

## СПЕЦИФІКА САМОВДОСКОНАЛЕННЯ ОСОБИСТОСТІ НА РІЗНИХ ЕТАПАХ ЇЇ ОНТОГЕНЕЗУ

У статті розглядаються й аналізуються особливості вікової динаміки самовдосконалення як однієї з форм особистісного самотворення через призму змістових компонентів структури психологічного віку; з'ясовуються основні індивідуально- й соціально-психологічні чинники, а також провідні мотиви діяльності і найбільш значимі компоненти самотворення, які, відповідно до кожного вікового етапу, вирішальним чином детермінують зміст, якість та ефективність перебігу даного процесу, визначають його кінцевий результат, перспективи прояву й реалізації у подальші періоди онтогенезу.

**Ключові слова:** самовдосконалення, самотворення, саморозвиток, самосвідомість, індивідуалізація, самореалізація, самоактуалізація.

В статье рассматриваются и анализируются особенности возрастной динамики самосовершенствования как одной из форм личностного самосозидания через призму содержательных компонентов структуры психологического возраста; выясняются основные индивидуально- и социально-психологические факторы, а также ведущие мотивы деятельности и наиболее значимые компоненты самосознания, которые, соответственно каждому возрастному этапу, решающим образом детерминируют содержание, основные этапы, качество и эффективность течения данного процесса, определяют его конечный результат, перспективы проявления и реализации в последующие периоды онтогенетического развития личности.

**Ключевые слова:** самосовершенствование, самосозидание, саморазвитие, самосознание, индивидуализация, самореализация, самоактуализация.

**Постановка проблеми.** Сучасне суспільство повсякчас ставить перед особистістю на кожному з етапів її онтогенезу значну кількість завдань різного змісту й складності, успішне вирішення яких стає можливим за умов здійснення нею безперервного всебічного розвитку й самовдосконалення у багатьох життєвих сферах. Змістовні складові вікових періодів визначають специфіку реалізації особистістю власного вдосконалення, а його результати мають властивість до перенесення з попередніх на наступні етапи розвитку. Однак не кожна людина насамперед в силу певних вікових особливостей здатна до самостійного прийняття рішення про самовдосконалення та його ефективної ор-

ганізації. Тому важливим завданням психолого-педагогічної науки є дослідження специфіки самовдосконалення особистості в контексті вікових особливостей. Але, попри очевидну суспільну й наукову значущість проблеми, маємо констатувати факт значної недостатності її дослідження.

**Аналіз наукових досліджень і публікацій** дозволяє стверджувати про наявність лише часткового розгляду проблеми становлення індивідуальності особистості на кожному з її вікових періодів шляхом саморозвитку й самовдосконалення. Зокрема зарубіжні фахівці акцентують увагу переважно на об'єктивних закономірностях прояву самотворчих процесів в онтогенезі. Саме поняття «індивідуальний життєвий шлях» розуміється ними як послідовність життєвих подій, в процесі якої відбувається зміна цінностей (Ш. Бюлер), розгортання загального життєвого сценарію (Е. Берн), що складається з чергування стадій психосоціального розвитку (Е. Еріксон), сповнений низкою внутрішніх конфліктів (К. Юнг) та опосередкований соціальними впливами [1]. Ці та багато інших, суто об'єктивних, чинників зумовлюють зміст процесів саморозвитку особистості як однієї з головних основ, складових та умов становлення її індивідуалізації.

Інший, суб'єктний, підхід розглядає індивідуальний життєвий шлях через його об'єктивацію у безпосередніх результатах життєдіяльності особистості та здатності до самоорганізації й керування власним розвитком. Це концепції культурно-історичного розвитку особистості як суб'єкта життя (С.Л. Рубінштейн); життєвої стратегії (К.О. Абульханова-Славська); реалізації вчинкового принципу (В.А. Роменець), еволюції та інволюції суб'єктних механізмів психічної активності (В.О. Татенко), зростання суб'єктності через послідовні модифікацій ставлення до себе й до оточення (Т.М. Титаренко). У межах даного підходу висвітлюються ідеї життєтворчості як особливої форми творчого самоздійснення (В.М. Доній, О.Г. Злобіна, І.О. Мартинюк, Г.М. Несен, Л.В. Сохань, В.І. Шинкарук) [2].

