

**Бедан В. Б.** – кандидат психологічних наук, старший викладач кафедри психології Національного університету «Одеська юридична академія», м. Одеса  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0497-5473>

## Життєздатність як ресурс самореалізації майбутніх юристів

Самореалізація є потребою людини у всебічному розкритті в усіх сферах життєдіяльності. Нові виклики, що постають сьогодні перед молоддю, потребують опанування навичками керування власними ресурсами: здоров'ям, емоційною, мотиваційно-вольовою та когнітивною сферами, життєздатністю для досягнення встановлених завдань. **Метою** дослідження є аналіз взаємозв'язку показників самореалізації та життєздатності студентів – майбутніх юристів, формування груп з осіб, які мають високий і низький рівень життєздатності, надання характеристики вияву самореалізації в досліджуваних групах. **Методологія.** У науковому дослідженні застосовано такі методи: теоретичні (аналіз, синтез, порівняння, узагальнення й інтерпретація фахових джерел і теоретичних підходів з обраної проблематики); емпіричні (спостереження, опитування, тестування); математико-статистичні. Для обробки емпіричних даних застосовано метод кількісного (кореляційний з використанням комп'ютерної програми статистичної обробки даних SPSS 23.0 for Windows) та якісного аналізу (метод «асів» і «профілів»). У психодіагностичному комплексі використано такі джерела: «Життєздатність людини» (О. О. Рильська) та «Багатовимірний опитувальник самореалізації особистості» (С. І. Кудінов, С. С. Кудінов). **Наукова новизна.** У дослідженні було висвітлено зміст понять «самореалізація» та «життєздатність»; теоретично обґрунтовано й емпірично підтверджено взаємозв'язок показників життєстійкості та самореалізації; емпірично виявлено типові види самореалізації осіб з різним рівнем життєздатності; доведено ресурсну роль життєстійкості в самореалізації особистості. **Висновки.** Визначено й емпірично доведено, що для студентів – юристів з високим рівнем життєздатності притаманна гармонійна самореалізація, для якої характерна наявність чіткого уявлення про власні прагнення та шляхи їхньої реалізації. Вони виявляють оптимізм, здоровий раціоналізм, адекватну самооцінку, активність, енергійність, наполегливість, цілеспрямованість, ініціативність, відповідальність, високий життєвий тонус, контроль поведінки, схильність до самоаналізу, прагнення до особистісного зростання, бажання реалізувати себе на благо спільної справи й інших людей. Для групи студентів з низьким рівнем життєздатності характерний інертний рівень самореалізації особистості. Їм притаманні помірність, низький самоконтроль і самоорганізація, апатія, дратівливість, депресивність, агресивність, тривожність, скутість, ригідність поведінки, невпевненість у собі, образливість, несприйняття критики, уникнення відповідальності, зазвичай вони недооцінюють себе, воліють не експериментувати, а йти торованим шляхом, дотримуватися загальновідомих стандартних схем самовираження, є стабільними у звичках, стосунках, захопленнях.

**Ключові слова:** особистість; студентська молодь; самореалізація; життєздатність; життєстійкість; гармонійна самореалізація; інертна самореалізація.

### Вступ

В умовах сьогодення українське суспільство відчуває активні зміни в усіх сферах життєдіяльності людини, що актуалізує питання, пов'язані з самореалізацією особистості. Це особливо характерно для сучасної молоді. Перспективи, які відкриваються нині, потребують виховання конкурентоспроможної, психологічно стійкої особистості, здатної проявляти креативність, нешаблонно мислити, оперативно приймати рішення в нестандартних ситуаціях, бути ініціатором нововведень, ідей. Усе це розгортається саме тоді, коли відбувається становлення особистості, формування цінностей і смислів, вибір особистісної позиції. Молода людина, яка перебуває на порозі вступу до дорослого життя, має подолати важкий шлях інтеграції, розв'язати нелегкі завдання соціального й особистого самовизначення, набути еґо-ідентичності в той час, коли відбувається формування відчуття тотожності свого Я, визначення себе та свого місця в сучасному світі, встановлення конструктивних і позитивних стосунків з іншими

людьми, отримати здатність до співпереживання, морального й етичного ставлення до довкілля, інших людей і себе, набуття здатності до засвоєння соціальних норм і правил поведінки, соціальних ролей, формування навичок гнучкої, адаптивної поведінки в різних ситуаціях як повсякденного життя, так і в ситуаціях професійної діяльності. Відповідно до того, як проходить становлення молоді особистості, залежить подальша доля нашої держави та розвиток українського суспільства загалом.

У цьому контексті особливої ролі набувають заклади вищої освіти, які мають забезпечувати процес самореалізації особистості в освітній системі та заохочувати до підвищення основних здібностей студентів у процесі навчання та їх застосування у майбутній професійній діяльності. Тому найактуальнішим психологічним питанням є визначення психологічних основ і ресурсів особистісної самореалізації, життєвих цілей, цінностей та сенсів життя, загальної життєздатності особистості.

### Мета і завдання дослідження

Метою дослідження є встановлення взаємозв'язків між показниками життєздатності та самореалізацією особистості, виявлення домінуючих параметрів самореалізації в осіб з різним рівнем життєздатності. Відповідно до мети дослідження визначено такі завдання: 1) окреслити поняття «самореалізація» та «життєздатність» у сучасній психології; 2) теоретично обґрунтувати й емпірично дослідити показники самореалізації та життєздатності особистості; 3) сформулювати групи з осіб, які мають високий і низький рівень життєздатності та надати характеристики прояву самореалізації у досліджуваних групах.

