічний	Подолання особистісних протиріч, внутрішніх конфліктів та негативного впливу середовища.	Сильне «Его»: цілісність особистості; незалежність; мужність у визнанні себе недосконалим; імперсоналізація стосунків.
Гуманістичний	Досягнення певного рівня особистісного розвитку завдяки використанню своїх потенцій та сприянню середовища.	Позитивний «образ Я»: цілісність; розширене «почуття Я»; прийняття себе як особистості; орієнтація на майбутнє; низька внутрішня конфліктність; почуття суб'єктивної свободи.
Вітчизняні дослідження		
Суб'єктно-діяльний, суб'єктно розвиваючий, акмеологічний	Пошук особистісних ресурсів та можливостей середовища	Особистісна зрілість: прийняття себе; цілісність; соціалізованість; продуктивність; творчість; відповідальність; емпатійність; сформованість особистісно-сміслових механізмів.

Як видно з таблиці 1.1, в основі формування інтегральних характеристик самоактуалізації особистості, з точки зору представників усіх напрямів, лежить, в першу чергу, прийняття себе як особистості та формування цілісності. На наш погляд, сильне «Его», позитивний «образ Я» та особистісна зрілість – це інтегральні характеристики самоактуалізації особистості, які не суперечать, а лише доповнюють одна одну. Формування саме цих характеристик дозволяє людині просуватися в напрямку особистісного зростання, самоактуалізації. Але це «просування» – не простий, а досить складний процес, якій має певні рівні та форми.

Перейдемо до аналізу рівнів і форм самоактуалізації, які виділені у різних наукових підходах (див табл. 1.2).

Таблиця 1.2

Порівняльна характеристика рівнів та форм самоактуалізації особистості

№	Рівні самоактуалізації	Мотиваційно-потребнісні рівні	Форми самоактуалізації
1	Примітивно-виконавський	Мотивація на рівнях фізіологічних потреб та потреби в безпеці	Форми хибної самоактуалізації: а) самоактуалізація як самоціль; б) престижна самоактуалізація; в) самоактуалізація на базі накопичення матеріальних цінностей
2	Індивідуально-виконавський	Мотивація прихильності, любові	Не визначено
3	Соціальна реалізація ролей і норм	Мотивація на рівні потреби у визнанні	а) статусна; б) пошукова форми
4	Реалізація сутнісної автентичності	Мотивація на рівні потреби в самоактуалізації	Форми творчої, духовної самоактуалізації, самотрансценденція.

У відповідній літературі виділяють наступні рівні самоактуалізації:

- 1) примітивно-виконавський рівень;
- 2) індивідуально-виконавський рівень;
- 3) рівень реалізації ролей і норм у соціумі (з елементами духовного та особистісного зростання);
- 4) рівень сенсожиттєвої та ціннісної реалізації (реалізації сутнісної автентичності) як найвищий рівень самоактуалізації.

Ці рівні досить вдало, на наш погляд, співвідносяться з ієрархічною моделлю мотивації А. Маслоу [40], який зосереджував увагу у своїх дослідженнях саме на самоактуалізації особистості:

а) Для рівня примітивно-виконавської реалізації характерні мотивація на рівнях фізіологічних потреб та потреби в безпеці.

б) Індивідуально-виконавська реалізація відповідає мотивації прихильності, любові, оскільки більшою мірою спрямована на задоволення відповідних потреб заради яких вона досить часто здійснюється.

в) Рівень потреби у визнанні в концепції А. Маслоу співвідноситься з рівнем реалізації ролей та норм в близькому оточенні та соціумі.

г) Найбільш повна самоактуалізація – це реалізація сенсожиттєвих та ціннісних орієнтацій, тобто сутнісна автентична самоактуалізація (задоволення потреби в самоактуалізації як прагненні реалізувати свої здібності та таланти).

З виділеними А. Маслоу мотиваційно-потребнісними рівнями та рівнями самоактуалізації за Л. Коростильовою, на наш погляд, також співвідносяться основні форми самоактуалізації, представлені в дослідженнях Р. Зобова, В. Келасьєва [26]. Вони виділяють наступні форми самоактуалізації:

1) Форми хибної самоактуалізації, яку можна віднести до примітивно-виконавського та індивідуально-виконавського рівнів в концепції Л. Коростилевої: самоактуалізація як самоціль – самоствердження себе будь-якими засобами; престижна самоактуалізація – спроба підвищити власну значимість шляхом придбання престижних речей; самоактуалізація на базі накопичення матеріальних цінностей.

2) Статусна форма – самоактуалізація через досягнення певного статусу; пошукова форма – самоактуалізація через безперервний пошук (особистісний, соціальний, професіональний), які відповідають рівню реалізації ролей і норм у соціумі – з елементами духовного та особистісного зростання.

3) Самоактуалізація через «розширення кордонів» та можливостей власної свідомості (самотрансценденція), вдосконалення духовності; самоактуалізація через творчість, які співвідносяться з найвищим рівнем самоактуалізації – рівнем сенсожиттєвої та ціннісної реалізації (реалізації сутнісної автентичності) у Л. Коростильової та А. Маслоу.

Таким чином, на основі систематизації та узагальнення зарубіжних та вітчизняних досліджень щодо сутності самоактуалізації особистості, виділення її інтегральних характеристик, рівнів і форм цього процесу, ми можемо визначити самоактуалізацію особистості як цілісний, багатосторонній, багатофакторний процес, в ході якого здійснюється реалізація й подальший розвиток особистісного потенціалу.

Сутність процесу самоактуалізації особистості полягає в здатності особистості внутрішньо приймати, усвідомлювати й оцінювати протиріччя і труднощі, здатності самостійно і продуктивно вирішувати їх у відповідності зі своїми найбільш загальними цілями і моральними ідеалами, що обумовлює нові стадії та ступені розвитку.

Серед основних інтегральних характеристик самоактуалізації особистості нами були виділені такі як сильне «Его», позитивний «образ Я» та особистісна зрілість.

Аналіз рівнів і форм самоактуалізації особистості показав, що саме у цьому питанні позиції зарубіжних та вітчизняних вчених можливо було порівняти та зробити висновок, що реалізація особистісного потенціалу може відбуватися у різних формах, на різних рівнях згідно домінуючої мотиваційно-потребнісної орієнтації особистості.

В наступному підрозділі будуть розглянуті проблеми особливостей самоактуалізації в професійній діяльності.

1.2. Особливості формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти

З точки зору, Л. Ожигової, А. Реана, Н. Самоукіної серед різних видів самоактуалізації особистості найбільш значущою є самоактуалізація в діяльності – навчальній або професійній, оскільки вона є центральною в процесі реалізації особистісного потенціалу людини.

У роботах багатьох учених наголошується на ролі самоактуалізації у процесах професійного становлення особистості, що привертає увагу до вивчення особливостей самоактуалізації у студентському віці.

Студентський вік відповідає юнацькому періоду розвитку людини. У якості головних психологічних новоутворень юнацького віку дослідниками виділяються: глибока рефлексія, установка на свідому побудову власного життя, активний розвиток самосвідомості, однією зі складових якої виступає ставлення особистості до себе (Б. Волков, І. Гуткіна, Є. Ісаєв, І. Кулагіна, В. Мухіна, В. Слободчиков та ін.).

Сучасне студентство – найбільш яскравий зразок тієї частини підростаючого покоління, яка здатна після проходження етапу професійного навчання, застосувати отримані знання, вміння і навички на практиці, у подальшій професійній, сімейній та індивідуальній життєдіяльності. Прагнення зробити своє життя насиченим, значущим, осмисленим, цілеспрямованим, результативним, бути задоволеним собою, іншими, та результатами своєї діяльності, усвідомити і реалізувати свій багатющий потенціал (маючи бажання і знаходячи умови) – є важливим для подальшого розвитку, як особистості молодого фахівця, так і суспільства в цілому.

Самоактуалізація особистості в навчально-професійній діяльності розглядається нами як безперервний динамічний процес актуалізації та розвитку потенційних можливостей, що виражається в особистісно-професійному самовизначенні, що супроводжується формуванням професійної ідентичності та готовності до майбутньої професійної діяльності.

Критеріями самоактуалізації особистості в навчально-професійної діяльності є осмисленість життя, визнання головними в ній цінностей зростання і розвитку; позитивне сприйняття себе, інших, обраної професії, розгляд її як можливості реалізувати власні інтереси, задатки і цінності; креативність; відкритість до життя і готовність постійно вчитися. Розширюючи свої знання і вміння, переходячи на новий рівень світовідчуття, що відображає актуальність цього моменту, студент ще більшою мірою розкриває свої задатки, які можуть бути успішно втілені, реалізовані в навчально-професійної діяльності, особистому житті і майбутній професійній діяльності [28].

Як вказує С. Воломеев, провідною сферою у формуванні потреби у самоактуалізації особистості в юнацькому віці є саме навчальна діяльність, оскільки вона значною мірою визначає можливості та форми прояву усіх інших видів самоактуалізації [15].

Аналіз літератури показує, що проблема формування потреби у самоактуалізації особистості в навчальній діяльності в сучасних дослідженнях представлена окремими теоретичними підходами і деякими конкретними дослідженнями. Але треба відзначити, що більшість дослідників, які займаються цією проблемою, роблять акцент або на особистісній самоактуалізації взагалі, або на професійному розвитку, розглядаючи самоактуалізацію лише як елемент цього розвитку, а не як цілісний соціально-психологічний феномен. Практично не вирішеними є питання структури й етапів формування потреби у самоактуалізації особистості в учбовій діяльності, ресурсів цього процесу і його результату. Тому актуальною, на наш погляд, є проблема визначення формування потреби у самоактуалізації особистості та її місця в учбовій діяльності взагалі, виділення рівнів і форм самоактуалізації особистості в учбовій діяльності.

О. Самаль, ґрунтуючись на детальному аналізі феномену самоактуалізації, характеристик особистості, що самоактуалізується, на даних емпіричних досліджень самоактуалізації, висловлює точку зору, згідно котрої структура самоактуалізації студента може бути представлена як єдність трьох

компонентів: мотиваційно-потребового, ціннісно-сміслового й функціонально-регулятивного. Ставлення до себе разом з рефлексією, відповідальністю і творчою активністю входить до структури функціонально-регулятивного компоненту, забезпечуючи самоактуалізаційну активність особистості [61].

М. Боднар зазначає, що важливими напрямками підвищення самоактуалізації студентства є розвиток відповідальності за своє майбутнє та за майбутнє країни (розвиток інтернального локусу контролю до оптимальних меж); гармонізація ставлення до часу життя (виважене ставлення до ретроспективи життя, екзистенційна насолода сьогоденням, оптимальне структурування майбутнього); розвиток адекватного ставлення до себе (досягнення гармонії між рівнем домагань та рівнем досягнень особистості) [11].

Однак, у більшості досліджень автори зосереджують свою увагу на вивченні кореляційних зв'язків між окремими показниками ставлення до себе та самоактуалізації. Не зважаючи на наукову цінність означених досліджень, слід зазначити, що при цьому не враховується фактична структура ставлення до себе, варіативність можливих комбінацій показників як ставлення до себе, так і самоактуалізації.

Процес самоактуалізації студентів, як варіант здорового розвитку їх особистості, ми розглядаємо як «безкінечний ланцюжок ситуацій вільного вибору, в якій людина перебуває в кожний момент свого життя, будучи вимушеною вибрати між безпекою і розвитком, залежністю і незалежністю, регресом і прогресом, незрілістю і зрілістю. ... Ми рухаємося вперед, коли переваги розвитку і недоліки безпеки переважають все, що становить недоліки розвитку і переваги безпеки» [40].

Досягнення найвищого ступеня духовного розвитку майбутніх фахівців – самоактуалізації – можливо за умови почергового задоволення потреб нужди або потреб «через недобір» (за А. Маслоу). «Задоволення цих потреб має циклічний характер, тобто після їх насичення мотивація до відповідної активності слабне, і людина протягом деякого часу не відчуває спонуки до

діяльності. Пізніше ситуація повторюється: зростає напруга в певній ланці потребової ієрархії, що веде до подальшого розгортання адекватної активності» [28, 225].

Згідно інтерпретації З. Карпенко, фізіологічні потреби (в харчуванні, диханні, уникненні холоду, неприємних відчуттів, статевий потяг тощо) притаманні відносному суб'єктові (біологічному індивіду).

Потреби в безпеці виражають індивідуалістично-оборонну або упереджувально-запобіжну позицію. Такі потреби актуалізуються в людини, котра прагне до досягнення особистісних цілей – це потреби моносуб'єкта.

Реалізація потреби в прив'язаності і любові, належності до певної соціальної групи дозволяє індивіду (полісуб'єкту) відчувати себе особистістю: будучи «залученою» до зовнішнього діалогу, активізувати внутрішній діалог – процеси кооперативної, комунікативної й особистісної рефлексії.

Потреби в повазі і визнанні притаманні метасуб'єктові. Людина прагне бути компетентною в значущих для неї сферах, здобути авторитет, досягнути успіхів на обраній для себе ниві суспільної діяльності. При цьому вона прагне до реалізації себе як творчої особистості з індивідуальним стилем діяльності, своєрідним світоглядом, унікальним внеском у скарбницю людської культури. Задоволення потреб у повазі і визнанні підсилює автономність рішень і відповідальність людини та виступає неодмінною передумовою її переходу на п'ятий рівень – рівень потреб у самоактуалізації, в реалізації своїх здібностей і творчих потенцій [28, 225-226].

Потреби в самоактуалізації, особливим підрозділом яких є потреби пізнання й розуміння (бажання знати, вміти, розуміти, досліджувати) й естетичні потреби (прагнення до гармонії, симетрії, порядку, краси, вишуканості тощо), є практично ненасичуваними; вони проявляються в безкорисливій цікавості, альтруїзмі, прагненні все робити найефективнішим способом. Людина, здатна до самоактуалізації, – абсолютний суб'єкт – розриває пута вітальних, предметних, соціальних й індивідуальних обмежень і виходить в неосяжний простір випробування своїх духовних, сутнісних сил [29, 270].

Методологічною основою теоретичного аналізу проблеми формування потреби у самоактуалізації в професійній діяльності виступають, на наш погляд, наступні підходи: суб'єктно-діяльнісний підхід, особистісно-розвиваючий підхід та акмеологічний.

Спершу розглянемо позиції деяких авторів в рамках суб'єктно-діяльнісного підходу.

Суб'єктно-діяльнісний підхід, який підкреслює активну роль особистості у взаємодії із зовнішніми умовами її діяльності, сформульований К. Абульхановою-Славською, А. Бодальовим, А. Леонтьєвим, С. Рубінштейном та іншими.

На думку К. Абульханової-Славської, людина не може просто жити і виконувати свою роботу, вона повинна знайти ціль, з якою співвідносяться робота і професія, а головне – її дії в професії повинні зайняти важливе місце в системі життєвих змістів [1]. На нашу думку, цією ціллю повинне стати прагнення до самоактуалізації в майбутній професійній діяльності, а власне професійне становлення особистості студента повинне бути органічно «вбудовано» у загальну систему життєвих планів і цілей, що забезпечить задоволеність власним життям і самоактуалізацію людини.

Як зазначає Н. Самоукіна, майбутня професійна самоактуалізація – це пошук себе в професії, власної професійної ролі, образу Я, професійного іміджу, індивідуального стилю професійної діяльності, визначення для себе професійних перспектив, їх досягнення, встановлення нових професійних цілей, прагнення до гармонійного розкриття та ствердження свого природнього творчого потенціалу [62].

З точки зору Л. Ожигової, професійна діяльність на певному етапі соціалізації і розвитку особистості стає провідним видом діяльності людини, тим соціальним простором, що транслює індивіду нормативні значення і, одночасно, є областю реалізації індивідуальних змістів. Вона розглядає професійний розвиток як окремий випадок більш загальної моделі особистісного росту, обумовлений самоактуалізацією особистості і розвитком

Я-концепції. Для того, щоб професія стала органічним продовженням і формою реалізації особистості, індивіду доводиться перебороти ряд труднощів, зв'язаних з виникненням різного типу протиріч, їх усвідомленням та вирішенням, що приводить до якісного перетворення особистості, до її самоактуалізації [54].

