

Зарецька О.О. Стратегії самореалізації в дорослому віці //Інноваційні трансформації в сучасній освіті: виклики, реалії, стратегії : зб. матер. III Всеукр. відкр. наук.-практ. онлайн-форуму, Київ, 15–16 черв. 2021 / за заг. ред. І. М. Савченко, В. В. Ємець. — Київ : Національний центр «Мала академія наук України», 2021. — С.183-185.

## **СТРАТЕГІЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ В ДОРОСЛОМУ ВІЦІ**

*Ольга Олександрівна Зарецька*, провідна наукова співробітниця лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України, кандидатка філологічних наук, м. Київ

Проведені раніше емпіричні дослідження самопроєктування в дорослому віці [1] виявили і дали змогу проаналізувати феномен особистісного самопроєктування, сутність якого полягає в активному пошуку дорослою особистістю шляхів і засобів для саморозвитку. З'ясовано, що такі проєкти — не дивина для зрілої особистості, яка свідомо здійснює вибудову свого життєвого шляху. Поширеним засобом є пошук життєвого проєкту, який відіграє роль інструменту для саморозвитку. Це і отримання другої, третьої і т. д. вищої освіти; різноманітні освітні заходи (курси, тренінги, семінари, вебінари, школи, індивідуальні заняття тощо), за допомогою яких доросла особа задовольняє свої потреби; цілеспрямовані пошук і спілкування зі «значущими іншими» — «вчителями», «гуру», які є авторитетними носіями знань чи вмінь, суперзначущих для особи на певному етапі; цілеспрямована зміна місця роботи (або навіть професії) задля проникнення у професійне коло, яке сприятиме творчому й особистісному зростанню. Доросла особа стає учасником освітнього процесу, причому більш мотивованим і цілеспрямованим, ніж при отриманні першої освіти чи професії.

Численні розробки лабораторії когнітивної психології Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України [2; 3], що спираються на методологічну базу психолого-герменевтичного підходу, дали змогу проаналізувати процеси і стратегії конструювання досвіду дорослими різного віку на шляху до успішної самореалізації.

Було з'ясовано, що механізми і прояви цього феномену в різних вікових групах дорослих суттєво відрізняються. У дорослих 184 молодого віку часто відчувається вплив ідеалів і цінностей, нав'язаних оточенням; стратегія саморозвитку при цьому проявляється як прагнення людини підлаштуватися

до них. Молода особа може усвідомлювати свою залежність від думки оточення, проте вона не демонструє прагнення протиставити себе цій загальній течії, оскільки вочевидь щиро розділяє точку зору, властиву людям її віку: взірцем для неї є певний соціально схвалений, навіть «модний» тип особистості, певний привабливий і модний спосіб життя.

Для більш зрілих і часто безумовно успішних дорослих процес розвитку особистості може призвести до наростання відчуття нереалізованості — взагалі як особистості або нереалізованості якоїсь певної грані покликання, відчуття нереалізованості свого потенціалу. В результаті з'являються несподівані для оточуючих, незрозумілі для близьких повороти в долі (зміна роботи, несподівані «хобі», «западання») — нереалізоване покликання «прокльовується» і владно просить «годувати» себе. Стратегія зрілого суб'єкта в такій ситуації полягає в активному, свідомому і цілеспрямованому пошуку засобів для саморозвитку в бажаному напрямі — це основна умова отримання радості від життя. У такому особистісному проєкті зрілої дорослої особи часто втілюється усвідомлене (вже в зрілому віці), але не реалізоване покликання, юнацькі мрії чи відчуття нереалізованих здібностей. Якщо таке відчуття покликання з'явилося, то далі, як правило, воно вже не полишає людину, «веде» її, стає «нуждою» (за С. Д. Максименком). Виникнення такої «нужди» у зрілих дорослих — не рідкість, безліч прикладів бачимо навколо. Але артикуляція цих зрушень свідомості дорослої особи практично не відображається у дискурсі спільноти. При проведенні емпіричних досліджень цього явища у формі опитування з'ясувалося, що багато хто з респондентів вербалізували це ледь не вперше в житті і після опитування дякували, констатуючи, що відчули насолоду від наративізації глибоко прихованого, але дуже для них важливого. Це допомагає зробити висновок, що незадоволена потреба наративізувати й обговорювати свої особистісні доробки в більш пізні вікові періоди життя безумовно існує і відчувається особистістю. Це свідчить про те, що усвідомлена внутрішня робота зі своїм досвідом стає для такої зрілої особистості нагальною потребою. Саме це, мабуть, спонукає до писання мемуарів і есе, публікації щоденників тощо. 185 Величезний пласт художньої літератури дає нам високохудожні описи саморозвитку особистості, які насправді є плідним дослідницьким матеріалом для наративного психолога.

Можна зробити висновок, що особа з високим рівнем розвитку наративної компетентності буде більше готова до реалізації свого покликання, а отже, до успішної самореалізації.

Спеціально організований комунікативний процес може зосередити людину на переосмисленні і конструюванні свого особистого досвіду шляхом

рефлексії певних досі не усвідомлених або не артикульованих його складових. Розроблені авторські методики глибинного онлайн-інтерв'ювання особистості(змішаного усно-письмового, «розірваного», поступового, гнучкого, почасти прихованого, тривалого інтерв'ю [3]) і методика «провокації текстом» [4] моделюють в експериментальних умовах вплив спеціально організованого діалогу на процес конструювання досвіду дорослою особистістю з метою збагатити її знанням невідомих їй раніше технологій роботи зі своїм досвідом.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Зарецька О. О. Дискурсивні технології самопроекування дорослих. Дискурсивні технології самопроекування особистості : монографія / Н. В. Чепелева та ін. ; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Інститут психології імені Г. С. Костюка НАПН України, 2019. С. 103–119. URL: [http:// lib.iitta.gov.ua/717132/](http://lib.iitta.gov.ua/717132/) (дата звернення: 22.10.2019).
2. Проблемы психологической герменевтики : монография / под ред. Н. В. Чепелевой. Киев : Изд-во Нац. пед. ун-та им. Н. П. Драгоманова, 2009. 382 с.
3. Самопроекування особистості у дискурсивному просторі : монографія / Н. В. Чепелева та ін. ; за ред. Н. В. Чепелевої. Київ : Педагогічна думка, 2016. 232 с. URL: [http://lib.iitta.gov.ua/704560/1/mono16\\_4\\_f.pdf](http://lib.iitta.gov.ua/704560/1/mono16_4_f.pdf) (дата звернення: 09.10.2020).
4. Зарецька О. О. Провокація текстом як дієвий засіб розвитку індивідуального дискурсу самопроекування. Актуальні проблеми психології : зб. наук. пр. Інституту психології імені Г. С. Костюка НАПН України. Т. II. Психологічна герменевтика. 2018. Вип. 11. С. 73–86.