### Виклад основного матеріалу

Останнім часом питання самореалізації особистості викликають особливий інтерес з боку науковців. Іноземні (Galazninskiy, 2008; Korostyleva, 2005; Kudinov, 2017; Kudinova, & Belousova, 2017; Leontev, 2003 та ін.) та українські вчені (Maksymenko, & Osodlo, 2010; Pinska, 2018; Prosandeeva, 2018 та ін.) у своїх працях намагаються прояснити природу, механізми, чинники, що сприяють прояву самореалізації. Проте слід зазначити, що попри численні дослідження, досі не існує єдиної думки щодо визначення самореалізації особистості. Розглянемо детальніше деякі з них. Так, з позиції гуманістичної психології (Maslou, 2008; Rogers, 1963), самореалізацію розглядають у контексті самоактуалізації та визначають як повну реалізацію власного потенціалу, власних здібностей. Для її досягнення людина має перебувати в стані конгруентності. Отже, самоактуалізація відбувається за умови збігу «Я ідеальне» людини з її фактичною поведінкою.

Водночас Л. О. Коростильова вивчає феномен самореалізації з позиції розвитку особистості, який притаманний людині в усіх сферах життєдіяльності та має свою специфіку й характерні особливості на різних етапах життєвого шляху. Авторка зазначає, що самореалізація відбиває «здійснення можливостей розвитку Я завдяки власним зусиллям, співтворчості, сумісній діяльності з іншими людьми (близьким і далеким оточенням), соціумом і світом загалом» (Korostyleva, 2005, р. 4). На її думку, значну роль у самореалізації особистості відіграє життєтворчість, яка насамперед передбачає саморозвиток, самопроєктування особистості, і залежно від того, на скільки ці процеси будуть супроводжуватися розкриттям та реалізацією власних ресурсів, вибором стратегій самореалізації, залежить адекватність управління власним життям (Korostyleva, 2005, р. 102-103). Ця теза співзвучна з позицією української дослідниці О. Л. Пінської, котра визначає самореалізацію як багатоаспектний

психологічний феномен, який є вищою формою виявлення творчої природи людини, її креативного потенціалу, що пов'язано з процесом перебудови внутрішніх структур людської психіки на підставі цілепокладання, цілездійснення, ціннісних орієнтацій, смисложиттєвих установок, усвідомлення особистістю образу свого «Я» як унікального, неповторного світу (Pinska, 2018, р. 40). На думку науковиці, потенційні творчі можливості особистості в процесі самореалізації проявляються, з одного боку, в новизні й значущості опрідметнених результатів творчої праці, а з іншого – у змінах особистісної структури суб'єкта творчості, які внаслідок самовдосконалення призводять до змін у характері й змісті його життєвих проявів (Pinska, 2018, р. 39). На творчому аспекті самореалізації акцентує й Л. С. Просандєєва, яка ресурсом самореалізації особисті називає творчість, котра зазначена «як процес нових якісних змін особистості, що актуалізується нею завдяки усвідомленню власного «Я», об'єктивуючись у значущих результатах діяльності» (Prosandeeva, 2018, р. 162).

Цікавими є дослідження науковців, які пов'язують самореалізацію з життєвим шляхом, життєвою перспективою особистості, активною життєвою позицією. Так, наприклад, дослідження Є. І. Головахи розкривають соціально-психологічний аспект самореалізації. Автор акцентує на значущості життєвої перспективи особистості, яку визначає як цілісну картину майбутнього у складному суперечливому взаємозв'язку прогнаних й очікуваних подій, з якими людина пов'язує соціальну цінність й індивідуальний сенс свого життя (Golovakha, 2003, р. 260) та визначає її найважливішим чинником розвитку й самореалізації особистості. Дослідження Д. О. Леонтьєва теоретично й емпірично доводять зв'язок життєвого й особистісного смислу людини. Автор зауважує: якщо життєвий смисл є об'єктивною характеристикою відношення об'єктів і явищ дійсності до життєдіяльності суб'єкта, то особистісний смисл є формою відображення життєвого відношення у свідомості суб'єкта, в образі світу (Leontev, 2003, р. 168-169). На думку вченого, саморозвиток тісно пов'язаний із самореалізацією, оскільки він умотивований прагненням розвиватися, збагачувати свої сутнісні сили для кращої самореалізації в майбутньому.

Деякі дослідники акцентують на ролі активної життєвої позиції, здатності до критичного аналізу власного життєвого досвіду, усвідомленні та переосмисленні соціального досвіду як однієї з умов самореалізації особистості. Подібну думку висловлює Е. В. Галажинський, який вважає, що самореалізація є інтегративним фактором, з яким пов'язано розв'язання проблем життєвого самовизначення, вибору життєвого середовища, найадекватніших для самоздійснення та

формування життєвих стратегій (Galazninskiy, 2008, р. 7). Відповідно до теорії психологічних систем, науковець пропонує вивчати самореалізацію в декількох площинах: індивідуальній, діяльнісній, продуктивній.

Використовуючи полісистемний підхід, С. І. Кудінов окреслив сутність поняття самореалізації. Він вважає її багатогранною системою, де зміна хоча б одного параметра певним чином впливає на інші. Науковець подає таке визначення: самореалізація – це комплексне психологічне утворення, детерміноване зовнішніми та внутрішніми факторами, що забезпечують успішність самовираження суб'єкта в різних сферах життєдіяльності в процесі онтогенезу (Kudinov, S.I., & Kudinov, S.S., 2017, р. 7). Дослідник розробив структурну модель самореалізації особистості, представлену мотиваційно-смысловим й інструментально-стильовим, установчо-цільовим і компетентно-особистісним компонентами. Маючи підґрунтям авторську модель, С. І. Кудінов розробив психодіагностичний інструмент «Багатовимірний опитувальник самореалізації особистості».

У наукових працях С. Д. Максименко визначає самореалізацію особистості як розвиток готовності до саморозвитку, як прояв задатків і можливостей, що передбачає збалансований і гармонійний розвиток різних аспектів її особистості шляхом докладання адекватних зусиль, спрямованих на розкриття особистісного потенціалу. Досліджуючи професійну самореалізацію особистості, С. Д. Максименко та В. І. Осьодло презентують розроблену структуру професійної самореалізації, у якій автори виокремлюють адаптаційно-репродуктивний, діялісно-творчий, суб'єктно-особистісний рівні. Серед особистісних детермінант професійної самореалізації суб'єкта науковці визначають усвідомленість, наявність гуманістичних установок, автономність, цілісність, відповідальність, стійкість, оптимізм, життєтворчість, схильність до ризику, розуміння себе, здатність до рефлексії тощо. (Maksymenko, & Osodlo, 2010, р. 16).