Таким чином, на думку Л. Ожигової, самоактуалізація особистості в професії – це наповнена екзистенціальним змістом реалізація потреб людини, оформлена як соціально-значуща діяльність, у якій органічно злиті усі компоненти особистості: когнітивний (уявлення про себе як про професіонала); афективний (оцінка себе як професіонала); конативний (власні стратегії чи способи професійної поведінки) [69].

Отже, з точки зору представників суб'єктно-діяльнісного підходу, в основі формування потреби у самоактуалізації у студентів закладу вищої освіти лежить розвиток особистості в діяльності, який характеризується як процес, що на кожному етапі зумовлений виникненням суперечностей, труднощів, проблем, вирішення яких дозволяє особистості рухатися в напрямку росту і розвитку, підштовхує її до цього. Формування прагнення самоактуалізації особистості пов'язана зі змінами мотиваційної сфери особистості, з появою у студента внутрішньої потреби у формуванні певної життєвої стратегії. На рівні особистості в людині домінуючою мотивацією стає, як потреба створення суспільно корисних зовнішніх предметів, так і прагнення створення самої себе.

Поряд із суб'єктно-діялісним в основу дослідження самоактуалізації в професійній діяльності, нами був покладений суб'єктно-розвиваючий підхід (тобто підхід, який орієнтований на розвиток особистості). До суб'єктно-розвиваючого підходу можна віднести роботи Є. Веліхова, В. Зінченко, Л. Мітіної та ін.

Є. Веліхов та В. Зінченко вказують, що посилення уваги дослідників і практиків до особистісних аспектів професійного становлення обумовило виділення особистісно-орієнтованого підходу як психологічного напрямку, що розглядає професіоналізацію, професійне становлення не тільки як

нагромадження знань, формування навичок і умінь, але і як процес самоактуалізації особистості, пов'язаний з постійними змінами глибинних особистісних характеристик [13].

Як відмічає Л. Мітіна, професійний розвиток невід'ємно пов'язаний з особистісним, оскільки в основі і першого, і другого лежить принцип саморозвитку, який детермінує здатність особистості перетворювати власну життєдіяльність в предмет практичного перетворення, який призводить до вищої форми життєдіяльності особистості – творчої самореалізації, самоактуалізації [48].

Суб'єктно-розвиваючий підхід, на нашу думку, дозволяє зрозуміти умови, механізми, психологічні детермінанти та динаміку професійного розвитку особистості, в якому самоактуалізація займає одно з центральних місць.

В рамках суб'єктно-розвиваючого підходу нами виділено два основні напрямки дослідження потреби у самоактуалізації в майбутній професійній діяльності студентів:

1) змістовний напрямок: дослідження змісту процесу професійного розвитку, місця самоактуалізації в цьому процесі, розробка концептуальної моделі професійного розвитку особистості та моделі самоактуалізації в професійній діяльності;

2) динамічний напрямок: дослідження динаміки професійного функціонування та розвитку особистості в напрямку творчої самоактуалізації.

Серед різних підходів до самоактуалізації особистості в професійній діяльності нами обрано суб'єктно-розвиваючий та акмеологічний підходи, як найбільш адекватні завданням нашого дослідження. В цих підходах вдало поєднуються ідеї цілісності та єдності особистісного та професійного розвитку, розглядаються проблеми досягнення індивідом найвищих результатів в діяльності, як учбовій, так і професійній.

Отже, в основу нашого дослідження особливостей формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти лягла ідея єдності

особистісного і професійного розвитку особистості. Ця єдність, на наш погляд, проявляється у сутності самоактуалізації особистості та її інтегральних характеристиках.

Отже, багато дослідників пов'язують феномен самоактуалізації з професійною діяльністю особистості. Як вже відмічалось, найбільш детально проблема реалізації себе у професійному житті розглянута в акмеологічному напрямку вітчизняних досліджень, до якого відносяться роботи А. Бодальова, А. Деркача, В. Маркова, Л. Орбан-Лембрик, А. Реана та ін.

В цілому особистісно-професійний розвиток в акмеології розуміється як процес розвитку особистості (у широкому розумінні), переважно орієнтований на високий рівень професіоналізму і професійні досягнення, що здійснюється за допомогою навчання і саморозвитку, професійної діяльності і професійних взаємодій.

В рамках цього підходу розглянемо концепцію професійного розвитку особистості А. Реана.

Акмеологічний підхід А. Реана дозволяє розглядати динаміку самоактуалізації особистості в професійній діяльності на різних вікових етапах онтогенезу особистісної зрілості спеціаліста: від професійного самовизначення, отримання професійної освіти до самоактуалізації в професійній діяльності та розвитку творчої індивідуальності спеціаліста, який володіє оптимальним рівнем професійної самосвідомості [58].

В процесі особистісного зростання А. Реан виділяє три найбільш важливі для самоактуалізації особистості інтегральні характеристики. До них відносяться:

а) свобода та відповідальність (з якою зв'язана і «сутність буття зрілої особистості, і успішність, і способи її самоактуалізації»);

б) диспозиційна терпимість (це визначена позиція, установка, світовідчуження особистості, при якому людина залишається чутливою і емпатійною, має позитивне бачення дійсності);

в) виражена потреба в саморозвитку («яка є показником особистісної

зрілості й одночасно умовою її досягнення») [58].

У моделі самоактуалізації особистості виділяються три основні компоненти: ресурс, процес та результат самоактуалізації особистості в професійній діяльності. Охарактеризуємо детально кожен з цих компонентів.

В якості ресурсу, з нашої точки зору, виступає потенціал, яким володіє особистість. В. Маслова, в свою чергу відзначає, що потенціал особистості з акмеологічної точки зору розглядається як система ресурсів, яка постійно поповнюється і поновлюється [39].

На думку А. Деркача та В. Зазикіна, «потенціал – це не тільки те, що дано від природи, але й система знань і умінь, характерологічних властивостей та ін., яка постійно індивідуально поповнюється, поновлюється і вдосконалюється, що природно зв'язано з особистісним і індивідуально-професійним розвитком» [21]. Дослідники вказують, що процес розкриття потенціалу особистості повинен здійснюватися на тлі продуктивної рефлексії та «Я-концепції», адекватної мотивації досягнень.

Потенціал особистості можна охарактеризувати як системну якість, що дозволяє здійснювати його опис з опорою на системний підхід, що базується на системному розгляді структур особистості, яка включає різні рівні структурної організації чи підструктури.

Розглядаючи проблему потенціалу особистості з цих позицій, деякі дослідники виділяють біологічний, психічний, характерологічний потенціал, потенціал спрямованості та творчий потенціал. З їхньої точки зору ця система потенціалів входить до складу особистісного потенціалу.

І. Мурашко виділяє основні складові особистісного потенціалу у контексті діяльності людини, кожна з яких, у свою чергу, може бути системно розглянута як потенціал:

1. Гносеологічний потенціал (система знань, умінь, навичок, уявлень, світогляду, пізнавальних здібностей). Цією проблематикою займалися Ю. Власенко, Г. Костюк, С. Максименко, О. Шестопалова та ін.

2. Аксіологічний потенціал (система цілей, цінностей та орієнтації,

соціально-психологічних установок). Чітко висвітлені ці питання у роботах С. Рубінштейна, Д. Узнадзе та ін.

3. Творчий потенціал (можливість творити, знаходити нове, діяти оригінально і нестандартно). Важливими для розуміння сутності творчого потенціалу є праці О. Матюшкіна, В. Моляка, М. Смульсон та ін.

4. Комунікативний потенціал (здібності спілкування, розуміння і взаєморозуміння, здатності до оволодіння спілкуванням, комунікативні якості, вміння та навички). Дана проблематика розглядається у роботах Л. Виготського, О. Власової, Я. Коломінського, А.Мудрика та ін.

5. Художній потенціал (система художньо-естетичних потреб, форм і способів їх задоволення). В. Антоненко, О.Завгородня розглядали зазначені питання.

6. Професійний потенціал (відповідність орієнтації, схильностей, професійних уподобань обраної професії, наявність відповідного типу особистості, рівень професійної мотивації). Дана проблематика опрацьована у роботах О. Вишняк, Е. Хохлової та ін.

7. Духовний потенціал (система смислів і смисложиттєвих орієнтації, духовно-моральних цінностей, життєвих позицій і моральних настанов особистості в системі загальнолюдських моральних норм). Ці питання висвітлено у працях К. Абульханової-Славської, Л. Мар'яненко та ін. [49, 202].

До складу біологічного потенціалу відноситься, насамперед, тип нервової системи, який може як сприяти, так і утруднювати ефективність діяльності. Психічний потенціал особистості – це рівень розвитку психічних процесів та функцій (характеристики уваги, пам'яті, уяви тощо).

Характерологічний потенціал – це особистісні властивості та особливості характеру, які в залежності від виду професійної діяльності можуть бути психологічними професійно важливими якостями. Потенціал спрямованості відображає рівень і характер мотивації досягнення та успіху, активність особистості, її інтересів, світогляду. Під творчим потенціалом розуміють сукупність ресурсів, яка дозволяють створювати нові – оригінальні, якісно інші,

більш високого рівня матеріальні та духовні цінності. Характеристиками творчого потенціалу особистості є творча спрямованість професійних інтересів, потреба у новаторській діяльності, схильність до інновацій, високий рівень загального та деяких спеціальних видів інтелекту, схильність до формування асоціативних зв'язків, розвинута уява, сильна воляова саморегуляція поведінки і діяльності, самостійність, вміння керувати своїми станами, у тому числі стимулювати свою творчу активність [51].

Критеріями самоактуалізації особистості у навчально-професійної діяльності виділяють осмисленість життя, визнання головними в ньому цінностей зростання й розвитку; позитивне сприйняття себе, інших, обраної професії, розгляд її як можливості реалізувати власні інтереси, здібності й цінності; інтернальність; креативність; відкритість до життя й готовність постійно вчитися. Розширюючи свої знання та вміння, переходячи на новий рівень світовідчуття, що відображає актуальність цього моменту, студент ще більше розкриває свої здібності, які можна успішно втілити, реалізувати в навчально-професійній діяльності, особистому житті та майбутній професійній діяльності [60].

Проблемність становлення самоактуалізованої особистості в сучасних соціальних та економічних умовах пов'язана з одного боку з великою потенційною кількістю можливостей для саморозвитку та самореалізації особистості молодшої людини, а з іншого боку – з недостатністю особистісних та соціальних ресурсів для повноцінного втілення цих можливостей в життя. Особистісні ресурси можуть належати до різних рівнів організації суб'єкта, вони можуть існувати в людині в латентному стані, але не бути проявленими, оскільки вона або ж їх недооцінює, або ж нічого не знає про їхнє існування. Цю проблемність ускладнюють зовнішні обставини – складність, мінливість та непередбачуваність соціального світу, що ставлять кожну людину перед необхідністю активно відстоювати свій обраний життєвий шлях, свою життєву позицію реальними діями та вчинками.

Прагнення особистості до зростання, розвитку, досягнень,

самовдосконалення, тобто самоактуалізації, необхідно цілеспрямовано розвивати на етапі професійного навчання. Реалізуючи свої здібності, свій особистісний потенціал, студент здійснює безперервний рух до самоактуалізації – єдності професійного та особистісного зростання. Тому головним завданням вищої освіти має стати створення умов, що сприяють розкриттю істинного «Я» студента, його природного потенціалу, актуалізації прагнення до зростання та розвитку протягом всього навчання у закладі вищої освіти. Логічним є припущення, що саме особистісно-орієнтоване навчання може сприяти самоактуалізації особистості студента. Сутність особистісно-орієнтованого навчання, принциповими позиціями якого є гуманізація педагогічного процесу, шанобливе ставлення до особистості студента як суб'єкта пізнання, спілкування, соціальної творчості, вимагає виявлення та розвитку потенційних можливостей кожного студента, створення умов для прояву його самобутності, збільшення вияву свободи волі учасників педагогічного процесу [65, 52].

Аналіз літератури показує, що розкриття потенціалу особистості також пов'язують із розвитком здібностей особистості та розвитком особистісних якостей, особливо тих, які мають відношення до діяльності або відповідають спрямованості особистості.

Зазначимо, що процес самоактуалізації проходить у декілька етапів, а саме:

- 1) самовизначення у професійній діяльності;
- 2) самовираження у професійній діяльності;
- 3) особистісна самоактуалізація;
- 4) досягнення професійного «акме».

Перейдемо до характеристики результатів самоактуалізації. Треба відмітити, що не можна говорити про остаточні результати самоактуалізації, в тому числі професійної, оскільки важко відстежити початок процесу самоактуалізації, тим більше визначити, коли він закінчився і чи закінчився взагалі.

Загалом ми підтримуємо точку зору тих авторів, які вважають, що основними результатами професійного розвитку особистості, її самоактуалізації, самореалізації має бути:

- а) формування на особистісному рівні – особистісної зрілості;
- б) на професійному рівні – високого рівня професійної компетентності, професіоналізму спеціаліста – що іншими словами можна, на наш погляд, визначити як професійну зрілість особистості.

Спершу зупинимося більш детально на проблемі досягнення особистісної зрілості.

З акмеологічної точки зору зрілість особистості – категорія, в основі якої лежить переважно розвиток моральних якостей, гуманістичної спрямованості особистості, нормативності поведінки і відносин. Зріла особистість, як вказує А. Бодальов, відрізняється високою відповідальністю, турботою про інших людей, соціальною активністю, яка має гуманістичну спрямованість, а не тільки характеризується високими професійними досягненнями [9].

Особистісний аспект зрілості розглядається В. Зазикіним, насамперед, у контексті моральної нормативності поведінки в такий спосіб: коли особистісні норми і моральні цінності відповідають гуманістичним; коли вони є головними регуляторами поведінки і відносин; коли вони спрямовують людину на прогресивний розвиток, досягнення високих не тільки особистісних, але і соціально-позитивних результатів [25].

Результатом самоактуалізації в професійній діяльності має бути не тільки досягнення особистісної, але й професійної зрілості.

Таким чином, на основі проведеного нами аналізу, можна говорити про такі особливості самоактуалізації особистості в професійній діяльності:

- 1) Самоактуалізація – це активне якісне перетворення людиною свого внутрішнього світу, яке відбувається в процесі її діяльності, насамперед професійній.

- 2) Самоактуалізація лежить в основі професійного розвитку особистості як динамічного і безупинного процесу самопроекування.

3) Потреба в самоактуалізації є фундаментальною складовою зрілої особистості, яка сприяє формуванню професійної зрілості особистості тощо.

4) Професійна самоактуалізація зв'язана з певними цінностями особистості, з вирішенням особистісних протиріч, із зміною мотиваційної сфери, з появою внутрішньої потреби у формуванні певної професійної стратегії, плануванні професійної кар'єри. Самоактуалізація в професійній сфері також тісно пов'язана з питаннями соціального призначення, професійного зростання, використання права на творчість.

5) До головних компонентів самоактуалізації особистості в професійній діяльності відносяться ресурс, процес та результат, кожен з яких має свою специфіку, обумовлену конкретним видом діяльності.

1.3. Тренінгові технології формування самоактуалізації студентів закладу вищої освіти

Для реалізації поставлених завдань, вирішенню існуючих актуальних проблем формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти нами було обрано саме тренінгові технології, оскільки вони, на наш погляд, сприяють професійному й особистісному розвитку особистості.

Тренінгові технології є складовою педагогічних технологій. Педагогічну технологію слід розглядати як впорядковану систему дій, виконання яких призводить до досягнення поставленої мети [24], або як системний метод створення, впровадження і визначення цілого процесу викладання і засвоєння знань з урахуванням технічних і людських ресурсів (ЮНЕСКО). Отже, педагогічна технологія функціонує і як наука, що досліджує раціональні шляхи навчання, і як система способів, принципів і регулятивів, які застосовуються у навчанні, і як реальний процес навчання.

Тренінгові технології є ключовим елементом системи активних методів навчання. Найчастіше використовується така форма їх застосування, як

корпоративний тренінг. По суті він призначений для вироблення серій стандартних алгоритмізованих навичок [12].