Отже, наявність лише двох основних, протилежних за змістом, підходів до визначення механізмів та чинників реалізації процесів саморозвитку й самовдосконалення дозволяють говорити про певну односторонність підходу до проблеми, що вивчається. Адже, на нашу думку, зміст і реалізація самотворчих процесів, як і будь-яких інших форм прояву активності особистості, не можуть бути визначеними лише однією стороною її життя – зовнішньою (соціальною), або внутрішньою (індивідуальною), – оскільки вони здійснюють рівноцінний вплив. Тому вважаємо за доцільне обрання підходу,

який поєднує зміст двох зазначених підходів у визначенні специфіки процесів самотворення (зокрема самовдосконалення як однієї з його форм) на кожному з вікових етапів. До того ж недостатність розгляду власне онтогенетичного аспекту самовдосконалення у психологічній літературі також обумовлює актуальність нашої роботи.

**Метою** нашої статті є розкриття особливостей самовдосконалення особистості на кожному з етапів онтогенезу та встановлення індивідуально- й соціально-психологічних чинників, що здійснюють на нього суттєвий вплив.

**Виклад основного матеріалу.** Вік людини відбиває не тільки рівень її фізіологічної зрілості, а й характер зв'язків із оточуючою дійсністю, особливості внутрішнього світу, які визначають специфіку вдосконалення нею власних особистісних характеристик. Проаналізуємо кожен з вікових етапів та визначимо відповідні основні передумови, чинники, детермінанти й загальну динаміку реалізації самовдосконалення як одного з різновидів самотворчих процесів. З метою кращого структурування психологічних особливостей даного процесу в онтогенезі особистості нами взято за основу запропоновані Л.С. Виготським такі змістовні компоненти структури психологічного віку, як «соціальна ситуація розвитку» та «вікові новоутворення», й визначене О.М. Леонтьєвим поняття «провідна діяльність». Додатково візьмемо до уваги й такі особистісні критерії, як рівень розвитку окремих компонентів самосвідомості (самооцінки, Я-концепції, рівня домагань), а також зміст провідних мотивів діяльності.

**Дошкільний вік як період виникнення передумов для майбутнього самовдосконалення.** Дошкільний вік (3–6 років) є періодом загальної сензитивності індивіда до різнобічного розвитку. Переломним моментом в особистісному становленні дошкільника, згідно з Д.Б. Ельконіним, виступає настання нормативної кризи трьох років, позитивний симптомокомплекс якої складає почуття гордості за свої досягнення, поява феномена «Я сам» як основа розвитку домагань та системи цілепокладання, й усвідомлення власного «Я» як основа розвитку самосвідомості [3]. Основний зміст та складові позитивного компонента кризи виступають, на нашу думку, значущими конструктивними факторами, що сприяють формуванню мотивів майбутньої діяльності особистості й будують підґрунтя для здійснення подальшої самотворчої роботи.

Провідною діяльністю даного віку є безпосереднє емоційне спілкування, яке базується на впізнаванні близьких, та гра як передумова майбутньої діяльності (навчальної, професійної

й творчої). У дошкільному віці зароджуються передумови до здійснення саморозвитку й самовдосконалення, але вони є неусвідомлюваними й далекими від справжніх самотворчих процесів. Продуктивні види діяльності, виконання ігрових, перших примітивних завдань з навчальними й трудовими елементами сприяють розвитку та вдосконаленню складових структури особистості дошкільника: формується спрямованість на отримання результату, планування й управління поведінкою, навички самооцінки [4]. Важливою умовою виступає необхідність постійної уваги й здійснення компетентної допомоги з боку дорослих (батьків та педагогів), які б мотивували дитину до пізнавальної діяльності та супроводжували б упродовж всього періоду формування нових корисних вмінь і навичок, сприяючи виявленню й розкриттю її внутрішнього потенціалу.

На основі узагальнення досліджень вітчизняних учених (В.М. Поліщук, М.В. Савчин, І.В. Шаповаленко та ін.), ми виокремили провідні новоутворення даного вікового періоду, які є особливо значущими для формування потреби та здатності до самовдосконалення у майбутньому: 1) формування початків самосвідомості й саморефлексії; 2) поява нових видів діяльності (малювання, конструювання, ліплення) як основних форм самовираження внутрішніх творчих потенціалів; 3) відкриття власного внутрішнього світу, цілеспрямована поведінка, інтелектуальне й емоційне передбачення, розвиток моральних почуттів; 4) зачатки світогляду, ієрархія й зіставлення мотивів, усвідомлення понять «добро» і «зло», поведінкових норм та життєвих цінностей [1; 2; 5].

