

предметів, залучити до активної форми роботи на уроці як сильних учнів, так і тих, кому навчання дається важче.

Подальші дослідження порушеного питання плануємо спрямувати на виявлення переваг та недоліків названих засобів навчання, встановлення взаємозв'язку між засобами навчання та змістом уроку, його темою, дидактичним наповненням.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Гальскова Н.Д. Теория и практика обучения иностранным языкам. Начальная школа [метод. пособие] / Н.Д. Гальскова, З.Н. Никитенко. – М.: Айрис Пресс, 2004. – 240 с.
2. Дементієвська Н. П., Морзе Н. В. Комп'ютерні технології для розвитку учнів та вчителів // Інформаційні технології і засоби навчання: Зб. наук. праць / За ред. В.Ю. Бикова, Ю.О. Жука / Інститут засобів навчання АПН України. –К.: Атіка, 2005. – 272 с. – с. 120–134.
3. Інновації у сучасній початковій школі/Упоряд. З. М. Онишків. – Тернопіль: Тернопільський національний педагогічний університет імені Володимира Гнатюка, 2010. – 254 с.
4. Нова українська школа. Концептуальні засади реформування середньої школи. – 2016. – 36 с. – Режим доступу: novashkola@mon.gov.ua.
5. Омельчук С. Формування мовленнєво комунікативних умінь у процесі вивчення синтаксису/ Сергій Омельчук // Дивослово. – 2006. – № 9. – С. 2–5.
6. Рекомендації Європейського Парламенту та Ради Європи щодо формування ключових компетентностей освіти впродовж життя» (від 18.12.2006 р.). – Режим доступу: [http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/994\\_975](http://zakon0.rada.gov.ua/laws/show/994_975)
7. Яременко В. Новий тлумачний словник української мови / Василь Яременко. – Київ: Аконт, 2008. – 862 с.

*Мельничук О.*

*Науковий керівник – доц.Адамська З.М.*

### ОСОБЛИВОСТІ ПРОФЕСІЙНОЇ САМОРЕАЛІЗАЦІЇ ЖІНОК ЗРІЛОГО ВІКУ

На сучасному етапі розвитку суспільства, коли в силу політичних, економічних, соціальних змін у минуле відходять чіткі розмежування виключно жіночих сфер діяльності від суто чоловічих, проблема самореалізації жінок зрілого віку є найбільш важливою і актуальною. Адже саме в період зрілості відбуваються суттєві перетворення особистісного простору, найбільш чітко виражається Я концепція, відбувається переструктурування і переосмислення системи особистісних, професійних, соціально значимих взаємин.

Протягом останніх десятиліть ідея самореалізації жінки зазнала значних редуцій, обумовлених її адаптацією до потреб сучасного життя. Закріплена в Конституції рівноправність жінок кардинально змінила їх становище в суспільстві. Жінки посіли значне місце в різних сферах суспільного життя. Сьогодні жінки прагнуть утвердитися в професійній діяльності, реалізувати себе через участь в суспільно-політичному житті. Саме тому, **мета** нашої статті полягає в теоретичному аналізі існуючих підходів до визначення поняття професійна самореалізація жінок зрілого віку.

У сучасній психологічній науці широкого поширення набули зарубіжні та вітчизняні концепції особистості, що вплинули на дослідження проблем жінок (А. Адлер, А. Маслоу, Г. Олпорт, К. Роджерс, З. Фрейд, Е. Фром, В. Штерн, Е. Еріксон, К. Юнг та ін.). Концепції розвитку особистості представлені в дослідженнях К. А. Абульхановой-Славської, Б. Г. Ананьева, Л. І. Анциферової, А. Г. Асмолова, І. Б. Котової, А. С. Мерліна, А. В. Петровського, В. А. Петровського, С. Л. Рубінштейна та ін. Значний внесок у дослідження означених проблем саме у руслі професійної діяльності зробили такі вчені, як Н. В. Борисова, Т. П. Вівчарик, В. Г. Горчакова, К. В. Федосенко, Л. О. Коростильова, Д. Мартин, В. О'лірі, Ю. П. Поваренков, А. Е. Чирикова та ін. Поняттям кар'єри у руслі професійної самореалізації займалися В. Г. Горчакова, Р. Дроєдж, Д. Левінсон, Л. Г. Почебут, Д. Сьюпер, Д. Холл, В. О. Чікер, Б. Швальбе, Г. Шихі та ін.