У педагогічному просторі не існує загальноприйнятого визначення поняття «тренінг», що дає підстави для широкого тлумачення методу і позначення інколи цим терміном самих різних прийомів, форм, які використовуються в освітній практиці.

Дослівний переклад терміну «тренінг» (від англ. train, training) має ряд значень: виховання, тренування, дресирування. Подібна багатозначність притаманна і науковим визначенням тренінгу. Так, зокрема Л. Петровська дає наступне визначення тренінгу: «Це засіб впливу, спрямований на розвиток знань, соціальних установок, умінь і досвіду в галузі міжособистісного спілкування, засіб розвитку компетентності» [44]. Інше визначення пропонує Ю. Ємельянов: «Тренінг – це група методів розвитку здібностей до навчання та оволодіння різними складними видами діяльності» [23]. Тренінг – це форма організації навчання, яка використовує інтерактивні методи навчання і дає можливість учасникам під час спілкування в комфортній емоційній атмосфері обмінюватися досвідом й знаннями з метою отримання нових знань та засвоєння навичок [46].

Узагалі під соціально-психологічним тренінгом розуміється практика психологічного впливу, що заснована на активних методах групової роботи. При цьому використовуються певні форми передачі знання, навчання навичкам та вмінням у всіх сферах життєдіяльності, а також особистісному розвитку та корекції.

Цілі тренінгової роботи можуть бути різноманітними, тому що відображають різноманітні підходи до розуміння тренінгу. Можна виділити основні (спільні) цілі, що пов'язують між собою різні за спрямованістю та змістом тренінгові групи:

1. Дослідження психологічних проблем та допомога в їх вирішенні.
2. Поліпшення суб'єктивного самопочуття та психологічного здоров'я.
3. Вивчення психологічних закономірностей, механізмів та ефективних

способів міжособистісної взаємодії.

4. Розвиток самосвідомості та самодослідження для корекції чи попередження емоційних порушень.

5. Сприяння особистісному розвитку, реалізації творчого потенціалу [53].

У сучасній літературі тренінгом називають досить різні варіанти групової роботи. Тренінг – це запланований процес, призначений дати або поновити знання та навички й перевірити ставлення до проблеми, ідеї, поведінки з метою їхньої зміни й оновлення. Дещо складним, але найбільш прийнятним можна вважати таке формулювання цього поняття, запропоноване С. Макшановим: «Тренінг – це багатофункціональний метод цілеспрямованих змін психологічних феноменів людини, групи з метою особистісного буття людини» [37]. У цьому визначенні поняття звернено увагу на мету тренінгової роботи як групової форми роботи.

Як вже говорилося, Ю. Ємельянов розглядає тренінг як групу методів, спрямованих на розвиток здібностей до навчання та оволодіння будь-яким складним видом діяльності [23]. Отже, однією з провідних і невід'ємних форм роботи на занятті під час тренінгу стає групова робота, елементи якої нами використовуються на всіх етапах заняття. Групова форма організації навчального процесу має ряд переваг: вона сприяє підвищенню мотивації до навчання, вчить об'єктивно оцінювати себе та інших, підвищує особистісний статус студента в колективі.

Особливостями класифікаційних параметрів тренінгових технологій є рівень та характер застосування тренінгів (мають ярко виражений інтерактивний характер); методологічний підхід (діагностичний та комунікативний); фактори розвитку (психогенні); тип управління навчально-виховним процесом («консультант»); переважаючи засоби (вербальні, візуальні); напрямок модернізації (психологізація навчально-виховного процесу).

Перш за все, необхідно зауважити, що тренінг суттєво відрізняється від традиційних форм навчання. Традиційне навчання за своєю суттю є формою

передачі інформації та засвоєння знань, воно орієнтоване здебільшого на правильну відповідь, відтворення навчального матеріалу. На відміну від традиційних, тренінгові форми навчання орієнтовані на запитання та пошук, вони повністю охоплюють весь потенціал студента: рівень та обсяг його соціальної, емоційної та інтелектуальної компетентності, самостійність, здатність до прийняття рішень, до взаємодії. Звичайно, традиційну форму передачі знань не можна витіснити з навчального процесу майбутніх фахівців, проте у світі швидких змін, стрімкої і безперервної заміни старих знань новими традиційна форма навчання має більш вузькі рамки застосування.

На думку І. Беха, тренінг є «складовою підготовки спеціалістів різного профілю – керівників, педагогів, лікарів, новим напрямом, що передбачає загальний вплив на особистість, створює оптимальні умови для регуляції цілісного організму, а також сприяє підвищенню емоційної стійкості випускників вищих навчальних закладів» [7].

На основі вивченої літератури слід зазначити, що тренінгова форма навчання має наступні переваги: активність групи; поєднання інформації та емоційного ставлення до неї; підвищення рівня мотивації; здатність групи до колективного мислення та прийняття рішень; практична перевірка та закріплення отриманих знань.

Погоджуємося з думкою І. Вахоцької, що тренінг – особливий різновид навчання через безпосереднє «проживання» і усвідомлення виникаючого в міжособистісній взаємодії досвіду, який не зводиться ні до традиційного навчання через трансляцію знань, ні до психологічного консультування або психотерапії.

При організації навчальних тренінгів викладач може зустрітися з труднощами. Для студента тренінг, як спосіб поглиблення його особистісно-професійних якостей; обмежені часові рамки навчального заняття не дають можливості повністю реалізувати всі принципи тренінгових занять як форми активного соціального навчання. Виходячи з календарних термінів в проходженні тієї чи іншої теми курсу кожне наступне заняття відстрочено в

часі від попереднього, тому спостерігається складність у закріпленні отриманих відомостей та знань.

Тренінг, на відміну від академічних лекцій, націлений не стільки на оволодіння новими знаннями, скільки на створення нового. Нового сприйняття звичних речей, нового ставлення до обставин, досвіду, цінностей, результатам і лідерству. Тренінг – ефективний спосіб навчання, за допомогою якого студент засвоює нові поняття і отримує можливості їх практичного застосування [12, 11].

У процесі тренінгу застосовується система методів активного навчання, а саме відеозаписи, робота в парах, робота в малих групах, прес-конференції, інтерв'ю, дискусія, навчальні ігри, «мозкова атака», експертні групи, підготовка презентацій тощо [53, 18].

Існують різні види тренінгів: комунікативні, психологічні, особистісного росту, соціально-просвітницькі, психотерапевтичні, бізнес-тренінги тощо. Вид тренінгу обумовлено його основними завданнями.

Тренінг, як форма організації навчально-виховного процесу, має свої особливості:

- дотримання певних принципів групової роботи;
- спрямованість на психологічну допомогу учасникам групи в саморозвитку, при цьому допомога надходить не тільки від ведучого групи, а й від самих учасників;
- наявність більш-менш постійної групи з 8-16 учасників, що періодично збираються на зустрічі чи працюють безперервно протягом двох-п'яти днів (за певних умов кількість учасників може бути більшою до 24-25);
- певна просторова організація (частіше за все – робота у зручному приміщенні, де учасники переважну частину часу сидять у колі);
- акцент на взаємовідносинах учасників групи для аналізу та розвитку в ситуації «тут і тепер»;
- використання активних та інтерактивних методів групової роботи;
- об'єктивізація суб'єктивних почуттів та емоцій учасників групи

стосовно один одного та подій, які відбуваються в групі, рефлексія;

– атмосфера розкритості та свободи спілкування між учасниками групи, клімат психологічної безпеки.

Аналіз літератури з проблем групових форм психологічної допомоги дозволив підтвердити ефективність використання тренінгу наступними його характеристиками:

1. Тренінг дозволяє моделювати систему соціальних взаємовідносин та взаємозв'язків.

2. Тренінгова форма психологічної допомоги полегшує процеси саморозкриття, пізнання та дослідження себе й інших.

3. Тренінг дозволяє учасникам отримати різноманітні реакції інших його учасників на свою поведінку, дозволяє більш широко побачити своє професійне життя та життя інших, особливо проблеми та труднощі. Взаємозв'язок міжособистісних тренінгових процесів та міжособистісних професійних взаємовідносин поза тренінгом збільшує ймовірність того, що ті нові способи поведінки, нове розуміння себе будуть перенесені в ситуації реального життя.

4. Тренінг надає учасникам можливість обмінюватися життєвим, професійним досвідом, вчитися на досвіді інших учасників. Це є додатковою можливістю самовдосконалення, самоактуалізації.

5. Тренінг позитивно впливає на мотивацію особистості, навіть якщо спочатку студенти не мають мотивації щодо особистісного та професійного самовдосконалення.

Структура тренінгового заняття складається з: початку тренінгу, основної частини та заключної частини.

Початок тренінгу складається з таких компонентів:

- визначення умов проведення тренінгу: необхідно зазначити, чому присвячене заняття, які питання в ньому розглядатимуться;

- визначення актуальності проблеми, пояснення причин проведення певного тренінгу та його переваги перед іншими;

- зацікавлення учасників;

- представлення програми тренінгових занять;
- розповідь про себе;
- процес знайомства учасників тренінгового курсу один з одним. Ця процедура може відбуватися з використанням різноманітних технік знайомства;
- зменшення хвилювання учасників групи. Слід надати групі можливість обговорити своє хвилювання, визначити очікування, тим самим завоювавши їхню прихильність;
- прийняття правил роботи під час тренінгових занять. Ця частина введення надзвичайно важлива, оскільки зорієнтована на майбутнє і значною мірою визначає ефективність усього тренінгового процесу.

Основна частина обумовлена завданнями та змістом тренінгового курсу. Однак є кілька правил, характерних для основної частини тренінгу:

- дослідження предмета;
- розподіл зібраної інформації за темами;
- організація матеріалу.

Основна частина тренінгу складається з двох розділів. Програма тренінгу побудована згідно теоретико-методологічним основам дослідження потреби у самоактуалізації особистості, а отже перший розділ присвячено аналізу особливостей процесу самоактуалізації як соціально-психологічного феномену, другий – формуванню самоактуалізації в майбутній професійній діяльності студентів ЗВО.

Кожен розділ містить в собі основні завдання та інтерактивні вправи та техніки реалізації цих завдань. Кожна вправа, в свою чергу, передбачає наявність цілі, інструкції учасникам (якщо потрібна), матеріалів (якщо потрібні), питань для обговорення. Необхідні для роботи над вправами матеріали представлені у міні-кейсах, які розроблялися для учасників.

Зміст більшості вправ та технік є модифікацією відомих технік групової роботи К. Фопеля, які представлені в більшості його робіт [72]. Модифікація вправ передбачала використання основної ідеї чи змісту вправи, але з переформулюванням мети та запитань до учасників тренінгу згідно завдань

психолого-педагогічного тренінгу.

Заключна частина тренінгу – це можливість:

- дати відповіді на запитання, які в ході основної частини були не достатньо висвітлені;
- визначити наскільки результативно учасники групи засвоїли запропонований матеріал та інформацію (теоретичний матеріал, практичні навички);
- визначити, чи справдилися очікування учасників групи;
- визначити перспективи застосування отриманих знань і вмінь у реальному житті учасників [35].

Важливо, щоб учасники групи, які пройшли навчання за програмою тренінгу, закінчили роботу з високою мотивацією до подальшої діяльності та почуттям впевненості в собі.

Тренінгова програма розрахована на 20 години, з яких 2 години відводяться на початок тренінгу (вступ, привітання, знайомство, прийняття/повторення правил роботи групи, оголошення теми, мети, завдань тренінгового заняття, визначення очікування учасників), 8 годин відводиться на перший розділ, 8 годин на другий розділ та 2 години на заключну частину тренінгу (завершення роботи, отримання зворотнього зв'язку).

Проаналізуємо кожен розділ тренінгу окремо за такою логікою: 1) мета, основні завдання розділу; 2) інтерактивні вправи та завдання.

Перший розділ тренінгу присвячено аналізу самоактуалізації особистості як соціально-психологічного феномену..

Загальна мета цього розділу полягає у розвитку особистісної самоактуалізації студентів ЗВО.

В цьому розділі були поставлені наступні завдання:

- 1) Формування уявлень про процес самоактуалізації особистості, його основні складові та етапи.
- 2) Підвищення рівня самоефективності, особистісної компетентності.
- 3) Розвиток навичок позитивної оцінки власного потенціалу.

4) Визначення шляхів подальшого саморозвитку, самовдосконалення особистості.

5) Розвиток здатності використовувати свій творчий потенціал для вирішення актуальних завдань.

6) Розвиток вміння знаходити нові способи вирішення проблем, здатності адаптуватися до змін, бути гнучким.

1. Міні-лекція: «Самоактуалізація особистості як процес особистісного вдосконалення, його основні складові та етапи».

Мета: Ознайомлення учасників з основними теоретичними положеннями процесу самоактуалізації, орієнтація в психологічних категоріях, які будуть використані в тренінгу.

Матеріали: робочі матеріали міні-кейсів по темі лекції.

2. Групова дискусія: «Місце самоактуалізації в особистісно-професійному розвитку майбутніх спеціалістів»

Мета: Актуалізація уявлень щодо особистісного розвитку, самоактуалізації, визначення актуальності даної проблематики для студентів ЗВО.

Інструкція учасникам: Групова дискусія передбачає виявити ваші наявні, іноді зовсім протилежні позиції щодо місця самоактуалізації в особистісному розвитку майбутніх спеціалістів. Ми не маємо на меті дійти остаточного висновку, а скоріше визначити складність та багатофакторність досліджуваної проблеми.

3. Індивідуально-групове завдання: «Позитивне Я» (К. Фопель [72]).

Мета: формування позитивного образу «Я» студентів, підвищення рівня їхнього самоприйняття.

Інструкція учасникам: Протягом 5 хвилин учасник розповідає тільки про свої досягнення (без зупинки). Якщо він зупинився, хтось із групи може йому допомогти. Головна умова – підтримати, не дати зупинитися у розповіді.

Питання для обговорення:

1.) Яке значення для Вас має позитивне самосприйняття?

2.) Яким чином усвідомлення власних позитивних якостей, досягнень може допомогти в особистісному та професійному розвитку?

4. Індивідуальне завдання: «Карта досягнень» (психомалюнок).

Мета: допомогти учасникам більш чітко усвідомити свої особистісні та навчальні досягнення; створити наочну картину своїх успіхів та труднощів; побачити нові можливості подолання перешкод на шляху самоактуалізації особистості. Визначити важливі ресурси подальшого розвитку.

Матеріали: кольорові фломастери, аркуші для малювання.

Інструкція учасникам: Намалюйте карту ваших досягнень та успіхів: минулих та майбутніх. Ваші успіхи та досягнення позначте як пункти місцевості, в яких ви вже були чи хотіли б опинитися. Позначте також проміжні успіхи на шляху до них. Придумайте та напишіть назви для досягнень, яких ви прагнете в своєму особистісному та професійному житті (позначте ключовими словами). Намалюйте також вулиці та дороги, якими ви будете йти у напрямку до своїх досягнень. Це будуть короткі чи обхідні шляхи? Які перешкоди необхідно подолати? На яку допомогу ви можете розраховувати? Ви маєте 15 хвилин.

Питання для обговорення:

- 1) Які почуття викликає у вас ваша карта?
- 2) Де знаходяться найважливіші успіхи та досягнення?
- 3) Де чекає небезпека?
- 4) Які у вас є ресурси для досягнення бажаного?
- 5) Які є ресурси для подолання перешкод на шляху до особистісного і професійного успіху, самоактуалізації?

5. Робота в парах: «Ринок якостей».

Мета: розвиток навичок позитивної оцінки якостей особистості, що самоактуалізується, вміння визначати шляхи подальшого саморозвитку та самовдосконалення особистості.

Інструкція учасникам:

1. Напишіть на аркуші список якостей, які допомагають вам у навчанні.

Якості, які заважають вам у навчальній діяльності запишіть кожне на окремому аркуші. На зворотньому боці цих аркушів запишіть варіанти позитивного використання цих якостей.

2. Протягом 7 хвилин обмінюйтесь один з одним якостями, які записані на окремих аркушах, доки не знайдете варіант, який вам сподобається.

Питання для обговорення:

- 1) Як відбувався обмін?
- 2) Наскільки ви були активні в цьому процесі?
- 3) Які якості придбали?
- 4) Наскільки вдалим був обмін?
- 5) Яке значення ці якості мають для вашої майбутньої професійної діяльності?