Отже, усі зазначені особливості розвитку особистості в дошкільний період створюють серйозні передумови для здійснення нею майбутньої роботи із самовдосконалення.

**Особливості самовдосконалення у молодшому шкільному віці (6–11 років).** У цьому віці навчальна діяльність стає провідною й виступає найголовнішою сферою для самовдосконалення дитини як особистості. Молодший шкільний вік є сензитивним для формування мотивів навчання, розвитку стійких пізнавальних потреб та інтересів, розкриття індивідуальних особливостей і здібностей; розвитку навичок самоконтролю, самоорганізації, саморегуляції, засвоєння соціальних та моральних норм. Провідна роль навчальної діяльності сприяє активному включенню дітей і в інші види активності (гра, творчість, елементи трудової діяльності), які сприяють оптимізації мотивації навчання, прагненню до позитивних змін та закріпленню нових досягнень [1].



Розвиток зазначених сфер особистості створює підґрунтя для початку її самовдосконалення у даному віці.

Важливим соціальним інститутом, який здійснює безпосередній вплив на ефективність розвитку особистості у молодшому шкільному віці, виступає її близьке оточення. Моделі та стратегії поведінки дорослих відіграють вирішальну роль й вагомим чином впливають на становлення дитячої самооцінки, зміст і ступінь сформованості якої значною мірою позначаються на ефективності подальшої реалізації самовдосконалення. В.М. Поліщук визначив, що на формування самооцінки й обрання мотивів до самовдосконалення у даному віці також впливають такі чинники, як довільність, самоконтроль як здатність до саморегуляції, внутрішній план дій; поява здатності до рефлексії, що сприяє виробленню навичок самоаналізу й механізму самокорекції мислення [5].

Отже, можемо стверджувати, що становлення самооцінки, самосвідомості та перехід спрямування активності дитини-дошкільника в усвідомлений внутрішній процес, який супроводжується початковими проявами самоаналізу, саморегуляції та самокорекції, стають головними передумовами для майбутньої роботи з особистісного самовдосконалення.

У процесі становлення особистості молодшого школяра важливу роль відіграє супровід авторитетних дорослих, які повинні виконувати роль наставників та скеровувати активність дитини у конструктивне русло. Адже більшість позитивних досягнень без підкріплення ззовні можуть бути втрачені дитиною вже на піку глобальної перебудови підліткового віку. Ми цілком згодні з думкою І.В. Дубровіної про те, що збільшення молодшим школярем кількості позитивних надбань та витрат часу й сил (за умови супроводу дорослих) на самовдосконалення полегшить подолання ним майбутніх труднощів підліткового віку [6].

То ж можемо зробити висновок про те, що значні досягнення у психічному розвитку молодшого школяра (зокрема, у розвитку когнітивної, емоційно-вольової сфер та самосвідомості), а також особливості соціальної ситуації створюють сприятливі умови для початкового етапу здійснення роботи із самовдосконалення, готуючи підґрунтя для більш серйозної та усвідомленої його реалізації у підлітковому та юнацькому віці.

*Самовдосконалення в підлітковому віці (11–14 років).* Головною ознакою підліткового віку вважається почуття дорослості, котре, за визначенням Д.Б. Ельконіна, специфічним новоутворенням свідомості, через яке підліток стає схильним до порівняння себе з іншими (дорослими або однолітками) [3].

Основний зміст мотивації діяльності в даному віці полягає у спрямованості особистості до виділення серед оточення та самотвердження. Поведінкові прояви є досить полярними: одна частина підлітків самотверджується негативним, навіть девіантним способом, інша ж частина йде позитивним шляхом, – через саморозвиток та самовдосконалення. Конструктивні способи вирішення вікових проблем спрямовані на активне перетворення ситуації, у результаті чого виникає відчуття зростання власного потенціалу. На думку І.А. Сироти та В.М. Ялтонського, такими конструктивними способами функціонування можуть виступати:

- досягнення мети власними силами;
- звернення за допомогою до інших людей, включених до даної ситуації або до тих, хто володіє досвідом вирішення подібних проблем;
- ретельне обмірковування проблеми і різних шляхів її вирішення;
- зміна свого ставлення до проблемної ситуації;
- зміни в системі власних установок та звичних стереотипів [7].