Отже, слід зауважити, що всі згадані автори однакостані в думці, що самореалізація характеризує потребу людини у всебічному розкритті особистості, з огляду на що чимало робіт дослідників присвячено вивченню чинників, ресурсів самореалізації особистості, серед яких науковці визначають гендерний і соціальний аспект, товариськість, як системоутворювальний фактор комунікативної компетентності, творчий потенціал (Prosandeeva, 2018), особистісний потенціал (Kokhanova, & Stoliarchuk, 2019), активність, самостійність (Maksymenko, & Osodlo, 2010) життєстійкість, наполегливість, духовність (Kudinov, 2017; Kudinova & Belousova, 2017), дослідження

взаємозв'язку життєстійкості, самоздійснення (Dub, 2017), самоактуалізації (Kravchuk, 2014).

У цьому дослідженні як ресурс самореалізації розглянуто життєздатність (resilience) особистості. Зазначене поняття ввійшло до психологічного обігу завдяки роботам західних дослідників, котрі визначають його як внутрішню енергію, що пов'язана з психологічними та фізичними факторами, яку людина може використовувати для цілеспрямованих дій; як здатність людини управляти ресурсами власного здоров'я та соціально прийнятним способом використовувати для цього сім'ю, суспільство, культуру (Ungar, Clark, Kwong, Makhnach, & Cameron, 2005; Richardson, 2002; Rutter, 1985; Van der Kleij, Molenaar, & Schraagen, 2011).

Останнім часом цей феномен досить часто застосовують у психологічній і педагогічній науці. Слід зауважити, що в психології існує низка понять, наближених за змістом до поняття «життєздатність», як-от: адаптаційний потенціал, життєстійкість (hardiness) тощо. Стосовно життєстійкості (Maddi, & Khoshaba, 1994), у психологічному сенсі це поняття належить до поєднання якостей особистості, що сприяє протистоянню фізичному та психологічному стресу, з яким неминуче стикається людина на своєму життєвому шляху. Життєстійкість – сукупність поглядів, переконань і поведінкових тенденцій, які містять такі компоненти, як залученість, контроль і виклик. Проте С. Мадді розмежує ці поняття та окреслює відмінності, які вчений бачить у такому: життєстійкість людини є хоробрість і мотивація, здатність вистояти перед стресорами відповідно до сили їхнього впливу, але ця якість не дозволяє людині оговтатися від впливу цих стресорів, як це дозволяє зробити життєздатність. Він також зазначає, що життєстійкість – це шлях до життєздатності; життєстійкість збільшує життєздатність у широкому спектрі комплексних загальних обставин життя (Maddi, & Khoshaba, 1994, р. 261). Отже, можна зробити висновок, що спочатку в людини формується життєстійкість, а потім розвивається життєздатність, що виявляється в набутих навичках пристосовування до умов соціуму.

Серед сучасних наукових досліджень життєздатності варто відзначити роботи О. В. Махнач (Makhnach, & Laktionova, 2007), О. О. Рильської (Rylskaia, 2014). Так, наприклад, науковці О. В. Махнач й А. І. Лактіонова вважають, що життєздатність – це індивідуальна здатність людини керувати власними ресурсами: здоров'ям, емоційною, мотиваційно-вольовою, когнітивною сферами в контексті соціальних, культурних норм й умов середовища (Makhnach, & Laktionova, 2007, р. 294). Водночас О. В. Махнач емпірично визначив компоненти життєздатності: самоефективність, наполегливість, подолання й адаптація, внутрішній

локус контролю, сімейні/соціальні відносини, релігійна віра, моральність, культура людини. У моделі О. О. Рильської виокремлено такі компоненти, як здатність до адаптації, саморегуляції, саморозвитку, осмисленості життя й окреслено такі інтегральні фактори життєздатності, як духовна включеність і самоактуалізаційний потенціал особистості (Rylskaia, 2014, p. 25). Дослідниця характеризує життєздатність як інтегральну здатність збереження людиною своєї цілісності, що актуалізується з огляду на потребу розв'язання життєвих завдань і забезпечує динамічне утримання життя в постійному поєднанні з вимогами соціального буття та людського призначення, що суб'єктивно сприймається як задоволеність власним життям (Rylskaia, 2014, p. 24).

Отже, ми припустили, що студентська молодь в освітній діяльності, окрім значного навчального навантаження, стикається з іншими стресовими ситуаціями та життєвими труднощами. Особливо це стосується нинішнього періоду, коли через пандемію COVID-19 змінилися умови навчання, відбувся перехід освітнього процесу у віртуальний

простір, звузилося коло «живого» міжособистісного спілкування, стало обмеженим пересування, що, безумовно, є стресогенною ситуацією для студентів. Саме в такому контексті життєздатність може бути як психологічний медіатор і сприяти успішній самореалізації студентської молоді.

Для перевірки зазначеного припущення було проведено емпіричне дослідження на базі Національного університету «Одеська юридична академія», у якому взяли участь на добровільній основі 58 студентів 2-го курсу цивільно-господарського факультету. До психодіагностичного комплексу увійшли: «Багатовимірний опитувальник самореалізації особистості» (Kudinov, 2017) та методика «Життєздатність людини» (Rylskaia, 2014).

Для встановлення взаємозв'язків між показниками, що вивчаються, здійснено кореляційний аналіз. У таблиці надано значущі коефіцієнти кореляції між показниками самореалізації та життєздатності особистості.