Другий розділ тренінгу присвячений формуванню потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти в майбутній професійній діяльності.

Загальна мета другого розділу: розвиток мотивації самоактуалізації в майбутній професійній діяльності студентів ЗВО.

До основних завдань цього розділу відносяться наступні:

Структурування уявлень про майбутню професійну діяльність, її етапи, завдання, складові. Визначення існуючих в цих уявленнях протиріч.

Аналіз особистісних та досягнень студентів ЗВО.

Створення наочної картини власних навчальних успіхів та труднощів.

Визначення нових можливостей подолання перешкод на шляху професійного становлення.

Визначення важливих ресурсів майбутнього професійного розвитку, самоактуалізації.

Формування компетентності у часі: здатності передбачати, розмірковувати над сценаріями майбутніх подій.

Усвідомлення студентами можливостей розглядати навчальну діяльність як ресурс майбутньої професійної діяльності.

Визначення основних ресурсів самоактуалізації згідно особливості навчальної діяльності.

1. Індивідуальне завдання: Закінчить речення (метод «незакінчених речень»).

Мета: актуалізація існуючих уявлень щодо майбутньої професійної діяльності на рівні свідомості та підсвідомого. Виявлення можливих проблем, негативних аспектів, протиріч в цих уявленнях.

Матеріали: список речень.

Інструкція учасникам: Закінчить речення першим, що спало вам на думку. Довго не вагайтеся, нічого не закреслюйте. Намагайтеся більш розгорнуто висловити ваші думки.

Список речень:

1. Я студент(ка), тому що...
2. Я студент(ка), і це для мене...
3. Я студент(ка), і можу...
4. Я студент(ка), і хочу...
5. Я студент(ка), і ніколи не дозволю...
6. Я студент(ка), і тому...

Питання для обговорення:

Після виконання завдання необхідно обговорити з учасниками, як кожен з них закінчив речення. Знайти спільне і унікальне в поглядах.

2. Робота в малих групах: «Виставка».

Мета: структурування уявлень учасників щодо майбутньої професійної діяльності, її етапів, завдань, складових. Виявлення існуючих в цих уявленнях протиріч.

Матеріали: різні невеликі предмети: ручка, скрепка, брелок, цвях, дзвіночок та ін.

Інструкція учасникам:

1. Перед вами виставкова зала. Кожен предмет виставки має безпосереднє відношення до вашої майбутньої професійної діяльності. Зараз

ваше завдання – побачити в кожному предметі те, що зв'язує його з цим поняттям. Пройдіться по виставці, оберіть предмет, що сподобався вам найбільше та вирішіть, як він зв'язаний із поняттям професійно-управлінської діяльності. Що спільного між цим предметом та цим поняттям?

2. Подивіться, які предмети в руках у інших учасників, об'єднайтеся в групи по 5 осіб з тими, чиї предмети вам також цікаві. Розкажіть один одному про свої асоціації. Визначить спільне у ваших уявленнях та асоціаціях, що стосуються майбутньої професійної діяльності. Запишіть це.

3. За допомогою отриманих асоціацій складіть 2 списки: 1) основні складові майбутньої професійної діяльності; 2) якими професійними та особистісними якостями має володіти спеціаліст вашого профілю.

4. Читайте список та аргументуйте його за допомогою предметів з виставки.

Питання для обговорення:

1) Що змінилося у вашому уявленні про майбутню професійну діяльність?

2) Які саме асоціації вам запам'яталися найбільше?

3. Групове завдання: «Самоактуалізаційні якості особистості».

Мета: формування навичок розвитку важливих для самоактуалізації якостей, особливо тих, що будуть важливими в майбутньому.

Матеріали: текст анкети.

Інструкція учасникам: Ви маєте можливість попрацювати з вашими особистісно та професійно важливими якостями за допомогою своїх колег та партнерів по тренінгу та отримати зворотній зв'язок.

Візьміть анкету, яка містить основні самоактуалізаційні якості. Ви будете підходити до кожного з учасників тренінгу та пропонувати оцінити вас за вказаними якостями (від 1 – найнижча оцінка, до 10 балів – найвища оцінка). Ви можете задавати питання про себе кожному з учасників. Також можете поставити собі власні оцінки.

Потім подумайте над отриманими даними. Складіть коротке резюме

СТОСОВНО ВИСНОВКІВ, ЯКИХ ВИ ДІЙШЛИ.

Анкета «Самоактуалізаційні якості особистості»

Якості:

- цілісність особистості;
- незалежність;
- мужність у визнанні себе недосконалим;
- прийняття себе як особистості;
- орієнтація на майбутнє;
- низька конфліктність;
- почуття суб'єктивної свободи;
- продуктивність;
- творчість;
- відповідальність;
- емпатійність;
- орієнтація на діяльність;
- відкритість новому досвіду;
- захопленість значущою роботою;
- готовність до ризику;
- стресостійкість;
- навички вирішення проблем;
- толерантність до інших поглядів;

Питання для обговорення:

- 1.) Яка з якостей вам здається найбільш важливою на даний момент?
- 2.) Яку з якостей вам вдалося розвинути у себе останнім часом?
- 3.) Яка важлива якість, на вашу думку, відсутня в анкеті?
- 4.) Що ви думаєте про ті дані, що отримали за допомогою анкети?
- 5.) Які з цих даних для вас є особливо важливими?

4. Групове завдання: мозковий штурм «Особистісна зрілість: як я це розумію і яке це має значення особисто для мене?».

Мета: визначення та структурування уявлень студентів щодо особистісної

зрілості.

Інструкція учасникам: Називайте якомога більше аспектів, які на ваш погляд характеризують особистісну зрілість. Не оцінюйте названі ідеї (ані свої, ані ідеї інших учасників), а лише називайте їх. Зазначайте найбільш неймовірні, незвичні і навіть абсурдні ідеї – можливо саме серед них можуть бути ті, які ви шукаєте.

5. Робота в парах: «Актуальне питання».

Мета: визначити актуальні проблеми формування потреби у самоактуалізації студентів в майбутній професійній діяльності.

Матеріали: список питань.

Інструкція учасникам: Об'єднайтеся у пари. Оберіть серед запропонованих питань одне, найбільш важливе для Вас зараз (кожен із учасників). Обговорить ці питання у парах. Чому саме це питання важливе? Як би ви відповіли на нього? Які асоціації виникають у вас?

Список питань.

1. Яке значення для Вас має самоактуалізація?
2. Що Ви вважаєте найбільш значущим в вашій майбутній професійній діяльності?
3. Яке для Вас має значення професійний успіх, кар'єра, як це пов'язане з самоактуалізацією?

Питання для обговорення:

Після вправи визначити разом з учасниками, які питання були найбільш актуальними. Які залишилися поза увагою студентів і чому.

6. Робота в малих групах: «Метафори».

Мета: розвиток здатності студентів використовувати свій творчий потенціал для вирішення актуальних завдань навчальної діяльності, вміння знаходити нові способи вирішення учбових проблем, здатність адаптуватися до змін, бути гнучкими.

Інструкція учасникам:

- Об'єднайтеся у команди по 5 учасників. Один з учасників розповідає

яку-небудь актуальну проблему, пов'язану з навчальною діяльністю. Інші учасники змальовують бачення цієї проблеми як який-небудь образ, порівняння чи символ. Після цього учасники обговорюють, чи є у всіх цих образах та символах що-небудь спільне? Які образи найбільше сподобались автору проблеми?

– Придумайте метафори, які б характеризували ідеальне вирішення ситуації. Знов спробуйте знайти спільне у всіх метафорах. Подумайте, який спосіб вирішення проблеми підказує вам кожна із запропонованих метафор?

– Визначте, хто розповість про результати вашого обговорення на загальному груповому обговоренні.

Питання для обговорення:

- 1) Чи допомогла ця вправа побачити варіанти вирішення ситуації?
- 2) Які з них були найбільш нестандартними?
- 3) Чи можливо втілювати в життя нестандартні рішення навчальних проблем?

7. Індивідуальне завдання: «Перспективи» (К. Фопель) [72].

Мета: відпрацювання важливої для майбутнього спеціаліста якості – почуття часу та формування компетентності у часі як центральної самоактуалізаційної якості особистості, здатності уявляти собі майбутнє, розмірковувати над сценаріями майбутніх подій в професійній діяльності.

Матеріали: список питань.

Інструкція учасникам: Подумайте над наступними питаннями, які стосуються вашої навчальної діяльності:

- 1) З якими труднощами та викликами ви змушені рахуватися?
- 2) Які особистісні якості вам заважають у навчанні?

Зробіть прогноз на 2-3 роки чи оберіть інший період прогнозу.

Відповіді на ці запитання ви можете виразити в малюнку чи написати окремими фразами, навести у вигляді таблиць чи оформити іншим способом.

Використовуйте свій творчий потенціал та креативність у відповідях.

Питання для обговорення:

- 1.) З точки зору якої часової перспективи ви працюєте кожен день?
- 2.) Яку часову перспективу ви розглядаєте для планування власного професійного розвитку?

8. Індивідуально-групове завдання: «Навчальна діяльність як ресурс».

Мета: визначення ресурсів самоактуалізації в навчальній діяльності студентів ЗВО. А також визначити існуючі проблеми в навчальній діяльності, які заважають розвиватися мотивації в напрямку особистісного зростання, самоактуалізації.

Інструкція учасникам:

1. Кожен учасник отримує 2 карточки. На одній з них треба написати найбільш важливі переваги, які допомагають організації достойно відповідати новим вимогам часу. На іншій – найбільш суттєві проблеми, які змушують вас замислюватися над майбутнім підприємства (5 хв.).

2. Всі карточки збираються та перемішуються. Потім стопка з картками передається один одному. Кожен з учасників по черзі читає те, що написано на верхній картці та протягом 1 хв. коментує написане.

3. Після цього починається двохвилинна дискусія: кожен може висказати те, що думає з приводу написаного.

4. Далі стопку бере наступний учасник і читає наступну картку і так до останньої.

Питання для обговорення:

Наприкінці, якщо залишилися актуальні питання можна продовжити дискусію.

Необхідно уважно слідувати за часом (кожен має говорити тільки хвилину, дискусія з приводу кожної картки має бути не більше 2 хвилин).

Після опрацювання усіх розділів відбувається рефлексія тренінгу та підведення підсумків.

Після закінчення тренінгу учасникам пропонується відповісти на питання посттренінгового інтерв'ю (див. Додаток А).

Підсумовуючи вищесказане, можемо зробити висновок, що використання

такого методу навчальної роботи, як тренінг, є досить ефективним при підготовці студентів закладу вищої освіти до майбутньої професійної діяльності.

Отже, тренінгові технології розглядаємо як багатофункціональне навчання, засноване на цілеспрямованому, комплексному та відносно тривалому використанні сукупності вправ групової роботи, що спрямовується на отримання кінцевого результату – формування у студентів потреби у самоактуалізації.

Успішність діяльності студентів у процесі використання тренінгових технологій залежить від ефективності дотримання специфічних принципів: створення комунікативно-тренінгового середовища, поведінки учасників тренінгу, організаційних та етичних принципів.

РОЗДІЛ 2

ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА РОБОТА З ФОРМУВАННЯ ПОТРЕБИ У САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ СТУДЕНТІВ ЗАКЛАДУ ВИЩОЇ ОСВІТИ ЗАСОБАМИ ТРЕНІНГОВИХ ТЕХНОЛОГІЙ

2.1. Методика та організація експериментальної роботи

Експериментальна робота з формування потреби у самоактуалізації студентів проводилася у Запорізькому національному університеті. У експерименті брали участь 40 студентів 2-го курсу біологічного факультету, які навчаються на другому курсі за освітніми програмами «Біологія», «Хімія» та «Генетика».

Основними завданнями дослідження були:

- 1) дослідити рівень мотивації самоактуалізації студентів закладу вищої освіти;
- 2) апробувати психолого-педагогічний тренінг формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

Загальні підходи до дослідження та вибору його методів, критерії аналізу отриманих даних були визначені нами відповідно до завдань магістерської роботи, теоретичного обґрунтування проблеми та з урахуванням вимог до організації експериментального дослідження.

Експериментальне дослідження виконано у рамках суб'єктно-розвиваючого та акмеологічного підходів до особистісно-професійного розвитку особистості.

Дослідження складалося з трьох етапів.

I етап дослідження – констатувальний.

Завдання констатувального етапу дослідження полягали у визначенні рівнів особистісної самоактуалізації студентів.

Методами дослідження на цьому етапі виступали: бесіда, методика

«Діагностика потреби в досягненнях» Ю. Орлова (ПД) [56], методика «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» В. Маралова (ПС) [71] та методика «Самоактуалізаційний тест» (САТ) Л. Гозмана, М. Кроза і М. Латинської [19].

II етап дослідження – формувальний.

Формувальний етап дослідження був спрямований на впровадження розробленого нами психолого-педагогічного тренінгу формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

На цьому етапі дослідження 40 студентів біологічного факультету, що навчаються на другому курсі за освітніми програмами «Біологія», «Хімія» та «Генетика» були поділені на дві групи: 20 студентів склали експериментальну групу та 20 студентів – контрольну.

Загалом процедура збору даних на двох етапах була організована наступним чином: по-перше, зі студентами проводилася вступна бесіда для пояснення цілей дослідження та підвищення їхньої мотивації щодо участі в дослідженні. Потім, студентам пропонувалося заповнити опитувальники «Самоактуалізаційний тест» (САТ), «Діагностика потреби в досягненнях» (ПД), та «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» (ПС). Після обробки даних за методиками студентам експериментальної групи пропонувалося взяти участь у психолого-педагогічному тренінгу.

III етап дослідження – контрольний.

На контрольному етапі дослідження, аналізувалися результати впровадження психолого-педагогічного тренінгу та визначалась ефективність даної програми.

Перейдемо до аналізу методів дослідження.

Методика «Діагностика потреби в досягненнях» Ю. Орлова (ПД), використовується для вимірювання потреби в досягненні мети, успіху і в цілому досягнень. Чим вище у людини самооцінка, тим більше він активний і націлений на досягнення. Потреба в досягненні перетворюється в такому випадку в особистісну властивість, установку.

Студентам пропонується ряд тверджень, на які треба відповісти «так» – якщо згоден або «ні» – якщо не згоден. За кожну відповідь, що збігається з ключем ставиться 1 бал, відповіді підсумовуються: 0-6 балів – низька потреба в досягненнях. 7-9 балів – знижена потреба в досягненнях. 10-15 балів – середня потреба в досягненнях. 16-18 балів – підвищена потреба в досягненнях. 19-23 балів – висока потреба в досягненнях.

Методика «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» В. Маралова (ПС). Студентам пропонується відповісти на запитання анкети та поставити бали: 5 балів – дане твердження повністю відповідає дійсності; 4 бали – скоріше відповідає, чим ні; 3 бали – і так, і ні; 2 бали – скоріше не відповідає; 1 бал – не відповідає.

Після відповідей на запитання рахується загальна сума балів. Якщо у студента набралось 55 і більше балів, значить, він активно реалізує свої потреби в саморозвитку; діапазон від 36 до 54 балів свідчить про те, що у нього відсутня сформована система саморозвитку; результат 15 до 35 балів дає підставу вважати, що досліджуваний перебуває в стадії зупиненого саморозвитку.

Для діагностики рівня самоактуалізації студентів закладу вищої освіти було використано «Самоактуалізаційний тест» (САТ) Л. Гозмана, М. Кроза і М. Латинської, який є адаптацією відомого опитувальника особистісних орієнтацій (Personal Orientation Inventory – POI) Е. Шострома.

САТ побудовано за допомогою тих же принципів, що і POI. Він складається з 126 пунктів, кожний з яких включає два судження ціннісного або поведінкового характеру. Судження не обов'язково є строго альтернативними. Респонденту пропонується обрати те з них, яке в більшій мірі відповідає його уявленням або звичному способу поведінки.