Феномену самореалізації особистості, в основі якого лежать проблеми зростання, розвитку, самовдосконалення людини, торкаються усі психологічні концепції. Поняття «самореалізація» (self-realization) часто вживають як синонім до терміну «самоактуалізація» (self-actualization), «реалізація своїх можливостей» (self-fulfillment). Вони описують дуже близькі явища: повну реалізацію справжніх можливостей (К.Хорні); внутрішню активну тенденцію до саморозвитку на зразок істинного самовираження (Ф. Перлз); прагнення людини до найбільш повного виявлення і розвитку власних можливостей і здібностей (К. Роджерс); прагнення людини стати тим, ким вона може стати (А. Маслоу), «індивідуалізація» (К. Юнг), «інтеграція» (З.Фрейд), «компенсація» (А. Адлер), «функціональна автономія», «зрілість» (Г. Олпорт), що позначають стійкі позитивні зміни в особистості, реалізацію її природного потенціалу.

Питання самореалізації (самоактуалізації) особистості традиційно пов'язуються з гуманістичною психологією, у якій цей термін є центральним. Зокрема, А. Маслоу створив власну теорію мотивації, центральне місце у якій займає самоактуалізація як основний мотив розвитку особистості. Відповідно, самоактуалізація – це процес, який дає людині змогу стати тим, ким вона може стати [3].

Більшість українських та російських науковців (К. О. Абульханова-Славська, Л. І. Анциферова, Г. О. Балл, Г. С. Батіщев, О. Ф. Бондаренко, М. Й. Боришевський, Є. І. Головаха, З. С. Карпенко, Л. М. Коган, Г. С. Костюк, О. О. Кроник, Д. О. Леонт'єв, П. В. Лушин, В. І. Муляр, В. Г. Панок, Г. К. Радчук, В. А. Роменець, С. Л. Рубінштейн, Л. В. Сохань, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко та ін.) розглядають особистість у процесі самореалізації як індивіда із розвинутою суб'єктністю, здатністю до самовияву, активного суб'єкта власної життєдіяльності, життєтворчості, будівника свого неповторного життєвого світу.

Зокрема, як зазначає Д. О. Леонт'єв, «в основі прагнення людини до самореалізації лежить не завжди усвідомлюване прагнення до безсмертя, яке може усвідомлюватися в різних формах як прагнення підвищити знання, покращити умови життя людей, передати іншим знання та досвід, відкрити людям сенс тощо» [2, с.47].

Таким чином, ми маємо справу із сутнісним, вихідним компонентом життя особистості, причому таким, що не може існувати в межах буття людини. Потреба самореалізації дійсно є сутнісною і тотальною людською якістю, але вона існує не у формі підвищення уваги до себе, болісної рефлексії і самовдосконалення, а у формі прагнення щось створити, залишити слід у чомусь, або в комусь. Це розуміння, відповідає контексту думок С. Л. Рубінштейна про те, що саморозвиток і самовиховання особистості полягають не в якійсь ізольованій медитативній «роботі над собою», а в активній реальній зовнішній діяльності.

Дослідник пропонує цілу низку характеристик потреби в самореалізації:

- потреба в самореалізації належить до розряду вищих потреб;
- вона є якісною характеристикою особистості;
- актуалізує потенційні можливості особистості;
- сприяє розвитку особистості;
- підтримує внутрішній стан напруження індивіда, має суперечливу природу;
- існує у варіанті «для інших», тобто має соціальний характер;
- потреба в самореалізації – це цінність;
- має постійний, безперервний характер;
- має здатність цілеспрямованого формування в процесі оволодіння тією чи іншою діяльністю [4].

Фундаментальні потреби створюють активність поведінки. Активність, здійснюючись особистістю в дієвому плані життя, набуває форми самореалізації. Вона визначає діяльність, яка є рушійною силою, джерелом пробудження в людині її «потенціалів», а її характер визначається й опосередковується вищими життєвими потребами.