Таблиця

**Значущі коефіцієнти кореляції між показниками самореалізації та життєздатності особистості**

Показники самореалізації	Показники життєздатності				
	ЗА	ЗСрг	ЗСРз	ОЖ	ЗЖЗ
СЗЦ	385**			301*	295**
СОЦ	-404**	358**	-247*		302*
Ак	265*	324*	307*	276*	445**
Ін	-491**		-383**		-265*
Оп	527**		418**	412**	285*
Пс		283*	-467**		-403**
Екс	355**	320*			261*
СЗМ	337**		363**	323*	301*
ЕгМ	476**				
Кнс			-344**		-299*
Ктр	271*		318*	392**	343**
Д			-301*		
СБ	274*				292*
ОБ	-298*	-285*	-259*		269*

**Примітки:** 1) коми та нулі не зазначено; 2) позначка \*\* відповідає 1 % рівню значущості ( $p \leq 0,01$ ), позначка \* – відповідає 5 % рівню значущості ( $p \leq 0,05$ ); 3) умовні скорочення показників життєздатності: ЗА – здібності до адаптації, ЗСрг – здібності до саморегуляції, ЗСРз – здібності до саморозвитку, ОЖ – осмисленість життя; ЗЖЗ – загальна життєздатність; 4) умовні скорочення показників самореалізації: СЗЦ – соціально значущі цілі, СОЦ – суб'єктивно-особистісні цілі, Ак – активність, Ін – інертність, Оп – оптимістичність, Пс – песимістичність, Ек – екстернальність, СЗМ – соціально значущі мотиви, ЕгМ – егоцентричні мотиви, Кнс – консервативність, Ктр – конструктивність, Д – деструктивність, СБ – соціальні бар'єри, ОБ – особистісні бар'єри.

Отже, показник життєздатності здібності адаптації (ЗА) виявив додатні зв'язки з показниками: соціально значущі цілі (СЗЦ), оптимістичність (Оп), екстернальність (Екс), соціально значущі мотиви (СЗМ), егоцентричні мотиви (ЕГМ) – на 1 % рівні й активність (Ак), конструктивність (Ктр), соціальні бар'єри (СБ) – на 5 % рівні значущості. Від'ємні зв'язки отримано з показниками: суб'єктно-особистісні цілі (СОЦ), інертність (Ін) на 1 % рівні та з показником особистісні бар'єри (ОБ) на 5 % рівні. Показник здібності саморегуляції (ЗСрг) достатньо пов'язаний на 1 % рівні значущості з показниками: суб'єктно-особистісні цілі (СОЦ) на 5 % рівні з показниками: активність (Ак), песимістичність (Пс), екстернальність (Екс) і від'ємно пов'язаний на 5 % рівні з показником особистісні бар'єри (ОБ). Додатний кореляційний зв'язок на 1 % рівні значущості отримано між показником здібності саморозвитку (ЗСрз) та показниками: оптимістичність (Оп), соціально значущі мотиви (СЗМ), на 5 % рівні з показниками: активність (Ак), конструктивність (Ктр). Від'ємні зв'язки на 1 % рівні встановлено з показниками: інертність (Ін), песимістичність (Пс), консервативність (Кнс) та на 5 % рівні з показниками: суб'єктно-особистісні цілі (СОЦ), деструктивність (Д) й особистісні бар'єри (ОБ). Між показником осмисленість життя (ОЖ) виявлено додатні зв'язки на 1 % рівні з показниками оптимістичність (Оп), конструктивність (Ктр) і на 5 % рівні з показниками: соціально значущі цілі (СЗЦ), активність (Ак), соціально значущі мотиви (СЗМ). Загальний показник життєздатності виявив додатний зв'язок

на 1 % рівні з показниками: соціально значущі цілі (СЗЦ), активність (Ак), конструктивність (Ктр) і на 5 % рівні з показниками: суб'єктно-особистісні цілі (СОЦ), оптимістичність (Оп), екстернальність (Екс), соціально значущі мотиви (СЗМ), соціальні бар'єри (СБ), особистісні бар'єри (ОБ). Від'ємні зв'язки на 5 % рівні отримано з показниками: інертність (Ін), консервативність (Кнс) і песимістичність (Пс) на 1 % рівні значущості.

Отримані результати кореляційного аналізу підтвердили наші припущення щодо наявності взаємовпливу життєздатності та самореалізації особистості, що сприяло виконанню якісного аналізу. Для наближення розподілу значень до нормального, сирі бали за методикою «Життєздатність людини» переведено в проценти, що сприяло виокремленню групи осіб з високим рівнем (четвертий квартиль розподілу від 75 до 100 процентиля) і низьким рівнем (перший квартиль від 0 до 25 процентиля) життєздатності. Таким чином, із загальної вибірки методом «асів» було виокремлено групи осіб з високим (ЗЖ+, n=20) і низьким рівнем (ЗЖ-, n=11) загального показника життєздатності. На підставі отриманих результатів побудовано гістограму показників самореалізації студентів-юристів, що презентовано на рис.

У процесі аналізу й інтерпретації отриманих профілів ми спиралися на описову характеристику кожного показника, яку надали автори методики «Багатовимірний опитувальник самореалізації особистості» С. І. Кудінов, С. С. Кудінов (Kudinov, 2017b, p. 3-15).