Отже, підлітки, які обрали конструктивний спосіб вирішення труднощів та протиріч шляхом саморозвитку й самовдосконалення, значно легше переживають усі труднощі, пов'язані з особливостями власного віку, адже займаються конструктивною діяльністю, яка допомагає їм самотвердитися власними силами шляхом внутрішньої роботи над собою.

Серед новоутворень підліткового віку, які здійснюють суттєвий вплив на процес реалізації самовдосконалення, можна виокремити наступні:

- 1) почуття дорослості як суб'єктивне переживання підлітком готовності бути повноправним та рівноправним учасником групи (колективу) та об'єктивна передумова усвідомлення власної індивідуальності;
- 2) зміна структури моральних норм та цінностей;
- 3) прояв соціальної активності;
- 4) прагнення до самостійності й незалежності;
- 5) критичність свідомості, чутливість до оцінки з боку дорослих [2].

Отже, підлітковий вік є складним та суперечливим періодом життя особистості, адже під час його перебігу йде процес перебудови усіх її структурних компонентів, боротьба мотивів, гостро постає проблема вибору між позитивним та негативним, між прагненнями й реальними можливостями, тобто триває постій-

ний пошук себе шляхом саморозкриття, саморозвитку та самовдосконалення через низку спроб і помилок.

Важливими детермінантами прагнення до самовдосконалення підлітків ряд дослідників (зокрема П.Я. Арет, М.Й. Боришевський, Л.І. Рувінський, А.Г. Ковальов та ін.) вважають розвиток самосвідомості, основою якого у даному віці виступає прагнення до самопізнання, формування власного Я-образу та самооцінки, з котрою тісно пов'язаний і рівень домагань, спрямований на реалізацію життєвих перспектив. Неспівпадіння змісту «Я-реального» та «Я-ідеального» в процесі самоаналізу підлітком власних особистісних характеристик стає спонукальним мотивом для прийняття рішення про початок роботи із самовдосконалення [8]. Отже, високий рівень розвитку самосвідомості, наявність змістовних протиріч у становленні самооцінки й потреби у самоствердженні підлітка як особистості виступають основними домінуючими мотивами щодо здійснення ним роботи із самовдосконалення.

**Самовдосконалення особистості в юнацькому віці (15–23 роки).** У даному віці поряд із завершенням процесів фізичного дозрівання особистості розширюється діапазон її соціальних ролей. Згідно з С.Л. Рубінштейном, особистість в період юності постає як об'єкт активного впливу різнопланових соціальних чинників й відзначається «творчою самодіяльністю» [4]. Наявність таких перетворень викликає значне збільшення вимог до змісту індивідуально-психологічних характеристик особистості й виступає спонукальним чинником до їх оптимізації шляхом самовдосконалення.

Основними змістовними компонентами соціальної ситуації розвитку на даному віковому етапі є: переосмислення власної значущості в системі соціальних відносин; пошук сенсу життя, виокремлення проблеми набуття ідентичності та перспектив подальшого розвитку власного «Я»; зорієнтованість на особистісне й професійне самовизначення [1].

Отже, орієнтація на перспективу майбутнього та прагнення до самоствердження виступають одними з головних чинників, що спонукають юну особу до самозміни шляхом самовдосконалення, адже оптимізація індивідуально-психологічних параметрів підвищує ефективність її функціонування й надає більше шансів у досягненні поставленої мети.

Згідно з Д.Б. Ельконіним, в юнацькому віці провідною є навчально-професійна діяльність. Вибір професії стає складовою особистісного самовизначення внаслідок аналізу майбутньої діяльності під кутом зору її практичного значення й оцінки влас-

них внутрішніх ресурсів [3]. Отже, професійне самовизначення відображає рівень особистісних домагань, який є проявом її об'єктивних можливостей, безпосереднім стимулом особистісної самореалізації та одним з домінуючих мотивів для самовдосконалення.

