

УДК 616.711-002-084

DOI <https://doi.org/10.24919/2308-4863/78-1-30>

**Лариса ЄВДОКИМОВА,**

*orcid.org/0000-0002-7075-9114*

викладач кафедри германської філології  
Українського гуманітарного інституту  
(Буча, Київська область, Україна) *loraine@ukr.net*

**Володимир КЛИМУК,**

*orcid.org/0000-0002-9260-2556*

старший викладач кафедри германської філології  
Українського гуманітарного інституту  
(Буча, Київська область, Україна) *mr.klimuk.ua@gmail.com*

**Анастасія ВЕНЕЦЬ,**

*orcid.org/0009-0007-6399-7353*

студентка III курсу гуманітарного факультету  
Українського гуманітарного інституту  
(Буча, Київська область, Україна) *venecnasta@gmail.com*

## САМОРЕАЛІЗАЦІЯ ТА САМОЗДІЙСНЕННЯ В ЖИТТІ ЛЮДИНИ: ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ТА ФАКТОРИ ВПЛИВУ

Метою дослідження є аналіз процесів самореалізації та самоздійснення в житті людини, виявлення взаємозв'язку і впливу на психологічний, соціальний та особистісний розвиток особистості, а також визначення шляхів підтримки цих процесів для досягнення життєвої гармонії та задоволення. У статті досліджено складні аспекти самореалізації та життєвого вибору, що є фундаментальними елементами особистісного розвитку. Дослідження підкреслює значущість усвідомлення власної унікальності та самобутності, які відіграють ключову роль у задоволенні потреби людини в самореалізації. Розглядаються процеси, що впливають на вибір життєвих цілей та цінностей, а також їхній вплив на психологічний, соціальний та особистісний розвиток. Особливу увагу приділено аналізу життєвого вибору, який визначає основну стратегію життєвого планування і є критичним моментом на життєвому шляху індивіда. У статті зазначено, що ухилення від вибору або його відкладання може призводити до кризових ситуацій, які змушують людину приймати радикальні рішення, що впливають на її особистісний прогрес. Життєвий вибір розглядається як механізм радикальної трансформації особистісних цінностей, джерело особистісного зростання та процес реалізації екзистенціальних планів. У висновках дослідження зазначається, що самореалізація є складним психологічним явищем, яке включає усвідомлення особистістю своєї унікальності та неповторності, а також визнання власного «Я» як найвищої потреби. Досягнення життєвих цілей і цінностей, що є основними психологічними аспектами самореалізації, розглядаються як кульмінація процесу самовдосконалення. Стаття підкреслює необхідність подальшого системного вивчення психологічних аспектів самореалізації, а також експериментального аналізу життєвого вибору, який відіграє центральну роль у формуванні особистості та визначає її подальший життєвий шлях.

**Ключові слова:** самореалізація, життєвий вибір, особистісний розвиток, психологічні аспекти, екзистенціальні плани.

**Larysa EVDOKIMOVA,**

*orcid.org/0000-0002-7075-9114*

*Lecturer at the Department of Germanic Philology  
Ukrainian Institute of Arts and Sciences  
(Bucha, Kyiv region, Ukraine) loraine@ukr.net*

**Volodymyr KLIMUK,**

*orcid.org/0000-0002-9260-2556*

*Senior Lecturer at the Department of Germanic Philology  
Ukrainian Institute of Arts and Sciences  
(Bucha, Kyiv region, Ukraine) mr.klimuk.ua@gmail.com*

**Anastasia VENETS,**

*orcid.org/0009-0007-6399-7353*

*student of the 3rd year at the Faculty of Humanities  
Ukrainian Institute of Arts and Sciences  
(Bucha, Kyiv region, Ukraine) venecnasta@gmail.com*