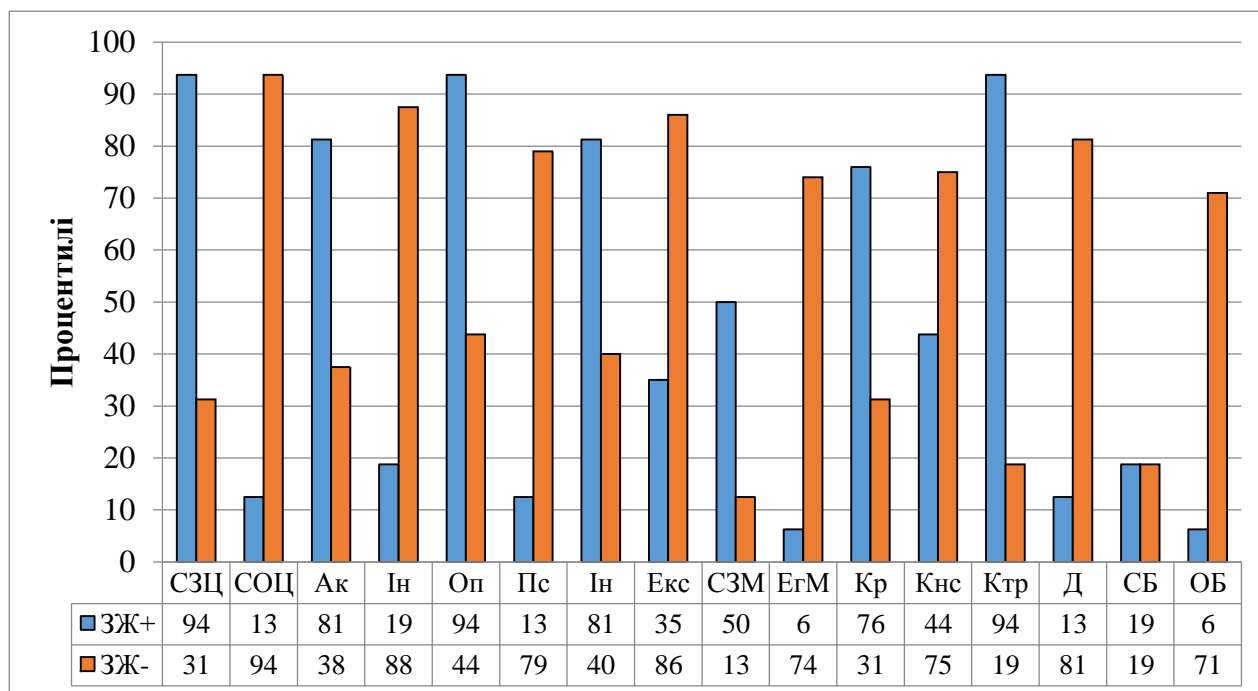


Рис. Гістограма показників самореалізації груп осіб з високим і низьким рівнем життєздатності

Таким чином, візуальний аналіз профілів демонструє наявність відмінностей у досліджуваних групах. Перш за все, слід зазначити, що студентам-юристам (ЗЖ+) притаманна *гармонійна* самореалізація, що характеризує наявність чіткого уявлення щодо власних прагнень і шляхів їхньої реалізації. Вони сповнені оптимізму й здорового раціоналізму, здатні грамотно розподіляти власні ресурси. Такі особи адекватно оцінюють власні переваги й недоліки, прагнуть особистісного зростання, професійної досконалості та соціального визнання, діляться в колективі власним досвідом, знаннями, вміннями та здібностями, що вказує на їхнє бажання реалізувати себе на благо спільної справи й інших людей. Такі характеристики притаманні особам, чиє життя та професія пов'язані з істинним служінням Батьківщині, що відповідає діяльності юриста. Для них є характерним домінування позитивного психоемоційного настрою, наявність позитивних емоцій та оптимізму на початку будь-яких нових справ, навіть у разі невдач вони не впадають у відчай, не засмучуються, впевнені в майбутньому. Представники групи задоволені процесом діяльності, саморозвитку, що сприяє встановленню ними нових цілей і завдань, вони постійно вдосконалюються, мають сформоване чітке розуміння того, до чого прагнуть у житті та як цього можна досягти, легко переходять від однієї діяльності до іншої, добре відчують обставини, ситуації та інших людей. Для втілення ідей і реалізації власного потенціалу можуть використовувати широкий набір засобів, зокрема й неординарних, нестандартних. Їм властиві активність, енергійність, наполегливість, цілеспрямованість, ініціативність, високий життєвий тонус. Вони добре контролюють свою поведінку, вчинки та реакції, схильні до самоаналізу, відповідальні за свої дії.

Для групи студентів з *низьким* рівнем життєздатності (ЗЖ-) характерний *інертний* рівень самореалізації особистості. Вони не виявляють особливої активності, намагаються бути непомітними, їм притаманна помірність у всьому. Опинившись у складній ситуації, найчастіше відмовляються від її розв'язання, щоб не витратити часу. Прагнуть бути не гірше за інших, а в чомусь і перевершувати їх. Опанування професійними знаннями має періодичний характер. Також намагаються домогтися поваги чи визнання в соціумі. У цих осіб низький самоконтроль і самоорганізація, важко беруть на себе відповідальність за все, що з ними відбувається в роботі, сім'ї, соціумі. Їм легше й зручніше звернутися по допомогу до інших людей і згодом, у разі поразки, перекласти на них відповідальність, навіть тоді, коли самостійно можуть щось зробити. Вони схильні звинувачувати інших у провалах, вважають, що успіх їхньої самореалізації залежить

від обставин, навколишніх, керівників різного рівня, влади, держави тощо. У цих осіб переважають егоцентричні мотиви, вони не завжди беруть до уваги думки інших. Можна визнати, що вони зазвичай недооцінюють себе, відчувають страх і хвилювання на початку нових і незвичайних заходів. У них домінуючими є такі емоції, як апатія, тривога, дратівливість, депресивність, агресивність. Вони переважно проявляють фіксовані форми поведінки, що є перешкодою для повноцінного самовираження. Зазвичай воліють у житті й діяльності йти торованим шляхом, не експериментувати, здатні навіть відмовитися від запланованого, ніж змінити тактику й стратегію у досягненні результату. Для них є характерним застосування загальновідомих стандартних схем самовираження, вони виявляють стабільність у звичках, стосунках, захопленнях. Їм притаманні тривожність, скутість, ригідність поведінки, невпевненість, якщо доводиться виступати перед групою незнайомих, образливість, несприйняття критики.