Юнацький вік є найбільш плідним періодом для саморозвитку й самовдосконалення, адже особистістю усвідомлюється перебування на порозі дорослого самостійного життя і того факту, що майбутнє переважно починає залежати від їхньої внутрішньої позиції. Наявність потреби у плануванні життєвого шляху спричинює виникнення особливого утворення – життєвої перспективи, яку Є.І. Головаха визначає як систему уявлень людини про власне майбутнє. Ядром життєвої перспективи виступають життєві плани, ціннісні орієнтації, а її основною функцією – регулятивна, смисловою віссю є «картина майбутнього», на яку орієнтується індивід при побудові ієрархії цілей і засобів для їх досягнення [5]. Чітке усвідомлення й переживання особистістю власної життєвої перспективи, на нашу думку, значним чином впливає на побудову нею образу подальшого життєвого шляху й запускає розгортання самотворчих процесів як основних методів оптимізації індивідуально-психологічних параметрів, що є ключовими для ефективного функціонування особистості у майбутньому.

Найважливішими психологічними чинниками юнацького віку, що здійснюють суттєвий вплив на реалізацію особистістю самовдосконалення, є формування стійкого Я-образу й самосвідомості. На думку з Н.В. Ліфарєвою, становлення самосвідомості відбувається за декількома напрямками:

1. Відкриття власного внутрішнього світу, в ході якого з'являється відчуття власної неповторності. Інколи з'являється й почуття самотності та відсутності розуміння з боку інших людей. Конструктивною стратегією подолання такого стану виступає віднайдення вад власної особистості й прагнення до їх подолання шляхом освіти, самоосвіти й самовдосконалення.

2. Усвідомлення незворотності часу, яке змушує до замислення про перспективи майбутнього та складання плану власної життєдіяльності, котрий охоплює усю сферу особистого самовизначення: моральний образ, стиль життя, рівень домагань, вибір професії й власного місця в житті. Осягнення цілей, прагнень, вироблення життєвого плану є важливими елементами самосвідомості й серйозним підґрунтям для самовдосконалення.

3. Формування цілісного уявлення про власну особистість та ставлення до неї, усвідомлення й оцінка особливостей власних



фізичних, морально-психологічних, інтелектуальних та вольових якостей [9].

Отже, на основі аналізу досягнутих результатів у різних видах діяльності, врахування думок інших людей, самоспостереження й самоаналізу власних якостей та здібностей в юнака формується самоповага як узагальнене ставлення до себе. Зазначені чинники складають міцну конструктивну основу для здійснення цілеспрямованої внутрішньої роботи особистості над собою та спонукають її до подальшого самовдосконалення.

**Самовдосконалення у ранньому дорослому віці (24–40 років).** Згідно теорії Е. Еріксона, дорослість є віком «звершення діянь», коли людина набуває здатності до досягнення максимально високого рівня становлення власної особистості й реалізації внутрішніх потенціалів. Головними лініями розвитку на даному етапі виступають генеративність, продуктивність та креативність [1]. Достатній рівень сформованості когнітивної, інтелектуальної сфери й самосвідомості, стійкої системи цінностей, життєвої позиції, професійної спрямованості виступають основними детермінантами прагнення до вдосконалення психологічних та соціальних характеристик.

Самовдосконалення особистості у ранній дорослості відбувається переважно у двох основних сферах її життєдіяльності – особистісній та професійній. Професійна діяльність виступає однією з основних форм соціальної активності людини на даному етапі її життя. Узагальнюючи ідеї дослідників зазначеної проблематики (О.І. Артемової, Л.О. Коростильової, А.Н. Ніконової та ін.), можемо стверджувати, що самовдосконалення в професійній сфері спрямоване на оптимізацію особистістю рівня її знань, умінь та навичок, необхідних для ефективного функціонування у професії, виконання професійних обов'язків, для досягнення професійного успіху, кар'єрного зростання, розкриття особистісного професійного потенціалу [10].

Самовдосконалення особистісної сфери спрямоване на оптимізацію рівня фізичного та інтелектуального розвитку, збагачення досвіду, а також на покращення ефективності виконання подружніх та батьківських ролей. Згідно з Р.В. Павелковим, основними труднощами й одночасно завданнями ранньої дорослості у контексті їхнього самовдосконалення є вирішення суперечностей між власною ідентичністю і поєднанням соціальних ролей, між близькістю у стосунках та ізоляцією від них. Досягнення ідентичності забезпечує відчуття неперервності досвіду й виступає мотивом до самопізнання, самооцінки, визначення та

зміни власних пріоритетів і місця в соціальному оточенні [4]. На нашу думку, самовдосконалення в усіх сферах життєдіяльності молодшої людини є найефективнішим способом вирішення таких протиріч та сприяє досягненню нею особистісної ідентичності.