САТ вимірює самоактуалізацію за допомогою двох базових та дванадцяти додаткових шкал. Базовими є шкали «Компетентність у часі» та «Підтримка». До додаткових шкал належать такі: «Ціннісні орієнтації», «Гнучкість поведінки», «Сензитивність», «Спонтанність», «Самоповага», «Уявлення про природу людини», «Самоприйняття», «Сінергія», «Прийняття агресії»,

«Контактність», «Пізнавальні потреби», «Креативність».

Базова шкала «Компетентність у часі» відображає здатність суб'єкта жити «сьогоденням», тобто переживати дійсний момент свого життя у всій його повноті, а не просто як фатальний наслідок минулого чи підготовку до майбутнього «дійсного життя»; по-друге, відчувати нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним.

За базовою шкалою «Підтримка», яка вимірює ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від впливу ззовні («внутрішня-зовнішня підтримка»).

Що стосується 12 додаткових шкал, то на відміну від базових, що вимірюють глобальні характеристики самоактуалізації, додаткові шкали орієнтовані на реєстрацію окремих її аспектів.

Шкала «Ціннісні орієнтації» вимірює, якою мірою людина поділяє цінності, характерні для особистості, яка самоактуалізується. Шкала «Гнучкість поведінки» діагностує ступінь гнучкості суб'єкта в реалізації своїх цінностей у взаємодії з оточуючими людьми, здатність швидко й адекватно реагувати на ситуацію, що змінюється. Шкали «Ціннісні орієнтації» і «Гнучкість поведінки», доповнюючи одна одну, відображають «блок цінностей». Перша шкала характеризує самі цінності, друга – особливості їхньої реалізації в поведінці.

Шкала «Сензитивність» визначає, якою мірою людина усвідомлює свої потреби і почуття, наскільки добре відчуває і рефлексує їх. Шкала «Спонтанність» вимірює здатність індивіда спонтанно і безпосередньо виражати свої почуття. Шкали «Сензитивність» і «Спонтанність» разом відображають «блок почуттів». Перша визначає те, наскільки людина усвідомлює власні почуття, друга – якою мірою почуття проявляються в поведінці.

Шкала «Самоповага» діагностує здатність суб'єкта цінувати свої достоїнства, позитивні властивості характеру, поважати себе за них. Шкала «Самоприйняття» реєструє ступінь прийняття людиною себе такою, як вона є, незалежно від оцінки своїх переваг і недоліків, можливо, всупереч останнім.

Шкали «Самоповага» і «Самоприйняття» складають «блок самосприйняття».

Шкала «Уявлення про природу людини» діагностує схильність суб'єкта сприймати природу людини в цілому як позитивну (люди в масі своєї скоріше добрі) та нездоланну. Шкала «Синергія» визначає здатність людини до цілісного сприйняття світу і людей, до розуміння зв'язку таких протилежностей як гра і робота, тілесне і духовне й ін. Шкали «Уявлення про природу людини» і «Синергія» дуже близькі за змістом, їх, як вважають автори САТ, краще аналізувати спільно. Разом ці шкали відображають «блок концепції людини».

Шкала «Прийняття агресії» діагностує здатність індивіда приймати своє роздратування, гнів і агресивність як природний прояв людської природи. Звичайно ж, мова не йде про виправдання своєї антисоціальної поведінки. Шкала «Контактність» характеризує здатність людини до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно-насичених контактів з людьми, або використовуючи ставшу звичною у вітчизняній соціальній психології термінологію, здатність людини до суб'єкт-суб'єктного спілкування. Разом шкали «Прийняття агресії» і «Контактність» складають «блок міжособистісної чутливості».

Шкала «Пізнавальні потреби» визначає ступінь вираженості у суб'єкта прагнення до придбання знань про навколишній світ, прагнення розширювати та поглиблювати свої знання. Також ця шкала визначає рівень пізнавальної активності людини. Шкала «Креативність» характеризує виразність творчої спрямованості особистості, її творчий потенціал, дивергентність мислення, нестандартність підходу до вирішення життєвих проблем та завдань. Шкали «Пізнавальні потреби» і «Креативність» складають «блок ставлення до пізнання».

Система аналізу результатів, отриманих за допомогою опитувальника «Самоактуалізаційний тест» (САТ), базується на визначенні загального рівня самоактуалізації особистості та визначенні рівнів самоактуалізації за кожною із шкал. Отримані бали переводяться в стандартні.

Проаналізуємо завдання, особливості, методи та принципи побудови

психолого-педагогічного тренінгу.

Розробка тренінгової програми здійснювалася на підставі існуючих теоретико-методологічних основ дослідження проблеми.

У розробці психолого-педагогічного тренінгу ми спиралися на роботи А. Гуревич, Л. Карамушки, М. Малигіної, О. Сідоренко, К. Фопеля, Л. Шнейдера та інші роботи в цьому напрямку.

Треба також відзначити, що програмно-цільова спрямованість психолого-педагогічного тренінгу розуміється нами як орієнтованість тренінгу як технології навчання та підготовки професійних кадрів на відтворення цілісного феномену самоактуалізації особистості студентів.

Зупинимося на аналізі специфіки психолого-педагогічного тренінгу.

З нашої точки зору, психолого-педагогічний тренінг є методом групової психологічної роботи зі студентами закладу вищої освіти, який передбачає моделювання ситуацій, адекватних тим, що виникають в процесі реальної навчальної та майбутньої професійної діяльності студентів і не можуть бути вирішені на основі стандартних технологій роботи, а також активне включення учасників тренінгу в аналіз та розв'язання цих ситуацій.

Тренінгову програму було побудовано згідно наступним принципам групової роботи, визначеними в науковій літературі:

- занурення в комплексний досвід, яке передбачає всебічність та змістовність аналізу проблеми;
- актуалізація внутрішньої мотивації: визначення актуальних індивідуальних мотивів діяльності учасників;
- особистісна орієнтованість: спрямованість тренінгової роботи на індивідуальні потреби та інтереси учасників;
- систематична рефлексивна спрямованість: присвоєння набутому досвіду статусу «власного»;
- проблемність: робота з актуальними, важливими питаннями, які не мають єдиного вірного рішення;
- активна творча взаємодія учасників тренінгового процесу: креативність

постановки та командність вирішення завдань.

Звернемося до аналізу основних методичних складових психолого-педагогічного тренінгу, які представлені системою методів та методичних прийомів.

Для здійснення мети та завдань цього етапу магістерської роботи в якості методів нами були обрані інтерактивні та проєктивні техніки групової психологічної роботи. В якості методичного прийому – елементи тренінгу сензитивності, які спрямовані на підвищення рівня рефлексії учасників, також для тренування навичок саморозуміння, міжособистісної чуттєвості та емпатії до об'єктів інтраперсонального поля особистості студентів.

Звернемося до аналізу інтерактивних та проєктивних технік психолого-педагогічного тренінгу.

Як відзначає Л. Карамушка, інтерактивні техніки відіграють значну роль у підготовці студентів у різних напрямках їхньої навчальної діяльності. Авторка визначає інтерактивні техніки як ті, що забезпечують активну взаємодію студентів у процесі навчання та поділяє їх на дві групи: організаційно-спрямовуючі та змістовно-сміслові [47].

В свою чергу проєктивні техніки дозволяють виявляти проблеми та переживання, що важко вербалізуються учасниками, «працюють» з підсвідомою частиною особистості учасників тренінгу.

В розробленій тренінговій програмі формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти були використані наступні інтерактивні техніки:

- 1) груповий «мозковий штурм»: генерування якомога більшої кількості ідей стосовно тих чи інших проблем пов'язаних з потребою у самоактуалізації;
- 2) заповнення робочих листків: відповіді на окремі запитання, які базуються на рефлексії учасників стосовно проблеми та спрямовані на актуалізацію та аналіз основних понять, що використовуються в тренінговій програмі;
- 3) дискусії з «відкритим кінцем»: вияв різноманітних, іноді протилежних,

поглядів студентів на проблеми самоактуалізації, формування толерантних установок до альтернативних позицій учасників;

4) рольові ігри: інтерактивна техніка, яка передбачає програвання різних проблемних ситуацій учасниками тренінгу та наявність рольової структури;

5) робота в малих групах: розподіл учасників при виконанні тих чи інших тренінгових вправ на малі групи (3-5 осіб) чи пари, що дає можливість в навчальних умовах оволодіти прийомами спільної роботи, підвищити активність учасників.

Серед проєктивних технік використовувалися наступні:

1) психомалюнок: невербальна техніка, що як метод є проєктивним малюнком. Надає можливість учасникам виразити себе на довербальному рівні. Сприяє виявленню та розумінню проблем та переживань, що важко вербалізуються [45];

2) метод незакінчених речень: складається з декількох незакінчених речень, які учасники повинні закінчити якомога скоріше тим, що першим спадає їм на думку [5].

Також в психолого-педагогічному тренінгу використовувалися міні-лекції – це метод стислого викладення інформації, який застосовується тренером як засіб надання нового матеріалу учасникам тренінгу [53].

Ефективність тренінгу визначалась кількісними та якісними показниками.

До кількісного показника відносилася початкова та заключна діагностика рівня потреби у самоактуалізації особистості. Початкова діагностика проводилася перед проведенням тренінгу, заключна – після закінчення роботи тренінгової групи.

До якісного показника відносилися результати роботи з окремими вправами тренінгу та розроблене посттренінгове інтерв'ю з учасниками тренінгу. Посттренінгове інтерв'ю розроблялося на основі технологій посттренінгового супроводу учасників тренінгу, які представлені в науковій літературі.

2.2. Рівні розвитку потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти

Проаналізуємо рівні розвитку потреби у самоактуалізації студентів, визначимо її специфіку, представимо основні тенденції в формуванні потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти.

За результатами методики «Діагностика потреби в досягненнях» було встановлено, що потреба в досягненнях у половини студентів (50,0%) перебуває на середньому рівні (10-15 балів). Це означає, що майбутні фахівці прагнуть перевершити вже досягнутий рівень, реалізувати себе, задовольнити свої бажання. Мають тенденцію до поліпшення результатів, переживання успіху в будь-якій (значній і незначній) діяльності. Студенти схильні захоплюватися роботою, наполегливі у досягненні своїх цілей. Готові прийняти допомогу і допомагати іншим при вирішенні складних завдань, щоб разом відчувати радість успіху. Висока потреба в досягненнях (19-23 бали) встановлена у 2,5%, а підвищена потреба (16-18 балів) виявлена у 17,5% студентів. Низької потреби не виявлено у жодного студента, проте у 30,0% спостерігається занижена потреба (7-9 балів), що потребує відповідного коригування (рисунок 2.1.).

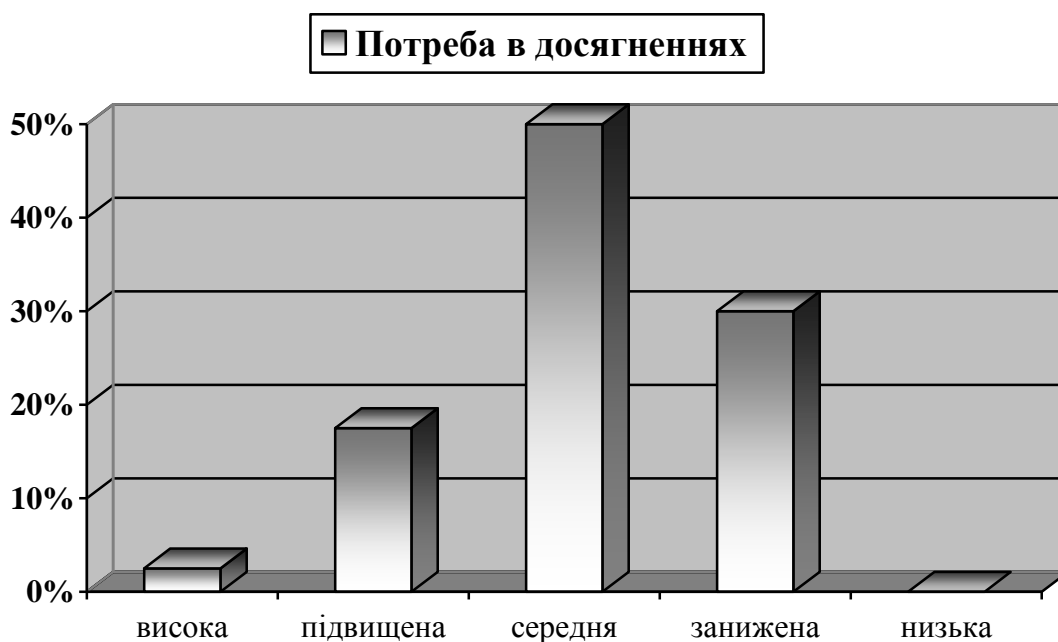


Рис. 2.1. Результати методики «Діагностика потреби в досягненнях»

Готовність до саморозвитку як властивість особистості студентів закладу вищої освіти досліджувалася за допомогою методики «Діагностики реалізації потреб у саморозвитку» (ПС). Результати засвідчили, що майже половина (45,0%) студентів вагаються, тому відповіли «і так, і ні»; 12,5% респондентів зреагували негативно на твердження «Перешкоди, що виникають, стимулюють мою активність», «Я шукаю зворотний зв'язок, так як це допомагає мені дізнатися і оцінити себе», «Я аналізую свої почуття і досвід», «Я багато читаю», «Я широко дискутую з питань, які мене цікавлять», «Я вірю в свої можливості» тощо. Лише 15,0% досліджуваних набрали 55 балів і вище та відповіли ствердно на висловлювання «Я прагну вивчати себе», «Я залишаю час для розвитку себе, як би не був зайнятий справами», «Я рефлексую свою діяльність, виділяючи для цього спеціальний час», «Я керую своїм професійним розвитком і отримую позитивні результати» та інші. Результат 55 балів і вище відображає активний розвиток досліджуваних студентів, їх прагнення збагатити свої знання шляхом самостійних занять; вміння самостійно орієнтуватися в бурхливому потоці наукової інформації. Студент під час навчальної діяльності, може самоактуалізуватися, досягнувши результатів, безпосередньо пов'язаних з отриманням знань і навичок, підвищенням свого творчого потенціалу і напрацювання перших професійних компетенцій.

Отримані результати свідчать про необхідність розвитку у студентів закладу вищої освіти потреби в досягненні мети, цілей стосовно професійного саморозвитку.

Наступним кроком був аналіз результатів отриманих за методикою «Самоактуалізаційний тест» (САТ)

Спершу розглянемо загальний рівень потреби у особистісної самоактуалізації студентів закладу вищої освіти та її рівні за базовими шкалами САТ (див. таблицю 2.1).

Зазначимо, що у відповідності з методикою, загальний рівень самоактуалізації було визначено як: 1) низький; 2) нижчий за середній; 3) середній; 4) вищий за середній; 4) високий.

Таблиця 2.1

Загальний рівень потреби у особистісної самоактуалізації студентів ЗВО та її рівні за базовими шкалами САТ

Шкала \ Рівні	Низький	Нижчий за середній	Середній	Вищий за середній	Високий
Загальний рівень самоактуалізації	-	20,0%	57,5%	20,0%	2,5%
Компетентність у часі	15%	37,5%	32,5%	15,0%	-
Підтримка	-	10,0%	55,0%	30,0%	5,0%

Як видно із таблиці 2.1, більшість опитаних нами студентів мають середній (57,5%) рівень мотивації самоактуалізації. Слід підкреслити, що жоден студент не має низького рівня мотивації самоактуалізації. Разом з тим, лише 2,5% опитаних студентів мають високий рівень потреби у самоактуалізації. Отже, більшість студентів ЗВО потребують певної психологічної допомоги, спрямованої на підвищення рівня потреби у самоактуалізації.

Далі проаналізуємо результати опитування студентів, отримані за базовими шкалам «Компетентність у часі» та «Підтримка».

За базовою шкалою «Компетентність у часі», яка дозволяє виявити здатність особистості відчувати нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, тобто бачити своє життя цілісним, були отримані наступні результати. Низький рівень «компетентності у часі» продемонстрували 15,0% студентів, які або, скоріше всього, живуть минулим, мають почуття провини за скоєні вчинки, або живуть майбутнім, будують недосяжні плани, сподівання, ставлять нереальні цілі у житті. Нижчий за середній рівень «компетентності у часі» був виявлений у 37,5%; середній рівень зафіксовано у 32,5% студентів. І лише у 15,0% студентів виявлено рівень вищий за середній. Представники останнього рівня меншою мірою обтяжені почуттям провини, жалю, образи. Їхні сподівання розумно пов'язані з діючими в теперішньому часі цілями, вони не ставлять перед собою ідеалістичних цілей, котрих не зможуть досягнути.