### Наукова новизна

У науковому дослідженні: 1) уточнено зміст понять «самореалізація», «життєздатність»; 2) теоретично обґрунтовано й емпірично підтверджено взаємозв'язок показників життєстійкості та самореалізації; 3) емпірично виявлено типові види самореалізації осіб з різним рівнем життєздатності; 4) доведено ресурсну роль життєстійкості в самореалізації особистості.

### Висновки

У процесі аналізу взаємозв'язків показників самореалізації та життєздатності студентів – майбутніх юристів, було виконано такі дії:

1. Теоретично визначено, що самореалізація – це комплексне психологічне утворення, детерміноване зовнішніми й внутрішніми факторами, що забезпечують успішність самовираження суб'єкта в різних сферах життєдіяльності в процесі онтогенезу, характерними ознаками якого є втілення, опредметнення своїх здібностей, знань, умінь і навичок, можливостей, тут і зараз, у визначений момент часу в різних сферах життєдіяльності. Життєздатність у психологічній науці окреслюють як інтегральну здатність збереження людиною своєї цілісності, що є актуальним з огляду на потребу розв'язання життєвих завдань і забезпечує динамічне утримання життя в постійному поєднанні з вимогами соціального буття та людського призначення, що суб'єктивно сприймається як задоволеність власним життям.

2. Для встановлення взаємозв'язків між показниками життєздатності та самореалізації проведено емпіричне дослідження з використанням методики «Життєздатність людини» та «Багатовимірний опитувальник самореалізації»

особистості». Отримано значущі кореляційні зв'язки між показниками життєздатності та самореалізації на 1 % і 5 % рівні значущості.

3. Проведено аналіз результатів дослідження самореалізації груп осіб з високим і низьким рівнем життєздатності.

Емпірично доведено, що для студентів – юристів з високим рівнем життєздатності притаманна *гармонійна* самореалізація, характерною ознакою чого є наявність чіткого уявлення щодо власних прагнень і шляхів їх реалізації. Зазначені особи проявляють оптимізм, здоровий раціоналізм, адекватну самооцінку, прагнення до особистісного зростання, бажання реалізувати себе на благо спільної справи й інших людей. Їм властиве домінування позитивного психоемоційного настрою, позитивних емоцій, задоволення процесом діяльності, саморозвитку, активність, енергійність, наполегливість, цілеспрямованість, ініціативність,

відповідальність, високий життєвий тонус, контроль поведінки, схильність до самоаналізу.

Доведено, що для групи студентів з *низьким* рівнем життєздатності характерний *інертний* рівень самореалізації особистості. Цим особам притаманна помірність, низький самоконтроль і самоорганізація, іноді апатія, дратівливість, депресивність, агресивність, образливість, стан тривожності, скутості, ригідності поведінки, невпевненості в собі, несприйняття критики. Вони уникають відповідальності, у разі поразки схильні до звинувачення, мають переважно егоцентричні мотиви, не завжди схиляються до думки інших, зазвичай недооцінюють себе, відчувають страх і хвилювання на початку нових і незвичайних заходів, воліють йти торованим шляхом, не експериментувати, дотримуватися загально-відомих стандартних схем самовираження, виявляють стабільність у звичках, стосунках, захопленнях.

#### REFERENCES

- Dub, V.H. (2017). Zhyttiistiikist yak umova samozdiisnennia studenta mihranta [Viability as a condition of self-realization migrant student]. *Problemy humanitarnykh nauk, Problems of the humanities*, 41, 59-69. doi: <https://doi.org/10.24919/2312-8437.41.159064> [in Ukrainian].
- Galazninskiy, E.V. (2008). Problema urovney samorealizatsii cheloveka: tsennostno-smyslovoy kontekst [The problem of levels of human self-realization: value-semantic context]. *Tsennostnye osnovaniia psikhologicheskoy nauki i psikhologiiia tsennostey, The value foundations of psychological science and the psychology of values*. Moscow: In-t psikhologii RAN [in Russian].
- Golovakha, E.I. (2003). ZNiznennaia perspektiva i tsennostnye orientatsii lichnosti [Life perspective and personal value orientations]. *Psikhologiiia lichnosti, Psychology of Personality*. SPb.: Piter [in Russian].
- Kokhanova, O.P., & Stoliarchuk, O.A. (2019). Osobystisnyi potentsial yak zasib samorealizatsii suchasnoi molodi [Personal potential as a means of self-realization of modern youth]. *Aktualni problemy psikhologii, Psikhologiiia obdarovanosti, Current problems of psychology. Psychology of giftedness*, 15(4), 189-196. doi: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.13-2.24> [in Ukrainian].
- Korostyleva, L.A. (2005). *Psikhologiiia samorealizatsii lichnosti: zatrudneniia v professionalnoy sfere [Psychology of personality self-realization: difficulties in the professional sphere]*. SPb.: Rech [in Russian].
- Kravchuk, S.L. (2014). Psikhologichni osoblyvosti zhyttiistiikosti osobystosti u zviazku z ii tsinnostiamy samoaktualizatsii [Psychological features of personality vitality in connection with its values of self-actualization]. *Problemy suchasnoi psikhologii, Problems of modern psychology*, 25, 152-166. doi: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-25.%p> [in Ukrainian].
- Kudinov, S.I. (2017). Psikhologicheskie osobennosti samorealizatsii lichnosti sotrudnikov organov vnutrennikh del [Psychological features of personal self-realization of employees of internal affairs bodies]. *Vektor nauki Toliattinskogo gosudarstvennogo universiteta, Togliatti State University Science Vector*, 1(28), 64-72. doi: <https://doi.org/10.18323/2221-5662-2017-1-67-72> [in Russian].
- Kudinov, S.I., & Kudinov, S.S. (2017). Razrabotka metodiki issledovaniia samorealizatsii lichnosti [Development of a research methodology for personality self-realization]. *Vysshaia shkola: opyt, problemy, perspektivy, Higher School: Experience, Problems, Prospects: Proceedings of the 10<sup>th</sup> International Scientific and Practical Conference* (pp. 3-18). S.I. Kudinov (Ed.). Moscow: Pero [in Russian].
- Kudinova, I.B., & Belousova, S.S. (2017). Vzaimosviaz dukhovno-nravstvennogo samosoznaniia i samorealizatsii lichnosti v period vzroslosti [The relationship of spiritual and moral self-awareness and self-realization of the individual during adulthood]. *Vestnik Rossiyskogo universiteta druznby narodov, Bulletin of Peoples' Friendship University of Russia*, 1(14), 38-51. doi: <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2017-14-1-38-51> [in Russian].
- Leontev, D.A. (2003). *Psikhologiiia smysla: priroda, stroenie i dinamika smyslovoy reguliatsii [Psychology of Sense: Nature, Structure and Dynamics of Sense Regulation]*. Moscow: Smysl [in Russian].
- Maddi, S.R., & Khoshaba, D.M. (1994). Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*, 63, 265-274. doi: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302_6).
- Makhnach, A.V., & Laktionova, A.I. (2007). ZNiznesposobnost podrostka: poniatie i kontsepciiia [The viability of the teenager: the concept and the concept of]. *Psikhologiiia adaptatsii i sotsialnaia sreda: sovremennye podkhody, problemy, perspektivy, Adaptation psychology and social environment: modern approaches, problems, prospects*. L.G. Dikaia, A.L. ZNuravlev (Ed.). Moscow. doi: <https://doi.org/10.4135/9781412976312> [in Russian].