## **SELF-REALIZATION AND SELF-FULFILLMENT IN HUMAN LIFE: INTERCONNECTION AND INFLUENCING FACTORS**

*The aim of the study is to analyze the processes of self-realization and self-fulfillment in human life, to identify their interconnection and influence on the psychological, social, and personal development of the individual, as well as to determine ways to support these processes to achieve life harmony and satisfaction. The article examines the complex aspects of self-realization and life choice, which are fundamental elements of personal development. The research emphasizes the significance of recognizing one's uniqueness and individuality, which play a key role in fulfilling the human need for self-realization. The processes influencing the selection of life goals and values, as well as their impact on psychological, social, and personal development, are discussed. Special attention is given to the analysis of life choice, which determines the main strategy of life planning and is a critical moment in an individual's life path. The article notes that avoiding or postponing choice can lead to crisis situations, forcing a person to make radical decisions that affect their personal progress. Life choice is viewed as a mechanism of radical transformation of personal values, a source of personal growth, and a process of realizing existential plans. The study concludes that self-realization is a complex psychological phenomenon that involves the individual's awareness of their uniqueness and irreducibility, as well as the recognition of the self as the highest need. The achievement of life goals and values, which are the key psychological aspects of self-realization, is considered the culmination of the self-improvement process. The article emphasizes the need for further systematic study of the psychological aspects of self-realization, as well as an experimental analysis of life choice, which plays a central role in personality formation and determines the individual's future life path.*

**Key words:** *self-realization, life choice, personal development, psychological aspects, existential plans.*

**Проблематика дослідження.** Усім індивідам притаманне бажання до самовтілення та реалізації в житті особистих цілей і прагнень. Проте неспроможність забезпечити найнеобхіднішим для свого існування, що є ознакою теперішнього суспільства, змушує діяльність індивіда до розв'язання таких питань замість здійснення особистого потенціалу. Таким чином, нагальною метою наукового пошуку стає розпізнавання особливих рис, що за проявом свідчать про самореалізацію особи. Не зважаючи на чималу кількість результатів наукового пошуку в області явища саморозвитку в рамках гуманітарних дисциплін, визначення певних характеристик здійснення власного потенціалу є актуальним для реалізації на практиці та дослідження у даній статті (Пашенко, 2020: 270). **Мета дослідження** даного дослідження спрямована на аналіз процесів самореалізації та самоздійснення

в житті людини, виявити їх взаємозв'язок і вплив на психологічний, соціальний та особистісний розвиток, а також визначити шляхи підтримки цих процесів для досягнення більшої гармонії та задоволення в житті.

**Аналіз літературних джерел.** Проблема життєвого самоздійснення людини є однією з найскладніших у науці. Філософія, акмеологія та культурологія звертаються до її вирішення. У психологічній літературі вона розглядається у контексті таких понять, як самореалізація (в тому числі в роботах Альфреда Адлера, Гордона Вілларда Олпорта, відомого своєю теорією про ієрахію потреб людини Абрахама Маслоу, та Карла Ренсома Роджерса (Гаваші, Лалакулич, 2013: 62); К. О. Альбуханової-Славської, Ш. Бюлера, Г. С. Сковороди), а також у працях М. О. Бердяєва та С. К'єркегора. Питання власної реалізації індивідууму та її важ-

ливий вплив у формуванні особистості досліджували також відомі психологи: Імануїл Кант, Віктор Франкл, Еріх Фромм, Карен Хорні та інші (Марченко, 2020: 235).

Хоча А. Адлер не проводив конкретних досліджень самореалізації, він віддавав значну увагу питанням, що тісно пов'язані з цим концептом, таким як самовдосконалення, самореалізація та самоактуалізація. За психологічною точкою зору Ш. Бюлер, вроджене прагнення до самореалізації є головним фактором у розвитку особистості. Вона вивчала специфіку цього явища в різні вікові періоди. На думку О. М. Корніяки, існуючий погляд на самореалізацію зазвичай представляє її постійним рухом самовдосконалення, тобто досягнення життєвих цілей, які відображаються у реалізації життєвих проєктів (Пашенко, 2020: 270).

Багато дослідників пов'язують самореалізацію, самоактуалізацію та подібні концепти із працею. Наприклад, вважається, що самоактуалізація проявляється через виконання значущої роботи, як зазначав А. Маслоу. К. Ясперс вбачав самореалізацію у справі, яку людина робить, до цієї думки подібне твердження І. С. Кона про проявлення самореалізації людини в її діяльності, занятті та взаємодії з іншими (Доротюк, 2015). Самореалізація не лише передбачає самовизначення, але й розширення своїх сталих можливостей, що називається «самотрансценденцією». За словами В. Франкла, «повнота людського життя визначається його трансцендентністю, тобто здатністю виходити за межі власного «я», а головне - в умінні знаходити нові смисли в конкретних справах і у всьому житті».

**Виклад основного матеріалу дослідження.** Розв'язання даної проблеми вимагає розкриття сутності явища самореалізації. Термін «самореалізація» спочатку з'явився у концепціях розвитку особистості, що базуються на гуманістичних принципах. Дослідники у галузі гуманістичної психології досліджували тяжіння до саморозвитку, розгортання в часі вроджених індивідуальних потенціалів, що, по суті, становило суть самореалізації (Пінська, 2022).