Отже, можна говорити про те, що тут спостерігається дещо складніша ситуація, порівняно із загальним рівнем потреби у особистісної самоактуалізації – за цією шкалою зафіксовано наявність опитаних із низьким рівнем мотивації самоактуалізації (15,0%) та виявлено практично вдвічі більше опитаних із рівнем мотивації самоактуалізації нижчим за середній (37,5% проти 20,0%) і вдвічі менше осіб із середнім рівнем мотивації самоактуалізації (32,5% проти 57,5%) та немає студентів із високим рівнем компетентності у часі.

Важливо відмітити, що у студентів, які мають рівень мотивації самоактуалізації за шкалою «Компетентність у часі» середній та вищий за середній, навчальні та майбутні професійні цілі більшою мірою пов'язані з поточною діяльністю, а минулий життєвий та навчальний досвід має значний вплив на поведінку.

За базовою шкалою «Підтримка», яка вимірює ступінь незалежності цінностей і поведінки суб'єкта від впливу ззовні («внутрішня-зовнішня підтримка»), 10,0% студентів мають рівень мотивації самоактуалізації нижчий за середній (вони демонструють високий ступінь залежності, конформності, несамостійності); 55,0% мають середній рівень; 30,0% студентів – рівень вищий за середній. І лише 5,0% студентів мають високий рівень. Отже, в середньому, близько третини учасників дослідження демонструють відносну незалежність у своїх вчинках, прагнуть керуватися у житті власними цілями, переконаннями, установками і принципами. Це, слід підкреслити, однак, не означає ворожості до навколишнього і конфронтації з груповими нормами, а більше свідчить про високий рівень особистісної зрілості студентів. Вони керуються у житті в основному інтеріоризованими принципами та мотивацією, вільні у виборі та не конформні. Для цих студентів важлива, в першу чергу, «внутрішня» підтримка їхньої діяльності та вчинків, а потім вже «зовнішня».

Наголосимо, що для студентів закладу вищої освіти високий рівень потреби у самоактуалізації за шкалою «Підтримка» важливий, оскільки майбутня професійна діяльність вимагає відносної самостійності у вчинках, а не постійного очікування схвалення «ззовні». Також високий рівень

«внутрішньої» підтримки дозволяє особистості творче підходити до виконання своїх обов'язків та критично й осмислено реалізовувати поставлені перед нею завдання.

Отже, результати опитування студентів за двома базовими шкалами потреби у самоактуалізації особистості демонструють в цілому позитивний характер цього процесу у студентів закладу вищої освіти та визначають перспективність подальшого його підвищення. Разом з тим, дослідження зафіксувало наявність певних резервів у розвитку потреби у самоактуалізації студентів, оскільки рівень потреби у самоактуалізації вищий за середній та високий рівень виявлено у досить незначній частині досліджуваних. При цьому показники рівня потреби у самоактуалізації за шкалою «Компетентність у часі» значно нижчі, ніж показники загального рівня потреби у самоактуалізації та показники, отримані за шкалою «Підтримка».

Далі проаналізуємо дані, отримані за допомогою дванадцяти додаткових шкал опитувальника «Самоактуалізаційний тест». Вони, на відміну від базових, що вимірюють глобальні характеристики самоактуалізації особистості, орієнтовані на визначення окремих її аспектів. За ними були отримані наступні результати, які відображені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Рівні окремих складових потреби у самоактуалізації студентів ЗВО
(за додатковими шкалами САТ)

Додаткові шкали	Рівні	Низький	Нижчий за середній	Середній	Вищий за середній	Високий
Блок цінностей						
1. Ціннісні орієнтації	-	12,5%	52,5%	32,5%	2,5%	-
2. Гнучкість поведінки	20,0%	35,0%	42,5%	2,5%	-	-
Блок почуттів						
3. Сензитивність	15,0%	40,0%	37,5%	5,0%	2,5%	-
4. Спонтанність	20,0%	32,5%	40,0%	7,5%	-	-

Продовження таблиці 2.2

Додаткові шкали \ Рівні	Низький	Нижчий за середній	Середній	Вищий за середній	Високий
Блок самосприйняття					
5. Самоповага	7,5%	30,0%	35,0%	22,5%	5,0%
6. Самоприйняття	15,0%	42,5%	37,5%	5,0%	-
Блок концепції людини					
7. Уявлення про природу людини	2,5%	25,0%	32,5%	35,0%	5,0%
8. Сінергія	7,5%	25,0%	30,0%	37,5%	-
Блок міжособистісної чутливості					
9. Прийняття агресії	12,5%	27,5%	50,0%	7,5%	2,5%
10. Контактність	7,5%	37,5%	45,0%	10,0%	-
Блок ставлення до пізнання					
11. Пізнавальні потреби	17,5%	40,0%	32,5%	7,5%	2,5%
12. Креативність	17,5%	27,5%	45,0%	10,0%	-

Шкала «Ціннісні орієнтації» вимірює, якою мірою людина поділяє цінності, властиві особистості, яка самоактуалізується. З результатів можна зробити висновок, що більшість опитаних студентів поділяють цінності особистості, що самоактуалізується. Так, число студентів, які мають рівень потреби у самоактуалізації за цією шкалою вищий за середній, склало 32,5%; таких, що зовсім не поділяють цих цінностей, не має серед досліджуваних нами студентів.

За шкалою «Гнучкість поведінки» у переважній більшості студентів, як видно з таблиці, рівень нижчий за середній (35,0%) та середній (42,5%). За цією шкалою 20,0% опитаних студентів мають низький рівень – це один з найбільших показників по низькому рівню. На наш погляд, отриманий показник є одним з проблемних, тих, що заважають студентам на шляху

особистісного та професійного зростання. Адже низький рівень гнучкості поведінки сприяє появі догматизму, жорсткого дотримання загальних принципів, що в майбутній професійній діяльності може призвести до проблем у міжособистісних стосунках в колективі.

Нагадаємо, що шкали «Ціннісні орієнтації» і «Гнучкість поведінки», доповнюючи одна одну, створюють «блок цінностей». Згідно отриманих результатів, можна зробити висновок про те, що опитані студенти поділяють цінності особистості, що самоактуалізується, але не готові або не мають можливостей дотримуватись цих цінностей у взаємодії з іншими людьми, з соціумом в цілому.

Наступна шкала «Сензитивність» визначає, якою мірою людина усвідомлює свої потреби і почуття, наскільки добре відчуває і рефлексує їх. У більшості студентів рівень сензитивності середній (37,5%) та нижчий за середній (40,0%). Разом з тим, звертає на себе увагу той факт, що 15,0% опитаних студентів, приблизно шоста частина, мають низький рівень потреби у самоактуалізації за цією шкалою.

Шкала «Спонтанність» вимірює здатність індивіда спонтанно і безпосередньо виражати свої почуття. Лише 7,5% студентів мають рівень вищий за середній, що не означає відсутності у них здатності до продуманих, цілеспрямованих дій, а лише свідчить про можливість іншого, не розрахованого заздалегідь способу поведінки, про те, що суб'єкт не боїться поводитися природньо, демонструвати навколишнім свої емоції. У більшості ж опитаних студентів рівень спонтанності середній та нижчий за середній. Низький рівень спонтанності виявлено у 20,0% студентів. Слід наголосити, що це також найбільший показник, отриманий за додатковими шкалами самоактуалізації наряду із показниками за шкалою «Гнучкість поведінки». Загально низький рівень по цій шкалі також є перешкодою у напрямку особистісного зростання студентів. Такі показники рівня спонтанності можуть бути частково обумовлені, на наш погляд, саме специфікою навчального процесу у вищій школі, оскільки студенти не мають можливості бути занадто спонтанними в

процесі навчання. Разом з тим, вони свідчать, на наш погляд, про певні проблеми в м потреби у самоактуалізації студентів.

Зазначимо, що шкали «Сензитивність» і «Спонтанність» складають «блок почуттів». Перша визначає те, наскільки людина усвідомлює власні почуття, друга – якою мірою вони проявляються в поведінці. Згідно отриманим результатам, рівень за цими компонентами є невисоким та перешкоджає досягненню загального високого рівня потреби у самоактуалізації особистості студентів. Отже цей блок потребує особливої уваги, яку необхідно приділити розвитку спонтанності та чуттєвості студентів в процесі розробки тренінгових програм спрямованих на підвищення рівня потреби у самоактуалізації особистості студентів.

Наступні шкали «Самоповага» і «Самоприйняття» складають блок самосприйняття.

Результати за шкалою «Самоповага» демонструють досить високий рівень здатності студентів цінувати свої переваги, позитивні властивості характеру, поважати себе за них. Так, рівень вищий за середній виявлено у 22,5% студентів, високий – у 5,0% респондентів. Низький рівень самоповаги визначено лише у 7,5% студентів.

У той же ж час, показники по шкалі «Самоприйняття» дещо нижчі (рівень потреби у самоактуалізації по цій шкалі у більшості студентів нижчий за середній (42,5%) та середній (37,5%). Низький рівень потреби у самоактуалізації за цим показником зафіксовано у 15,0% досліджуваних студентів. Тобто ступінь прийняття студентів себе такими, як вони є, незалежно від оцінки своїх достоїнств і недоліків, можливо, всупереч останнім, є не досить високим. З одного боку, позитивним в показниках по цій шкалі є те, що студентів демонструють загальне прагнення до самовдосконалення, особистісного зростання, адже якщо людина собою занадто задоволена, то бажання змінюватися на краще, самоактуалізовуватися в неї зменшується. Про це зазначали А. Маслоу та Е. Шостром, які стверджували, що досягти самоприйняття важче ніж самоповаги [40; 79]. Разом з тим, досить низькі

результати потреби у самоактуалізації, отримані за цим показником, свідчать, на наш погляд, про необхідність проведення зі студентами спеціальної роботи, спрямованої на підвищення самосприйняття.

Наступними розглянемо рівні потреби у самоактуалізації за шкалами «Уявлення про природу людини» та «Синергія»

За шкалою «Уявлення про природу людини» у більшості студентів виявлений рівень вищий за середній (35,0%) та середній (32,5%). 5,0% опитаних студентів також досягли високого рівня по цій шкалі, що свідчить про схильність цих студентів сприймати природу людини в цілому як позитивну. На низькому рівні знаходиться лише 2,5% студентів. Слід підкреслити, що по високому рівню мотивації самоактуалізації за додатковими шкалами це найвищий показник.

За шкалою «Синергія», що визначає здатність людини до цілісного сприйняття світу і людей, до розуміння зв'язаності протилежностей, таких як гра і робота, тілесне і духовне й інше, у більшості респондентів також зафіксовано рівень вищий за середній (37,5%) та середній (30,0%). Це свідчить, в цілому, про те, що загалом опитані респонденти здатні до цілісного сприйняття особистості як своєї, так і інших та навколишнього середовища. Рівень нижчий за середній виявлено у 25,0% студентів, а низький рівень у 7,5%. Високий рівень за шкалою «Синергія» у студентів не виявлено.

Враховуючи те, що шкали «Уявлення про природу людини» і «Синергія» разом утворюють «блок концепції людини», можна в цілому зробити висновок про те, що більшість студентів демонструють позитивну спрямованість їхньої концепції людського буття.

Наступні шкали «Прийняття агресії» і «Контактність» складають «блок міжособистісної чутливості».

Як видно із таблиці 2.2, показники за шкалою «Прийняття агресії» свідчать про середній рівень (50,0%) здатності респондентів приймати своє роздратування, гнів і агресивність як природний прояв людської природи. Вони розуміють, що агресивність та гнів притаманні природі людини та можуть

проявлятися у міжособистісних контактах. В навчальній та майбутній професійній діяльності прийняття як своєї агресії, так і агресивних проявів інших, є досить важливим, адже така позиція допомагає налагоджувати спілкування з колегами, співробітниками та іншими людьми, конструктивно вирішувати конфліктні ситуації, які неминуче виникають в діяльності будь-якого колективу. Разом з тим, слід зазначити, що досить значна кількість опитаних респондентів (12,5%) мають низький рівень потреби у самоактуалізації за цим показником та рівень нижчий за середній – 27,5%, що в цілому складає 40,0%.

За шкалою «Контактність» спостерігаються наступні результати. Майже половина респондентів (45,0%) показали середній рівень здатності до швидкого встановлення глибоких і тісних емоційно-наповнених контактів з людьми. На наш погляд, для студентів контактність є досить важливою якістю, оскільки допомагає у виконанні деяких професійних функцій, а саме: комунікація, об'єднання людей, створення сприятливого психологічного клімату, мотивація та ін. Але, разом з тим, 45,0% респондентів, тобто майже половина, мають рівень нижчий за середній (37,5%) та низький рівень (7,5%) за цією шкалою, що свідчить про певні труднощі у спілкуванні та у виконанні вищезазначених функцій. Хоча, порівняно з даними, що стосуються шкали «Прийняття агресії», низький рівень потреби у самоактуалізації спостерігається майже вдвічі менше, що свідчить про те, що проблеми сприйняття агресивності є дещо складнішими, ніж просто прояви контактності з людьми. Як нам здається, це потребує особливої уваги в процесі підготовки та консультування студентів закладу вищої освіти з приводу підвищення рівня потреби у самоактуалізації.

Наступні шкали «Пізнавальні потреби» і «Креативність» складають «блок ставлення до пізнання». Як свідчать дані, наведені у таблиці, за шкалою «Пізнавальні потреби», яка стосується прагнень особистістю знань про навколишній світ, значний відсоток (40,0%) опитаних студентів мають рівень нижчий за середній, а 17,5% мають низький рівень потреби у самоактуалізації. Це є одним з найнижчих показників потреби у самоактуалізації за додатковими

шкалами після шкал «Гнучкість поведінки» та «Спонтанність». На високому рівні знаходиться лише 2,5% досліджуваних. Разом з тим, слід зазначити, що відсутність пізнавальних потреб, потреби удосконалити свій професійний рівень за допомогою нових знань – це один з кроків у напрямку депрофесіоналізації та професійної стагнації особистості. Тому для досягнення вищого рівня потреби у самоактуалізації студентів необхідно, на наш погляд, розвивати в собі прагнення до пізнання у професійній сфері.

За шкалою «Креативність» у більшості опитаних студентів прояв творчої спрямованості особистості знаходиться на середньому рівні (45,0%), рівні нижчим за середній (27,5%) та низькому рівні (17,5%). З одного боку, такі показники креативності не вважаються дослідниками занадто низькими, адже креативність та творча спрямованість притаманна невеликій кількості людей. З іншого боку, в сучасних умовах діяльності організацій (швидкий темп діяльності, постійні виникнення нових завдань, необхідність впровадження інноваційних підходів тощо) креативне ставлення до виконання професійних завдань персоналом, є необхідною умовою забезпечення ефективної діяльності та досягнення нею конкурентноздатності.

В цілому, за показниками двох останніх шкал можна зробити висновок, що студенти закладу вищої освіти мають достатньо низьку мотивацію до пізнання та здебільшого не прагнуть творчого підходу у житті в цілому та у навчальній діяльності зокрема.

Таким чином, як показує аналіз рівнів самоактуалізації студентів закладу вищої освіти, загальний рівень розвитку якостей особистості, що самоактуалізується, в цілому, знаходиться на досить середньому рівні.

На підставі отриманих даних можна, в цілому, визначити такі основні досягнення та недоліки у розвитку потреби у самоактуалізації особистості студентів закладу вищої освіти.

Основними досягненнями в розвитку самоактуалізації студентів закладу вищої освіти є досить висока ступінь незалежності цінностей і поведінки від впливу зовнішнього середовища («внутрішня-зовнішня підтримка»). Це є

одним із найбільш важливих показників для подальшого розвитку процесу самоактуалізації майбутніх спеціалістів та підвищення його рівня. Також з цим показником співвідносяться достатньо високі показники рівня ціннісних орієнтацій та уявлень про природу людини. Такі данні свідчать про наявність хорошої основи розвитку самоактуалізації майбутніх спеціалістів. Зазначені характеристики можуть складати основу для підвищення рівня потреби у самоактуалізації та знаходити позитивний розвиток у спеціальних тренінгових програмах.