До кінця періоду молодості для особистості стає характерним переживання нормативного кризового стану, пов'язаного з переоцінкою цінностей та змісту власного «Я». Згідно з М.В. Савчиним та Л.П. Василенко, позитивний особистісний розвиток, зазвичай, відбувається за такими напрямками: а) зростання свободи вибору; б) становлення індивідуальності, творчого підходу до дійсності; в) посилення духовної інтегрованості, соціальної відповідальності, збагачення усіх форм життєдіяльності [2]. На нашу думку, даний кризовий стан можна вважати цілком позитивним явищем, адже досягнення соціальної зрілості сприяє критичній оцінці особистістю своєї сутності й власного життєвого шляху з точки зору вірності його обрання, надаючи імпульс до подальшого самовдосконалення.

Отже, самовдосконалення особистості у період дорослості – важлива умова оптимізації особистісної та професійної сфер її діяльності та визначає перспективу майбутніх успіхів і досягнень.

**Самовдосконалення у зрілому віці (50–60 років).** Характерною ознакою періоду є тенденція до досягнення особистістю найвищого рівня розвитку духовних, інтелектуальних та фізичних сил. Соціальна ситуація розвитку пов'язана з активним включенням людини до сфери суспільного виробництва, проявом індивідуальності у вихованні дітей або онуків, взаєминах з іншими людьми у процесі трудової діяльності, виникає бажання зайняти ключове місце в суспільстві [1]. Одним з найефективніших способів досягнення позитивних результатів в усіх зазначених життєвих сферах зрілої особистості, на наш погляд, є самовдосконалення її розумових і фізичних характеристик та прагнення до постійного збагачення власного досвіду.

А.О. Деркач стверджує, що завдяки досягненню кульмінації процесу самовдосконалення й самореалізації (або «акме») особистісні можливості людини не лише вдосконалюються, а й примножуються. «Акме» особистості як вершина її зрілості містить в своїй основі особливо значущі для неї духовно-моральні цінності, які вона готова дієво відстоювати [11].

О.О. Бодальовим визначено, що основними показниками прогресу самовдосконалення особистості та досягнення нею «акме» у період зрілості є наступні новоутворення: 1) зміни в

мотиваційній сфері із закріпленою системою цінностей; 2) вироблення навичок планування й реалізації діяльності; 3) здатність до подолання труднощів; 4) об'єктивне оцінювання власних сильних і слабких сторін, ступеня готовності до більш складних та відповідальних вчинків [12]. На думку дослідника, важливим є й урахування ролі самої людини у змісті та терміні досягнення нею вершини розвитку. Тобто, вченим підкреслюється виняткове значення власної активності особистості для здійснення нею роботи із самовдосконалення.

Отже, соціальна ситуація розвитку у зрілому віці є цілком сприятливою для здійснення особистістю роботи над розвитком та вдосконаленням власних характеристик, але ефективність такої роботи залежить від наявності достатньої мотивації та мети щодо впровадження її у реальність.

**Особливості самовдосконалення у період старості (після 60 років).** Пізня дорослість, або старість, є заключним періодом життя людини, коли відбувається поступове зниження ефективності функціонування більшості її психофізіологічних показників. Соціальна ситуація розвитку передбачає зміну позиції в суспільстві, зниження соціального статусу, втрату важливих соціальних ролей та припинення трудової діяльності [2].

Щодо особливостей Я-концепції як однієї з основних детермінант процесу самовдосконалення в пізньому віці думки дослідників розходяться. З одного боку, є відомості про негативні характеристики самосвідомості, виражене заниження самооцінки, задоволеності життям та відповідне зниження прагнення до власного вдосконалення. В інших же роботах виявляються протилежні факти. Зокрема, у дослідженнях О.Н. Молчанової показано, що поряд із загальним зниженням цінності «Я» та його окремих аспектів в пізньому віці проявляється тенденція до стабілізації та компенсації Я-концепції [9]. Та більшістю дослідників (М.В. Савчиним, Л.П. Василенко, І.В. Шаповаленко, В.М. Поліщук та ін.) все ж доведено, що потреба у самовдосконаленні та його реалізації має місце навіть на такому пізньому етапі онтогенезу. У даному контексті чітко простежується взаємозв'язок життєвої позиції з мотивацією до подальшого самотворення: чим активніше налаштованою є людина, чим більше стимулів та життєвих цілей вона має та чим міцнішою є її підтримка з боку референтного оточення, тим більш вираженою є її мотивація до подальшого саморозвитку та самовдосконалення.