- Maksymenko, S.D., & Osodlo, V.I. (2010). Struktura ta osobystisni determinanty profesiinoi samorealizatsii subiekta [The structure and personal determinants of professional self-realization of the subject]. *Problemy suchasnoi psykholohii, Problems of modern psychology*, 8, 3-19. doi: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-8.%p> [in Ukrainian].
- Maslou, A. (2008). *Motivatsiia i lichnost [Motivation and personality]* (3<sup>rd</sup> ed.). (Trans). SPb.: Piter [in Russian].
- Pinska, O.L. (2018). Teoretychni zasady problemy osobystisnoi samorealizatsii yak psykholohichnoho fenomenu [Theoretical foundations of the problem of personal self-realization as a psychological phenomenon]. *Visnyk universytetu imeni Alfreda Nobelia, Bulletin of Alfred Nobel University*, 1(15), 36-41. doi: <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2018-0-15-36-41> [in Ukrainian].
- Prosandieieva, L.Ye. (2018). Tvorchist yak zasib samorealizatsii osobystosti v period doroslishannia [Creativity as a means of self-realization of the individual in adulthood]. *Psykholohichni chasopys, Psychological Journal*, 6, 155-166. doi: <https://doi.org/10.31108/1.2018.6.16> [in Ukrainian].
- Richardson, G. (2002). The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*, 58(3), 307-321. doi: <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>.
- Rogers, C. (1963) *The Actualizing Tendency in Relation to "Motives" and to Consciousness*. M.R. Jones (Ed.). Lincoln: University of Nebraska Press.
- Rutter, M. (1985). Resilience in the face of adversity. *British Journal of Psychiatry*, 6(147), 598-611. doi: <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>.
- Rylskaia, E.A. (2014). Psihologiiia zniznesposobnosti cheloveka [The psychology of human vitality]. *Doctor's thesis*. Iaroslavl [in Russian].
- Ungar, M., Clark, S.E., Kwong, W.-M., Makhnach, A., & Cameron, C.A. (2005). Studying resilience across cultures. *Journal of Ethnic and Cultural Diversity in Social Work*, vol. 14, 3/4, 1-19. doi: [https://doi.org/10.1300/J051v14n03\\_01](https://doi.org/10.1300/J051v14n03_01).
- Van der Kleij, R., Molenaar, D., & Schraagen, J. M. (2011). Making teams more resilient: effects of shared transformational leadership training on resilience. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society 55<sup>th</sup> Annual Meeting*, 55(1), 2158-2162. doi: <https://doi.org/10.1177/1071181311551450>.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