До основних недоліків у розвитку потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти відносяться деякі проблеми у розвитку якостей особистості, що самоактуалізується:

- відсутність достатньої гнучкості поведінки та низький рівень самосприйняття;
- недостатня сензитивність та спонтанність;
- низький рівень розвитку потреби у пізнанні та креативності.

Зазначені недоліки у розвитку потреби у самоактуалізації можуть негативно відобразитися на розвитку самоактуалізації майбутніх спеціалістів та на організації професійної діяльності в цілому, тому потребують спеціальної уваги та вдосконалення.

В цілому, можна зробити висновок, що існують певні позитивні тенденції в розумінні студентами закладу вищої освіти сутності та розвитку особистісної самоактуалізації та самоактуалізації в майбутній професійній діяльності. Разом з тим, проведене дослідження виявило ряд проблем у формуванні потреби у самоактуалізації студентів, що свідчить про необхідність впровадження спеціальної тренінгової програми, спрямованої на підвищення рівня потреби у самоактуалізації.

Отже, розглянемо результати експериментального впровадження тренінгової програми з формування потреби у самоактуалізації у студентів закладу вищої освіти.

2.3. Аналіз результатів експериментального впровадження тренінгових технологій

Впровадження тренінгу відбувалося в Запорізькому національному університеті на біологічному факультеті. Тренінг проводився лише зі студентами експериментальної групи (20 студентів).

Як вже зазначалося, аналіз результатів впровадження психолого-педагогічного тренінгу формування потреби у самоактуалізації студентів ЗВО було здійснено на основі кількісних та якісних показників, які представлені у підрозділі 2.1.

Для оцінки ефективності психолого-педагогічного тренінгу формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти застосовувалися такі показники:

- а) кількісні (вимірювання рівня сформованості потреби у самоактуалізації студентів);
- 2) якісні (аналіз виконання окремих вправ тренінгової програми та інтерв'ю з учасниками тренінгу).

Для проведення формувального етапу дослідження студентів було поділено на дві групи: контрольну та експериментальну по 20 у кожній групі.

Спочатку проаналізуємо результати впровадження психолого-педагогічного тренінгу за кількісним показником.

Було проведено початкову та заключну діагностику рівня сформованості потреби у самоактуалізації особистості у контрольній та експериментальній групах. В якості результатів початкової діагностики були використані данні констатувального етапу дослідження, а саме – показники за методикою «Діагностика потреби в досягненнях» (ПД) Ю. Орлова, методикою «Діагностика реалізації потреб у саморозвитку» (ПС) В. Маралова та методикою «Самоактуалізаційний тест» (САТ) студентів, які брали участь у тренінгу. Заключна діагностика проводилася після закінчення роботи тренінгової групи через 10 днів.

Обробка результатів показала, що загальний рівень сформованості потреби у самоактуалізації студентів контрольної групи залишився майже на тому ж рівні. В експериментальній групі цей рівень значно підвищився (див. таблицю 2.3).

Таблиця 2.3

Результати дослідження рівня сформованості потреби у самоактуалізації студентів у експериментальній та контрольній групах

Рівень	Експериментальна група		Контрольна група	
	Перший зріз	Другий зріз	Перший зріз	Другий зріз
Нижчий за середній	25,0%	5,0%	20,0%	15,0%
Середній	55,0%	60,0%	55,0%	60,0%
Вищий за середній	20,0%	35,0%	25,0%	25,0%

Отже, результати експериментальної групи підтверджують ефективність впровадження тренінгової програми з формування потреби у самоактуалізації студентів ЗВО, оскільки кількість студентів, що мають рівень нижчий за середній знизився з 25,0% до 5,0%, а кількість тих, хто має рівень вищий за середній збільшилася з 20,0% до 35,0%. Суттєвих змін у рівні сформованості потреби у самоактуалізації учасників контрольної групи не відбулося.

Треба також додати, що жоден студент як експериментальної, так і контрольної групи не мають ані низького, ані високого рівня сформованості потреби у самоактуалізації.

Але треба зазначити, що такий результат потребує подальшої підтримки у вигляді тренінгів або інших психолого-педагогічних технологій, оскільки самоактуалізація є сензитивним феноменом, який необхідно постійно підтримувати у розвитку.

Перейдемо до аналізу результатів впровадження психолого-педагогічного тренінгу формування потреби у самоактуалізації студентів ЗВО за якісними

показниками.

Проаналізуємо результати власне психолого-педагогічного тренінгу. Для аналізу нами у кожному розділі були обрані найбільш ілюстративні вправи, на прикладі яких можна відстежити результативність тренінгової роботи.

Почнемо з першого розділу, який присвячений особистісній самоактуалізації.

Ілюстративними в цьому розділі були такі вправи як індивідуально-групове завдання «Позитивне Я» та робота в парах «Ринок якостей».

Загальний аналіз даного розділу показав, що для студентів дуже важливо самоактуалізуватися у житті, у професійній діяльності. Більшість з них вважає самоактуалізацію достатньо важливою, як особистісну, так і професійну.

Для формування позитивного образу Я студентів, підвищення рівня їхнього самоприйняття використовувалася індивідуально-групове завдання «Позитивне Я».

Учасники відмітили, що ця вправа підіймає самооцінку та настрій, але спочатку виконувати її було важко: студенти виявилися достатньо вимогливими до себе та оцінки своєї навчальної діяльності, тому їм легше було говорити про свої недоліки, ніж про позитивні якості.

Цікавою виявилася робота в парах під назвою «Ринок якостей», яка показала, що учасникам вдається використовувати навички позитивної оцінки якостей та обставин життя особистості та бачити в них ресурс для майбутньої професійної самоактуалізації. Для всіх якостей та обставин, які заважають студентам вдалося знайти варіанти позитивного використання цих якостей та обставин. Учасники позитивно оцінили обмін якостями, зазначивши, що негативні якості можливо прийняти, коли знаєш, як їх можна позитивно використати.

Таким чином, перший розділ психолого-педагогічного тренінгу допоміг сформуванню у студентів уявлення про процес самоактуалізації особистості, сприяти розвитку навичок позитивної оцінки власного потенціалу, визначити шляхів подальшого саморозвитку, самовдосконалення особистості.

Другий розділ психолого-педагогічного тренінгу був присвячений формуванню потреби у самоактуалізації студентів ЗВО в майбутній професійній діяльності.

В аналізі другого розділу представлені такі вправи як індивідуальне завдання: «Закінчить речення», роботи в малих групах «Виставка», групове завдання «Самоактуалізаційні якості особистості».

Актуалізація існуючих уявлень щодо навчальної та майбутньої професійної діяльності на рівні свідомості та підсвідомого за допомогою індивідуального завдання: «Закінчить речення» показав, що для більшості учасників бути студентом – це певне досягнення. Цікавими виявилися також продовження речення «Я – студент і ніколи не дозволю...»: відповіді були двох напрямків: 1) «не дозволю себе ображати (принижати)»; 2) «не дозволю ображати своїх близьких та друзів». Тобто особистісна позиція має «захисні» функції: як стосовно себе, так і близьких та друзів.

Структурування уявлень учасників щодо майбутньої професійної діяльності, її етапів, завдань, складових відбувалося за допомогою роботи в малих групах під назвою «Виставка». Від учасників також вимагалось зробити це креативно та оригінально.

Незважаючи на те, що учасникам пропонувалися різні предмети, якими вони були повинні характеризувати майбутню професійну діяльність, більшість характеристик зосередилися навколо наступних:

- мотивації: матеріальної та нематеріальної, негативної та позитивної (монети, платіжна картка, підстругачка для олівців);
- організаційної роботи, яка пов'язується з плануванням, керівництвом, проблемами та труднощами (шишка, прищепка, пробка);
- активності та енергійності діяльності (батарея, сірники, ложка).

Учасники відзначали, що ця вправа дозволила по-новому поглянути на свої перспективи у професії завдяки цікавим асоціаціям, з якими вона пов'язана.

Визначення важливих для самоактуалізації якостей, здійснювалося за

допомогою групового завдання «Самоактуалізаційні якості особистості». Більшість учасників відмітили, що найважливішими самоактуалізаційними якостями майбутнього спеціаліста-психолога є незалежність, мужність у визнанні себе недосконалим, цілісність особистості та відкритість новому досвіду.

Ця вправа допомогла учасникам усвідомити їхні досягнення у розвитку самоактуалізаційних якостей, завдяки визначенню тих, які вдалося розвинути останнім часом (учасники відмітили, що цей список допоміг більш чітко уявити свої досягнення в особистісно-професійному розвитку за останній період). А також визначити, які ще самоактуалізаційні якості потребують подальшого розвитку. Учасники відзначали, що неможливо та навіть не потрібно розвивати усі самоактуалізаційні якості, краще зосередитися на найголовніших та на тих, що співпадають з системою власних цінностей особистості.

Також студенти мали можливість отримати зворотній зв'язок від своїх колег, що було важливим для налагодження більш тісного контакту між ними та сприяло опосередковано формуванню сприятливого соціально-психологічного клімату та підвищенню рівня згуртованості студентського колективу, хоча це і не було завданнями нашого тренінгу.

У більшості випадків зворотній зв'язок мав позитивний характер, але за допомогою цієї вправи визначилися також існуючі конфлікти цінностей. Наприклад, одна з учасниць (яку за її позицією в тренінговій роботі можна віднести до «проблемного клієнта») отримала дуже низькі оцінки за цією анкетною за такими характеристиками як «мужність у визнанні себе недосконалим» та «прийняття себе як особистості», що викликало в неї обурення, оскільки вона вважала, що вона «не має потреби визнавати себе недосконалою».

Отже, тренінгова робота в другому розділі, допомогла в першу чергу структурувати уявлення про майбутню професійну діяльність психолога, проаналізувати особистісні та навчальні досягнення, визначити нові можливості подолання перешкод на шляху професійного зростання,

формування потреби у самоактуалізації студентів ЗВО.

В частині підведення підсумків учасники давали такий зворотній зв'язок: «тренінг став своєрідним «поштовхом» до того, щоб більше уваги приділяти власному професійному розвитку», «допоміг по-новому поглянути на сутність навчальної та майбутньої професійної діяльності», «усвідомити необхідність не стояти на місці, розвиватися, підвищувати рівень професійної компетентності».

Посттренінгове інтерв'ю (якісний показник), яке складалося з питань щодо організації та змісту психолого-управлінського тренінгу, показало, що загалом у учасників сформувалося позитивне ставлення до проведеної роботи. Було відзначено актуальність та особистісну значущість психолого-педагогічного тренінгу. Учасники відмічали, що їм вдалося реалізувати власні цілі в роботі групи, а саме: налагодити більш тісний зв'язок з колегами, ближче познайомитися один з одним. Для когось це був перший досвід участі у психологічних тренінгах, а отже надав можливість отримати уявлення про роботу психологічних груп (Див. додаток А).

Серед вправ, які учасникам сподобалися найбільше всі відзначили роботу в малих групах «Виставка» за її нестандартність та креативність та рольову гру «Призначення на посаду» за можливість відпрацювати реальну професійну ситуацію та спробувати різні ролі.

До позитивних моментів у роботі групи менеджери віднесли гарну організацію тренінгового процесу, високий рівень активності учасників, високу інформативність та різноманітність виконаних вправ. До негативних – недостатня організованість самих студентів: запізнення, телефонні дзвінки під час роботи тренінгової групи.

Побажання щодо змісту психолого-педагогічного тренінгу стосувалися в основному збільшення кількості творчих завдань (таких як наприклад «Виставка» чи груповий психомалюнок).

Таким чином, кількісний аналіз результатів формувального етапу експерименту, а саме формування потреби у самоактуалізації студентів експериментальної групи, а також якісний аналіз окремих вправ тренінгу та

посттренінгового інтерв'ю, доводить ефективність впровадження психолого-педагогічного тренінгу розвитку самоактуалізації у студентів ЗВО.

Впровадження тренінгу забезпечує реалізацію таких педагогічних умов:

а) формування та систематизація уявлень студентів про процес самоактуалізації особистості;

б) оцінка студентами власних досягнень, можливостей самоактуалізації в майбутній професійній діяльності.

Отже, розроблений нами психолого-педагогічний тренінг формування потреби у самоактуалізації може використовуватися для програм особистісно-професійного розвитку студентів закладів вищої освіти.

ВИСНОВКИ

У роботі здійснено теоретичне обґрунтування та практичне розв'язання проблеми формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти: вивчено зміст самоактуалізації та рівні її розвитку, розкрито особливості формування потреби у самоактуалізації студентів закладу вищої освіти; розглянуто тренінгові технології формування потреби у самоактуалізації; розроблено та апробовано психолого-педагогічний тренінг формування потреби у самоактуалізації студентів закладів вищої освіти.

У сучасній науковій термінології самоактуалізацію визначено як внутрішню активність суб'єкта, метою якої є виявлення потенційних можливостей, цінностей і смислів. Результатом такої активності є становлення людини як суб'єкта власної життєдіяльності. Як істотні ознаки феномену самоактуалізації, як комплекс особистісних властивостей розглядають осмисленість, інтенціональність, процесуальність, результативність.

Самоактуалізація особистості – це цілісний, багатосторонній, багатофакторний процес, в ході якого здійснюється реалізація й подальший розвиток особистісного потенціалу.

Самоактуалізація особистості в навчальній діяльності має свою специфіку, а саме лежить в основі майбутнього професійного розвитку як динамічного і безупинного процесу самопроекування. Професійна самоактуалізація зв'язана з певними цінностями особистості, з вирішенням особистісних протиріч, зі зміною мотиваційної сфери, з появою внутрішньої потреби у формуванні певної професійної стратегії, плануванні кар'єри. Самоактуалізація в навчальній сфері також тісно пов'язана з питаннями соціального призначення, майбутнього професійного зростання, досягнення високого рівня професіоналізму та професійної компетентності. Визначено місце самоактуалізації в навчальній та професійній діяльності особистості на рівні професійного розвитку.

Результати констатувального експерименту показали, що переважна більшість студентів мають недостатній рівень потреби в самоактуалізації. Основними позитивними моментами в розвитку самоактуалізації студентів ЗВО є достатньо високі показники рівня розвитку ціннісних орієнтацій, позитивних уявлень про природу людини, самоповаги та синергії. Основними недоліками виявилися: відсутність достатньої гнучкості поведінки; низький рівень самосприйняття; недостатня сензитивність та спонтанність; низький рівень розвитку пізнавальних потреб.

На етапі впровадження технологій роботи з самоактуалізацією студентів використовувався психолого-педагогічний тренінг, який передбачає моделювання ситуацій, адекватних тим, що виникають в процесі реальної навчальної діяльності студентів і не можуть бути вирішені на основі стандартних технологій роботи, а також активне включення учасників тренінгу в аналіз та розв'язання цих ситуацій.

Програма психолого-педагогічного тренінгу зосереджена навколо особистісної самоактуалізації студентів та самоактуалізації студентів в навчальній та майбутній професійній діяльності.

Аналіз результатів експериментального впровадження тренінгу показав, що розроблена нами тренінгова програма забезпечила реалізацію таких психолого-педагогічних технологій розвитку самоактуалізації студентів закладу вищої освіти: 1) формування та систематизація уявлень про процес самоактуалізації особистості; 2) оцінки власного потенціалу, визначення шляхів подальшого саморозвитку, самовдосконалення особистості; 3) аналіз власних особистісних та навчальних досягнень, визначення резервів подолання перешкод на шляху професійного зростання.