**Висновки.** Аналіз вікової динаміки здійснення самовдосконалення особистості свідчить про безперервність його тривалості

впродовж усіх етапів її онтогенетичного розвитку: виникнення передумов до нього у дитячому віці, тенденцію до зростання в підлітковому віці, досягнення піку в період юності й дорослості з подальшим продовженням у зрілості та старості. Особливості соціальної ситуації розвитку, провідної діяльності та індивідуально-психологічних параметрів особистості на кожному з вікових етапів визначають специфіку провідних мотивів самовдосконалення, а виникнення потреби у його реалізації обумовлюється змістом життєвої перспективи майбутнього, необхідністю її оптимізації та наявністю в особистості стійкої потреби у самоствердженні й самореалізації.

Подальшого розгляду потребують такі аспекти даної проблеми, як комплексне вивчення впливу індивідуально-психологічних властивостей та складових самосвідомості особистості на якість її самовдосконалення на кожному етапі онтогенезу й розробка відповідних методів і технік його ефективної реалізації.

#### **Список використаних джерел**

1. Шаповаленко И.В. Возрастная психология. (Психология развития и возрастная психология) / И.В. Шаповаленко. – М.: Гардарики, 2005. – 349 с.
2. Савчин М.В. Вікова психологія : навч. посіб. / М.В. Савчин, Л.П. Василенко. – 2-ге вид., стер. – К.: Академвидав, 2009. – 360 с.
3. Эльконин Д.Б. Избранные психологические труды / Д.Б. Эльконин. – М.: «Педагогика», 1989. – 560 с.
4. Павелків Р.В. Вікова психологія : підручник / Р.В. Павелків. – К.: Кондор, 2011. – 469 с.
5. Поліщук В.М. Вікова і педагогічна психологія : навч. посіб. / В.М. Поліщук. – Суми: Університетська книга, 2010. – 352 с.
6. Дубровина И.В. Практическая психология образования : учебн. пособие / И.В. Дубровина. – 4-е изд. – Спб.: «Питер», 2006. – 592 с.
7. Сирота Н.А. Копінг-поведінка і психопрофілактика психосоціальних розладів у підлітків: Огляд психіат. і мед. психол. / Н.А Сирота., В.М. Ялтонський. – М.: Медицина, 1994. – 105 с.
8. Рувинский Л.И. Самовоспитание школьников : монография / Л.И. Рувинский, А.Я. Арет. – М.: Педагогика, 1976. – 160 с.



9. Ліфарєва Н.В. Психологія особистості : навч. посіб. / Н.В. Ліфарєва. – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 240 с.
10. Коростылева Л.А. Психологические проблемы самореализации личности / Л.А.Коростылева, А.Н.Никонова. – СПб.: СПбГУ, 2001. – С. 24-25.
11. Деркач А.А. Акмеологическая культура личности: содержание, закономерности, механизмы развития / А.А. Деркач, Е.В. Селезнева. – М.: МПСИ, 2006. – 496 с.
12. Бодалёв А.А. О феномене «акме» и некоторых закономерностях его формирования и развития // Мир психологии и психология в мире / А.А. Бодалёв. – М., 1995. – № 3. – С.113-115.

The article deals with the features of the age dynamics of self-improvement as one of the forms of a personal self-creation through the prism of such content components of structure of a psychological age, as «the social situation of development», «age-related neoplasms» and «leading activity; established the fact of the continuity of the duration of this process throughout all stages of ontogenetic development: the emergence of prerequisites to its in childhood, the tendency to increase in teenage years, reaching a peak in the period of adolescence and adulthood with the subsequent extension in the maturity and old age; clarifies the basic individually- and social-psychological factors, as well as the leading motives of activities and the most important components of self-consciousness, which respectively to each separately taken stage of age crucially determines a content, main stages, a quality and efficiency of the flow of the process, determines the final result, the prospects of manifestation and realization in the subsequent periods of ontogenesis; identified promising aspects of this problem, which consist in the necessity of more detailed and comprehensive study of the impact of individual-psychological factors and components of self-consciousness on the quality of self-improvement at every stage of ontogenesis and in the development of their individual strategies for its effective implementation.

**Keywords:** self-improvement, self-creation, self-development, self-awareness, individualization, self-realization, self-actualization.

*Отримано: 21.01.2013 р.*