Одним з них є А. Маслоу, котрий найгрунтовніше висвітлював природу самореалізації. Він наголошував про прагнення особи досягти свого максимального потенціалу, яке є в основі самоактуалізації, є найголовним для людини. Отримавши вище зазначене, особистість має ресурси для розкриття свого потенціалу, здійснення свого призначення (Пінська, 2022). Він вказує на бачення самореалізації як процесу, під час якого людина досягає свого максимального потенціалу. Не зважаючи на

те, що у психологічній літературі два терміни самоактуалізація, само-реалізація частіше є тотожними, однак їх відмінність полягає у контексті існування особистості на внутрішньому (самоактуалізація) та зовнішньому (самореалізація) рівнях, а також у їх різній мотиваційній основі:

Самореалізація є матеріалізацією інтроактивності індивіду, яка спрямована на досягнення своєї ролі як ініціатора дій, це зріст професіоналізму в діяльності (Пінська, 2022). Також можна дати ще одне визначення самореалізації як процес, у якому людина здійснює самоствердження у своєму житті через власні зусилля, співпрацю з іншими, співтворчість, і відшукування власного шляху у світі, визначаючи свої цінності та знаходячи смисл свого життя в кожен момент існування.

Дослідники, аналізуючи самореалізацію як всеосяжну спроможність особистості до самоздійснення, наголошують на її багатогранності, і виокремлюють в будові самореалізації комплекс понять (ціль, цінність, сенс, потреба, процес, творчість, наслідок тощо), які виступають як психологічні складники самореалізації, кожен з яких має певне смислове навантаження і може окремо досліджуватись. С. Максименко з цього приводу зазначає, що «самореалізація індивіда охоплює усвідомлення, відбір і втілення тих індивідуальних граней, що спонукають до розкриття власної особистості, розкриттю його можливостей, становлення суб'єктом індивідуально сформованої структури ціннісних орієнтацій, чеснот, стимулів, самооцінки, встановлення напрямів та означення плану для втілення, беручи до уваги власне перевтілення» (Пінська, 2022).

Загально сформульовані описи самореалізації, які були представлені у дослідженні С. Максименка, дозволяють ідентифікувати ключові психологічні аспекти (такі як цільовий і ціннісний), які є важливими для встановлення і розвитку результативної реалізації свого потенціалу (Пінська, 2022). Велика увага науковцями приділяється психолого-освітнім концепціям, що розглядають проблему самореалізації з позиції діяльнісного підходу. Згідно з цим підходом, самореалізація особистості розглядається як процес становлення особистості, який відбувається через активну діяльність (Пінська, 2022). Як будь-яка форма діяльності, само-реалізація вимагає від людини вміння встановлювати цілі з використанням прогностичної функції. Це передбачає формулювання мети, яка відображає ідеальне бачення результату, досяжного у процесі самореалізації. Проте, згідно з проведеними дослідженнями, не кожна форма активності може бути визнана самореалізацією. Лише у випад-

ках, коли особа свідомо встановлює цілі власної діяльності, вона виявляє свої внутрішні сили. Така діяльність для неї стає вираженням її самопрояву, реалізацією власної особистості.

Отже, ключовою умовою для самореалізації є свідоме формулювання особистістю мети своєї діяльності. Успішність процесу самореалізації залежить від того, наскільки особистість осмислила та прийняла суспільні цілі як особистісно важливі. Важливо враховувати, що збільшення значення і цінності для соціуму життєвої спрямованості людини мотивує її до прогресуючої самореалізації. Самореалізація відбувається лише у випадку, коли суб'єкт свідомо визначає цілі своєї діяльності, і вони стають внутрішньою метою, що спонукає індивіда до реалізації плану власного життя. Вчені підкреслюють, що зріла людина окрім усвідомленого становлення своїх життєвих цілей і планування їх здійснення реалізує, маючи відповідальне ставлення за свої дії (Пінська, 2022). Самореалізація є складним процесом, що відбувається поетапно протягом всього життя людини і полягає в реалізації її унікальних здібностей. Цей процес призводить до трансформації індивіда як активного учасника соціуму (Пінська, 2022). Самореалізація розпочинається з соціального визначення самої особистості і триває протягом всього життя. Ключовими етапами цього процесу є осмислення власного образу «Я», пошук та обрання ідеалу та цінностей, реалізація яких стає основою для життя особистості.