Професійна діяльність є однією з найважливіших сфер діяльності людини, і тому самореалізація в професії є одним із найважливіших атрибутів особистісної зрілості. Світова статистика останнього десятиріччя підтверджує, що саме представниці «слабкої» статі частіше зазнають труднощів щодо самореалізації у професії, оскільки ще сьогодні існують стереотипи про неможливість жінок поєднувати досягнення у професійній діяльності з благополучним шлюбом і повноцінною сім'єю. Так, Б. Гарднер, А. Менегетті, М. Мід, Г. Шихі вважають, що жінка не може ефективно поєднувати подружнє життя, кар'єру та материнство у період юності чи раннього дорослого віку. Зазвичай це стає можливим лише у зрілому віці [6].

У межах концепції життєтворчої активності особистості професійна самореалізація розглядається як частковий випадок самореалізації особистості, як частина життєвого проекту, спрямована на реалізацію професійних цілей. Побудова психологічного конструкту професійної самореалізації дозволила визначити її як вид суб'єктної активності, що виявляється у професійній діяльності, спрямована на досягнення професійних цілей на підставі професійної компетентності та професійної самосвідомості в процесі втілення життєвого проекту. Процесуальні аспекти професійної самореалізації передбачають досягнення найвищого ступеня адаптації особистості в професії та переходу до професійної творчості, сензитивним періодом якого є віковий проміжок середньої дорослості.

Зрілість – найбільш тривалий період онтогенезу, який характеризується тенденцією до досягнення найвищого розвитку духовних, інтелектуальних і фізичних здібностей особистості. Ця основна характеристика зрілого віку визначила інтерес до цього віку представників різних галузей знань, що зумовило розвиток акмеології – науки про період максимального розквіту, особистісного зростання, вищого моменту прояву духовних сил (Б. Г. Анан'єв, А. А. Деркач, А. М. Зимічев, Н. Н. Кузьміна, В. Н. Максимова, Г. С. Михайлов та ін.).

У соціогуманітарних науках в понятті соціальна зрілість особистості фіксується одне з головних досягнень процесів навчання і виховання, здійснюваних сім'єю, школою, соціальним оточенням, соціумом загалом. Соціальна зрілість розглядається як стійкий стан особистості, що характеризується цілісністю, передбачуваністю, соціальною спрямованістю поведінки в усіх сферах життєдіяльності.

У соціально-психологічному контексті поняття «зрілість» переважно трактується як досягнення в розвитку особистості й індивідуальності, який характеризується здатністю людини до самостійності в житті (К.О.Абульханова-Славська, Г.М.Андрєєва, О.Г.Асмолов, В.І.Слободчиков і ін.). Зокрема, К.О.Абульханова-Славська психологічну зрілість називає найвищою особистісною якістю поряд зі свідомістю, активністю,

інтегративністю. Ці якості проявляються і формуються в життєвому шляху особистості, в специфічному процесі її зміни, руху, розвитку [1].

У період зрілості відбувається консолідація соціальних і професійних ролей. Е. Еріксон назвав зрілий вік віком практичного професійного життя людини. Головним завданням розвитку на цьому віковому етапі є генеративність. Вчений вважав, що людина на стадії генеративності діє у трьох напрямках: прокреативному, породжуючи та задовольняючи потреби наступного покоління; продуктивному, поєднуючи роботу із сімейним життям та, створюючи нове покоління; креативному, шляхом підвищення культурного потенціалу в більш широкому масштабі [7].

Як зазначає І. А. Шестопап, регуляція активності особистості в період зрілості відбувається кризами середини життя (нормативною) та кризою самореалізації (термінальною), що може супроводжуватися зміною напряму професійної діяльності. Одним із соціальних показників успішності професійної самореалізації є кар'єра, яка може бути співвіднесена з виміром саморозвитку / самоствердження та самореалізації особистості. Побудова психологічного конструкту дозволила припустити існування двох стратегій професійної самореалізації – самоствердження (пошук соціального визнання) та реалізації у професії шляхом професійного розвитку [5].