- Дуб В. Г. Життестійкість як умова самоздійснення студента мігранта. *Проблеми гуманітарних наук*. 2017. Вип. 41. С. 59–69. doi: <https://doi.org/10.24919/2312-8437.41.159064>.
- Галажинский Э. В. Проблема уровней самореализации человека: ценностно-смысловой контекст. *Ценностные основания психологической науки и психология ценностей*. М. : Ин-т психологии РАН, 2008. С. 123–147.
- Головаха Е. И. Жизненная перспектива и ценностные ориентации личности. *Психология личности*. СПб. : Питер, 2003. С. 256–268.
- Коханова О. П., Столярчук О. А. Особистісний потенціал як засіб самореалізації сучасної молоді. *Актуальні проблеми психології. Психологія обдарованості*. 2019. Вип. 15. Т. 4. С. 189–196. doi: <https://doi.org/10.32843/2663-5208.2020.13-2.24>.
- Коростылева Л. А. Психология самореализации личности: затруднения в профессиональной сфере : монография. СПб. : Речь, 2005. 222 с.
- Кравчук С. Л. Психологічні особливості життестійкості особистості у зв'язку з її цінностями самоактуалізації. *Проблеми сучасної психології*. 2014. Вип. 25. С. 152–166. doi: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2014-25.%p>.
- Кудинов С. И. Психологические особенности самореализации личности сотрудников органов внутренних дел. *Вектор науки Тольяттинского государственного университета*. 2017. № 1 (28). С. 64–72. (Серия «Педагогика, психология»). doi: <https://doi.org/10.18323/2221-5662-2017-1-67-72>.
- Кудинов С. И., Кудинов С. С. Разработка методики исследования самореализации личности. *Высшая школа: опыт, проблемы, перспективы* : материалы X Междунар. науч.-практ. конф. / под ред. С. И. Кудинова. М. : Перо, 2017. С. 3–18.
- Кудинова И. Б., Белоусова С. С. Взаимосвязь духовно-нравственного самосознания и самореализации личности в период взрослости. *Вестник Российского университета дружбы народов*. 2017. № 1. Т. 14. С. 38–51. (Серия «Психология и педагогика»). doi: <https://doi.org/10.22363/2313-1683-2017-14-1-38-51>.
- Леонтьев Д. А. Психология смысла: природа, строение и динамика смысловой регуляции. М. : Смысл, 2003. 286 с.
- Maddi S. R., Khoshaba D. M. Hardiness and Mental Health. *Journal of Personality Assessment*. 1994. No. 63. P. 265–274. doi: [https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302\\_6](https://doi.org/10.1207/s15327752jpa6302_6).
- Махнач А. В., Лактионова А. И. Жизнеспособность подростка: понятие и концепция. *Психология адаптации и социальная среда: современные подходы, проблемы, перспективы* / отв. ред. Л. Г. Дикая, А. Л. Журавлев. М., 2007. 624 с. doi: <https://doi.org/10.4135/9781412976312>.
- Максименко С. Д., Осьодло В. І. Структура та особистісні детермінанти професійної самореалізації суб'єкта. *Проблеми сучасної психології*. 2010. Вип. 8. С. 3–19. doi: <https://doi.org/10.32626/2227-6246.2010-8.%p>.
- Маслоу А. Мотивация и личность. 3-е изд. / пер. с англ. СПб. : Питер, 2008. 352 с.
- Пінська О. Л. Теоретичні засади проблеми особистісної самореалізації як психологічного феномену. *Вісник університету імені Альфреда Нобеля*. 2018. № 1 (15). С. 36–41. (Серія «Педагогіка і Психологія»). doi: <https://doi.org/10.32342/2522-4115-2018-0-15-36-41>.
- Просандієва Л. Є. Творчість як засіб самореалізації особистості в період дорослішання. *Психологічний часопис*. 2018. № 6. С. 155–166. doi: <https://doi.org/10.31108/1.2018.6.16>.
- Richardson G. The metatheory of resilience and resiliency. *Journal of Clinical Psychology*. 2002. No. 58 (3). P. 307–321. doi: <https://doi.org/10.1002/jclp.10020>.



- Rogers C. The Actualizing Tendency in Relation to «Motives» and to Consciousness / in: M. R. Jones (Ed.). Lincoln : University of Nebraska Press, 1963. P. 1–24.
- Rutter M. Resilience in the face of adversity. *British Journal of Psychiatry*. 1985. Issue 6. Vol. 147. P. 598–611. doi: <https://doi.org/10.1192/bjp.147.6.598>.
- Рыльская Е. А. Психология жизнеспособности человека : дис. ... д-ра психол. наук : 19.00.01. Ярославль, 2014. 446 с.
- Ungar M., Clark S. E., Kwong W.-M., Makhnach A., Cameron C. A. Studying resilience across cultures. *Journal of Ethnic and Cultural Diversity in Social Work*. 2005. Vol. 14. No. 3/4. P. 1–19. doi: [https://doi.org/10.1300/J051v14n03\\_01](https://doi.org/10.1300/J051v14n03_01).
- Van der Kleij R., Molenaar D., Schraagen J. M. (2011). Making teams more resilient: effects of shared transformational leadership training on resilience. *Proceedings of the Human Factors and Ergonomics Society 55<sup>th</sup> Annual Meeting*. 2011 No. 55 (1). P. 2158–2162. doi: <https://doi.org/10.1177/1071181311551450>.

*Стаття надійшла до редколегії 20.08.2020*

**Bedan V.** – Ph.D in Psychology, Senior Lecturer of the Department of Psychology of the National University «Odessa Law Academy», Odesa, Ukraine  
ORCID: <https://orcid.org/0000-0003-0497-5473>

## The Resilience as a Resource for Self-Realization of Future Lawyers

*Self-realization characterizes a person's need for comprehensive disclosure in all spheres of life. The new challenges facing young people today require them to master the skills to manage their own resources: health, emotional, motivational-volitional, cognitive spheres, to be viable for solving established tasks. The study purpose to: analyze the relationship of self-realization of indicators and the viability of the student's future lawyers; to study groups with high and low levels of vitality and characterize the indicators of self-realization in the studied groups. Methodology. The research used the following methods: theoretical (analysis, synthesis, comparison, generalization and interpretation of special sources and theoretical approaches of the selected problem); empirical methods (observation, survey, testing); mathematical and statistical methods. For the processing of empirical data, the method of quantitative analysis (correlation analysis using the computer program for statistical data processing SPSS 23.0 for Windows) and qualitative analysis (the method of «aces» and «profiles») were applied. Psychodiagnostic complex: methodology «Human resilience» (A. Rylskaya) and «Multidimensional questionnaire of personality self-realization» (S. Kudinov, S. Kudinov). Scientific novelty. This study 1) clarified the content of the concepts of «self-realization», «resilience»; 2) the relationship between indicators of vitality and self-realization is theoretically substantiated and empirically confirmed; 3) empirically revealed the typical types of self-realization of persons with different levels of vitality; 4) the resource role of resilience in personal self-realization has been proven. Conclusions. It has been established empirically proved that for law students with high levels of resilience have harmonious self-realization, having a clear idea of their own aspirations and ways of their implementation. Demonstrate optimism, healthy rationalism, adequate self-esteem, activity, energy, perseverance, dedication, initiative, responsibility, high vitality, control of behavior, a tendency to introspection, striving for personal growth, a desire to realize oneself for the benefit of a common cause and other people. For a group of students with a low level of vitality, a characteristic inert level of personality self-realization. They are characterized by moderation, low self-control and self-organization, apathy, irritability, depression, aggressiveness, anxiety, stiffness, rigidity of behavior, self-doubt, resentment, rejection of criticism, avoidance of responsibility, and low self-esteem. They prefer not to experiment, go the beaten path, use well-known standard schemes of self-expression, show stability in habits, relationships, and hobbies.*

**Keywords:** personality; students; self-realization; vitality; resilience; harmonious self-realization; inert self-realization.