Перспективи подальшого дослідження проблеми вбачаємо у розробці комплексної програми особистісно-професійного розвитку студентів ЗВО, яка включатиме як психолого-педагогічний тренінг, так і психолого-педагогічне консультування студентів закладів вищої освіти.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. Москва : Наука, 1980. 337 с.
2. Адлер А. О невротическом характере. Санкт-Петербург : АСТ, 1997. 388 с.
3. Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды : в 2 т. Москва : Педагогика, 1980. Т. 1. 271 с.
4. Андреева В. М., Григораш В. В. Настільна книга педагога : посібник для тих, хто хоче бути вчителем-майстром. Харків, 2006. 352 с.
5. Андрощук І. В. Тренінг як засіб підготовки майбутніх викладачів до педагогічної взаємодії. *Вісник Черкаського університету. Педагогічні науки*. 2016. № 9. С. 117-121. URL: <http://elar.khnu.km.ua/jspui/bitstream/123456789/5986/1/Стаття%2036.pdf>.
6. Анциферова Л. И. Психология самоактуализирующейся личности в работах Абрахама Маслоу. *Вопросы психологии*. 1973. № 4. С. 173-180.
7. Бех І. Д. Виховання особистості : у 2 кн. Київ : Либідь, 2003. Кн. 2 : Особистісно-орієнтований підхід: когнітивно-практичні засади. 344 с.
8. Бикова В., Ніколова Н. Тренінг – форма інтерактивного навчання. *Освіта. Технікуми, коледжі*. 2010. № 2 (26). С. 38-40.
9. Бодалев А. А. Вершина в развитии взрослого человека: характеристики и условия достижения. Москва : Флинта : Наука, 1998. 168 с.
10. Боднар А. Я., Макаренко Н. Г. Самореалізація творчого потенціалу людини: акмеологічний підхід. *Наукові записки НаУКМА. Педагогічні, психологічні науки та соціальна робота*. 2017. Т. 199. С. 52-58. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/NaUKMApp_2017_199_9.
11. Боднар М. Б. Вплив етнопсихологічних життєвих орієнтацій на самоактуалізацію студентської молоді : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.05. Київ, 2004. 20 с. URL: <https://bib.convdocs.org/v28864/?cc=1>.
12. Вахоцька І. О. Тренінгові технології в освітньому процесі. Сучасні

- тренінгові технології для розвитку особистості : еко-тренінги : матеріали Всеукр. наук.-практ. конф. (м. Умань, 14 трав. 2020 р.). Умань, 2020. С. 9-11. URL: https://nubip.edu.ua/sites/default/files/u279/zbirnik_14.05.2020.pdf.
13. Велихов Е. И., Зинченко В. П., Лекторский В. А. Сознание : опыт междисциплинарного подхода. *Вопросы философии*. 1988. № 11. С. 3-30.
14. Відьменко М. Самоактуалізація особистості в контексті навчання студентської молоді технікуму. *Щастя зараз: психологічні виміри самоактуалізованої особистості* : матеріали міжвуз. наук.-практ. семінару (м. Черкаси, 10-12 лют. 2020 р.). Черкаси, 2020. С. 16-19. URL: <https://chipb.dsns.gov.ua/files/2021/4/9/ТЕЗИ%20СЕМІНАР%20ПСИХОЛОГІЯ.pdf>.
15. Воломеев С. А. Профессия как фактор самореализации личности : автореф. дис. ... канд. филос. наук : 09.00.11. Москва, 1998. 18 с.
16. Галажинский Э. В. Системная детерминация самореализации личности : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. Томск, 2002. 320 с.
17. Гармаш Т. А. Застосування тренінгових технологій у процесі підготовки майбутніх фахівців із логістики до управлінської діяльності. *World science news. Morrisville*. 2018. P. 92-95.
18. Гинзбург М. Р. Личностное самоопределение как психологическая проблема. *Вопросы психологии*. 1988. № 2. С. 19-26.
19. Гозман Л. Я., Кроз М. В., Латинская М. В. Самоактуализационный тест. Москва : РПА, 1995. 24 с.
20. Грись А. М., Максименко М. Ю., Моторна Т. М. Емоційні чинники самоактуалізації як механізми активізації особистісних ресурсів. *Актуальні проблеми психології* 2018. Т. XI, вип. 18. С. 46-64. URL: <http://appsychology.org.ua/data/jrn/v11/i18/5.pdf>.
21. Деркач А., Зазыкин В. Акмеология : учебное пособие. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 256 с.
22. Донченко С., Соколова О. Пошук нових форм методичної роботи. *Освіта. Технікуми, коледжі*. 2009. № 3. С.45-46.
23. Емельянов Ю. Н. Активное социально-психологическое обучение :

- монографія. Ленинград : Изд-во Ленинградского университета, 1985. 166 с.
24. Єремєєва В. М. Індивідуалізація як перспективний спосіб створення технологічних систем професійно-педагогічної підготовки майбутнього вчителя. *Професійна педагогічна освіта: системні дослідження* : монографія / за ред. О. А. Дубасенюк. Житомир : Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. С. 210-230.
25. Закономірності становлення професійної зрілості педагога: формування професійної компетентності : навч.-метод. посіб. / за ред. І. І. Бойко. Житомир : Полісся, 2018. 120 с.
26. Зобов Р. А., Келасьев В. Н. Самореализация человека: введение в человекознание. Санкт-Петербург : СПбГУ, 2001. 278 с.
27. Карамушка Л. М., Ткалич М. Г. Самоактуалізація менеджерів у професійно-управлінській діяльності (на матеріалі діяльності комерційних організацій) : монографія. Запоріжжя : «Просвіта», 2009. 262 с.
28. Карпенко З. С. Аксиологічна психологія особистості. Івано-Франківськ : Лілея-НВ, 2009. 512 с.
29. Кобильнік Л., Каткова Т. Психологічний супровід процесу самоактуалізації особистості майбутніх фахівців. *Проблеми сучасної психології*. 2015. Вип. 30. С. 268-278. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2015_30_24.
30. Кобильнік Л. М. Особливості самоактуалізації в процесі соціалізації молодого покоління. *Психологічні науки*. Бердянськ, 2006. № 3. С. 150-155.
31. Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: Основные сферы жизнедеятельности : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. Москва, 2001. 403 с.
32. Кузікова С. Б. Психологічні основи становлення суб'єкта саморозвитку в юнацькому віці : автореф. дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.07. Київ, 2012. 44 с.
33. Курнишев Ю. А. Педагогічні умови професійного саморозвитку майбутніх учителів фізичної культури : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2017. 249 с. URL: https://ivet.edu.ua/images/spets-rada/diss/dis_Kurnyshev.pdf.

34. Леонтьев Д. А. Развитие идеи самоактуализации в работах А. Маслоу. *Вопросы психологии*. 1987. № 3. С. 150-158.
35. Ли Д. Практика группового тренинга. Санкт-Петербург : Питер, 2002. 224 с.
36. Ломов Б. Ф. Методологические и теоретические проблемы психологии. Москва : Наука, 1984. 444 с.
37. Макшанов С. И. Психология тренинга : Теория. Методология. Практика : монография. Санкт-Петербург : Образование, 1997. 238 с.
38. Малихін О. В. Самореалізація студентів вищих педагогічних навчальних закладів через систему організації самостійної навчальної діяльності. *Наукові праці Донецького національного технічного університету*. 2009. Вип. 3. URL: <http://ea.donntu.edu.ua/bitstream/123456789/17723/6/malaxin.pdf>.
39. Маслова В. А. Саморегуляція як чинник розвитку саногенного потенціалу особистості в умовах упровадження концепції Нової української школи. *Сучасна педагогіка та психологія: методологія, теорія і практика* : тези доповідей Міжнар. наук.-практ. конф. (м. Київ, 28-29 верес. 2018 р.). Київ, 2018. С. 167-169.
40. Маслоу А. По направлению к психологии Бытия. Москва : Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2002. 272 с.
41. Маслоу А. Самоактуализация. *Психология личности. Тексты* : сборник / под. ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. А. Пузыря. Москва : Просвещение, 1982. С. 108-118.
42. Маслюк К. А. Формування культури особистісного самовизначення студентів педагогічних ВНЗ у позааудиторній роботі : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.07. Умань, 2016. URL: <https://nauka.udpu.edu.ua/dysertatsiya-35/>.
43. Меднікова Г. І. Характеристика самоактуалізації студентів з різними варіантами структури ставлення до себе. *Вісник Харківського національного педагогічного університету імені Г. С. Сковороди*. 2012. Вип. 44 (2). С. 127-134. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/VKhnpu_psykhol_2012_44%282%29__15.
44. Мельник С. Н. Теоретические и методические вопросы социально-психологического тренинга. Владивосток : Изд-во Дальневосточного

- университета. 2004. 74 с.
45. Мельничук І. М. Цільові аспекти використання тренінгів. *Психолого-педагогічні проблеми сільської школи*. Умань, 2007. Вип. 19. С. 185-192.
46. Методика освіти «рівний-рівному» : навч.-метод. посіб. / Н. О. Лещук та ін. Київ : Наш час, 2007. 104 с.
47. Методичні рекомендації з проведення тренінгових занять для підготовки освітнього персоналу до розвитку організаційної культури в умовах соціальної напруженості / Л. М. Карамушка, та ін. Київ : Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 49 с.
48. Митина Л. М. Психологія професійного розвитку учителя : монографія. Москва : Московський психологосоціальний інститут, 1998. 200 с.
49. Мурашко І. В. Розкриття поняття «особистісний потенціал» та його психологічної структури. *Актуальні проблеми психології. Психологічна теорія і технологія навчання*. 2010. Т. 8, вип. 7. С. 196-205. URL: https://newlearning.org.ua/sites/default/files/praci/2010_7/st18.pdf.
50. Мясищев В. Н. Психологія отношений. Москва : Высшая школа, 1995. 356 с.
51. Назарук Н. В. Професійний потенціал учителя як засіб самореалізації у педагогічній діяльності. *Науковий вісник Львівського державного університету внутрішніх справ*. 2012. № 2. С. 433-442. URL: https://www.lvduvs.edu.ua/documents_pdf/visnyku/nvsp/02_2012_2/12nnvupd.pdf
52. Нечепоренко М. А. Формування готовності майбутніх учителів іноземних мов до професійно-особистісного саморозвитку : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Тернопіль, 2019. 290 с. URL: http://tnpu.edu.ua/naukova-robota/documents-download/d-58-053-04/Dis_Necheporenko.pdf.
53. Новікова Л. М. Тренінг як засіб активізації навчання у вищій школі : наук.-метод. посіб. Павлоград : ЗДІЕУ, 2008. 110 с.
54. Ожигова Л. Н. Гендерная интерпретация самоактуализации личности в профессии : дис.... канд. психол. наук : 19.00.01. Краснодар, 2000. 431 с.

55. Олпорт Г. В. Личность в психологии. Москва : «Ювента». 1998. 375 с.
56. Психологические и психофизиологические особенности студентов / под ред. М. А. Гайфуллина. Казань : Изд-во Казанского университета, 1977. 281 с.
57. Радчук Г. К. Особливості самоактуалізації особистості студентів в освітньому середовищі вищої школи. *Психологія і особистість*. 2015. № 2. С. 85-97. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Psios_2015_2%282%29__9.
58. Реан А. А., Коломинский Я. Л. Социальная педагогическая психология. Санкт-Петербург : Питер, 1999. 416 с.
59. Роджерс К. Р. Взгляд на психотерапию. Становление человека. Москва : Прогресс, Универс, 1994. 480 с.
60. Самаль Е. В. Самоактуализация личности в процессе обучения в вузе : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.01. Ярославль, 2008. 267 с.
61. Самаль Е. Структурные компоненты самоактуализации как составляющей самосознания личности будущего психолога. Профессиональное самосознание и экономическое поведение личности : материалы IV междунар. интернет-конф. URL: <http://konfer.narod.ru/>.
62. Самоукина Н. В. Психология профессиональной деятельности. Санкт-Петербург : Питер, 2003. 224 с.
63. Смолук А. І. Професійний саморозвиток майбутніх учителів початкової школи в освітньому середовищі педагогічного коледжу : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Київ, 2017. 240 с. URL: https://npu.edu.ua/images/file/vidil_aspirant/dicer/D_26.053.01/dis_Smoliuk.pdf.
64. Соломка Т. М. Самоактуалізація студентів вищих аграрних навчальних закладів I-II рівнів акредитації в процесі професійної підготовки : дис. ... канд. психол. наук : 19.00.07. Київ, 2009. 189 с.
65. Старинська Н. В. Особливості самоактуалізації майбутніх психологів у процесі професійної підготовки. Київ : «Інтерсервіс», 2015. 178 с.
66. Султанова Е. В. Педагогічні умови самоактуалізації майбутнього вчителя музики в процесі професійної підготовки : дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04. Вінниця, 2011. 213 с.

67. Султанова Е. В. Поняття самоактуалізації особистості. Історичний аспект. *Наукові записки Вінницького державного педагогічного університету імені Михайла Коцюбинського. Педагогіка і психологія*. 2010. С. 389-392.
68. Тімкова Ю. М. Розвиток самоактуалізації студентів у процесі вивчення іноземної мови. *Современные методы преподавания. Педагогические науки*. 2012. Вип. 5. С. 21-24. URL: http://www.rusnauka.com/31_ONBG_2009/Pedagogica/54372.doc.htm.
69. Ткалич М. Г. Психолого-організаційні детермінанти самоактуалізації менеджерів комерційних організацій : автореф. дис. ... канд. психол. наук : 19.00.10. Київ, 2006. 20 с.
70. Ткалич М. Г., Шутько Д. О. Основні підходи до вивчення феномену самоактуалізації особистості в зарубіжній психології. *Проблеми сучасної психології*. 2013. № 1. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/pspz_2013_1_14.
71. Фетискин Н. П., Козлов В. В., Мануйлов Г. М. Социально-психологическая диагностика развития личности и малых групп. Москва : Изд-во Института Психотерапии. 2002. 490 с.
72. Фопель К. Психологические группы : рабочие материалы для ведущего : практ. пособ. 6-е изд. Москва : Генезис, 2008. 253 с.
73. Франкл В. Человек в поисках смысла. Москва : Прогресс, 1990. 364 с.
74. Фрейджер Р., Фейдимен Дж. Большая книга психологии. Личность. Теории, упражнения, эксперименты. Санкт-Петербург : Прайм-ЕВРОЗНАК, 2008. 704 с.
75. Фромм Э. Анатомия человеческой деструктивности. Москва : Прогресс, 1994. 354 с.
76. Хорни К. Наши внутренние конфликты. Конструктивная теория невроза. Санкт-Петербург : Лань, 1997. 240 с.
77. Чорна Н. Б. Формування готовності до професійного саморозвитку майбутніх учителів мистецьких спеціальностей : автореф. дис. ... канд. пед. наук : 13.00.04 Вінниця 2016. 23 с. URL: https://vspu.edu.ua/content/specialized_academic_council/doc/2016/Chorna_N/a.pdf.

78. Шапаренко Х. А. Особистісне самовдосконалення майбутніх педагогів дошкільної освіти : дис. ... д-ра пед. наук : 13.00.07. Київ, 2019. 733 с. URL: <https://snu.edu.ua/wp-content/uploads/2019/09/Dysertatsiya-SHaparenko.pdf>.
79. Шостром Э. Человек-манипулятор. Внутреннее путешествие от манипуляции к актуализации. Москва: ЭКСМО-Пресс, 2002. 240 с.
80. Шутько Д. О. Теоретичні підходи до вивчення проблеми професійної самоактуалізації особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 24. С. 752-762. URL: http://nbuv.gov.ua/UJRN/Pspl_2014_24_64.
81. Эриксон Э. Идентичность: юность и кризис. Москва : Прогресс, 1996. 344 с.
82. Юнг К. Г. Структура психики и процесс индивидуации. Москва : Наука, 1996. 269 с.

Додаток А

Посттренінгове інтерв'ю

Містить питання стосовно організації та змісту психолого-управлінського тренінгу розвитку самоактуалізації менеджерів комерційних організацій в професійно-управлінській діяльності:

1. Наскільки значущим для Вас був цей тренінг?
2. Чи змогли Ви реалізувати свої цілі в цьому тренінгу? Які саме?
3. Які справи чи завдання Ви могли би виділити, як ті, що сподобалися найбільше?
4. Які позитивні моменти в роботі тренінгової групи Ви могли би відмітити?
5. Що в тренінгу Вам не сподобалися? Чому?
6. Які побажання Ви можете висловити з приводу організації чи змісту тренінгової програми для подальшого її вдосконалення?