**Висновки.** Проблема самореалізації жінок зрілого віку вивчалася в межах різних психологічних підходів. Спорідненими, але не тотожними з терміном «самореалізація» є поняття «самовираження», «самоствердження», «саморозвиток» і «самоактуалізація». У результаті теоретичного аналізу з'ясовано, що рушійними силами процесу самореалізації є діалектичні суперечності між соціальним і біологічним, суспільним та індивідуальним. Серед основних детермінант процесу самореалізації вчені називають потреби, інтереси, цілі, ідеали. Важливою її умовою є внутрішня активність. Механізмом самореалізації є самотворчість особистості у розкритті власних потенціалів, визначенні та досягненні життєвих цілей.

#### ЛІТЕРАТУРА

1. Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни / К.А. Абульханова-Славская. – М.: Мысль, 1991. – 299 с.
2. Леонтьев Д.А. Что такое экзистенциальная психология? / Д.А. Леонтьев // Психология с человеческим лицом: гуманистическая перспектива в постсоветской психологии / [под ред. Д.А. Леонтьева, В.Г. Щур] – М.: Смысл, 1997. – С.40 – 54
3. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А.Г. Маслоу; [пер. с англ. Татлыбаевой А.М.]. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
4. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии / С.Л. Рубинштейн. – СПб., 2000 – 712 с.
5. Шестопап І.А. Психологічні особливості професійної самореалізації жінок зрілого віку: автореф. дис. ... канд. пси- хол. наук: спец. 19.00.07. «Педагогічна та вікова психологія»/ І.А. Шестопап. – Остріг, 2017. – 20 с.
6. Шихи Г. Возрастные кризисы. Ступени личностного роста / Гейл Шихи; [пер. с англ. А. В. Шамрикова]. – СПб.: Ювента, 1999. – 436 с
7. Эриксон Э. Идентичность : юность и кризис / Э. Эриксон; [пер. с англ.]: общ. ред. и предисл. А.В. Толстых. – [2-е изд.]. – М.: Флинта, 2006. – 352 с.

*Гуменюк Ю.*

*Науковий керівник – доц. Андрійчук І. П.*

## ОСОБЛИВОСТІ ДІАГНОСТИКИ ОСОБИСТІСНОЇ РЕФЛЕКСІЇ У СТАРШИХ ПІДЛІТКІВ

Сучасне суспільство характеризується зростанням інтересу щодо індивідуального, особистісно орієнтованого підходу до розвитку, навчання та виховання підлітка. Підлітковий вік є вузловим періодом формування особистості, найбільш сензитивним для розвитку, зокрема, самоставлення та особистісної рефлексії.

Проблема розвитку рефлексії особистості - одна з ключових у вітчизняній та зарубіжній психології. Актуальність проблеми виявлення психологічних особливостей рефлексії підлітків можна конкретизувати в таких аспектах. Педагогічний аспект актуальності визначається тим, що високий рівень рефлексії школяра є необхідною умовою усвідомлення ним динаміки успішності у навчальній діяльності. Соціальний аспект актуальності пов'язаний з тим, що успішність входження в нову систему міжособистісних відносин багато в чому залежить від активної зовнішньої та внутрішньої (рефлексія) позиції особистості, яка дозволяє своєчасно попереджати виникнення конфліктів і комунікативних бар'єрів. Психологічний аспект актуальності обумовлений тим, що особистісна рефлексія, що представляє собою форму усвідомлення старшим підлітком свого внутрішнього світу, забезпечує гармонійність і ефективність особистісного розвитку, доречну самокритичність.

Проблематиці особистісної рефлексії присвячено значну кількість філософських досліджень (А.С.Арсеньєв, Е.В.Ільєнков, В.О.Лекторський, О.П.Огурцов, П.Тейяр де Шарден та ін.). У психології вивчення даного феномену здійснюється у зв'язку з обґрунтуванням закономірностей теоретичного мислення (В.В.Давидов, Д.Б.Ельконін, А.З.Зак, Л.В.Заков, С.Д.Максименко, Е.І.Машбиць, І.М.Семенов, С.Ю.Степанов,