Таким чином, у процесі самореалізації особистість прагне досягти своїх життєвих цілей. Важливо зазначити, що повне й цілісне самореалізування можливе лише в тому випадку, якщо особистість не лише усвідомлює та встановлює свої цілі, але й бере на себе відповідальність за їх досягнення. Вибір, як характеристика людської життєдіяльності, представляє собою складний та багатогранний психологічний явище. Протягом свого життя людина здійснює безліч різноманітних виборів у різноманітних галузях та етапах: ментальному, моральному, суспільному і т. д. Рішення особи може виступати джерелом мотивації і напрямку, і засобом регулювання. У конкретному розумінні, вчинки індивіда представляють собою прояви його рішення, різноманітні по суті, напрямку та методу втілення, які визначають її життя. Таким чином, вибір є всеосяжним явищем людського існування, його сталою характеристикою та визначальною особливістю.

В сучасній науковій літературі відсутнє чітке визначення терміну «вибір». Мислителі, фахівці з психології, і соціології неоднаково його розумі-

ють, це можливо зумовлено різними підходами до вивчення людини та її рішень, а також тим, що види вибору є багатоаспектними за різними параметрами, такими як спрямованість, область застосування, рівень активності суб'єкта та їх значущість (Гуляс, 2012: 215–220).

Отже, філософське розуміння вибору – народження та розвиток послідовності вчинків для досягнення визначеної цілі, що базується на тому, що є і варіаціях, а також існуючих даних щодо обставин, які вимагають здійснення вибору (Гуляс, 2012: 215–220). Унікальність людського вибору полягає в тому, що з числа можливих дій обирається та, яка буде перетворена у фактичний вчинок. Іншими словами, вибір означає вирішення, яку саме можливість перетворити на реальність.

В етиці вибір людини розглядається з морального погляду. Моральний вибір є актом моральної діяльності, що відображає пошуки особистості та виражається у свідомому переважанні визначеному комплексі пріоритетів, характеру дій або окремого діяння. В таких ситуаціях індивід повинен особисто приймати етичний вибір та забезпечувати його здійснення (Гуляс, 2012: 215–220). В психології переважно досліджуються закономірності та механізми психічної діяльності, що не завжди пов'язані з проблемами етичного мислення і етичного рішення.

Науковці роблять акцент на дослідженні особистісного рішення в рамках визначення себе як індивідууму і здійснення власних ідей (наприклад, за дослідженнями Л.С. Кравченко та інших авторів). Розглядається прийняття важливих в житті рішень, що зазвичай ґрунтуються на основних світоглядних принципах, які визначають стратегію життя суб'єкта. Під життєвим вибором розуміється типова реальна поведінка, що відображає світосприйняття, себто орієнтацію особистості на суспільно вагомий, «ключовий» принципи (Гуляс, 2012: 215–220).

Інакше кажучи, рішення, які приймає в своєму житті людина, трактуються як способи вираження її принципів установок. Важливим аспектом до прийняття рішення індивідуумом є ціннісна складова, оскільки, відповідно до М. Вебера, кожен його крок набуває значення виключно у відношенні до цінностей, які визначають норми поведінки та індивідуальні мети. У психології особливу вагу мають громадські норми, що складають психологічну структуру індивідууму як персональні принципи, і стають одним із витоків стилювання його вчинків (Гуляс, 2012: 215–220).

Особистісні цінності характеризуються ієрархічністю та високим рівнем свідомості, що вияв-



ляється у формі аксіологічних пріоритетів. Ці пріоритети розглядаються як комплекс значущих характеристик глибинної конструкції індивідуума, які мають особливе значення для неї. Вони становлять конкретний фундамент мислення та дій особистості і мають прямий вплив на його рішення (Гуляс, 2012: 215–220).

Здатність індивіда здійснювати екзистенційні рішення включає існування в людському мисленні конкретної конструкції, на основі котрої ці вибори здійснюються. За Р. Меєм, такою структурою є інтенційність, яка дозволяє нам поступово усвідомлювати набутий досвід і адекватно уявляти своє майбутнє. Інтенційність вважається функціональним ядром особистості, яка залучена у своїх важливих для життя рішеннях, за словами Ш. Бюлера (Гуляс, 2012: 215–220).

На наш погляд, життєвий вибір найбільш актуальний у важливих точках перехрестя на життєвому шляху, де суб'єкт вибору переходить з одного стану чи положення до якісно нового. Суть такого переходу в житті людини полягає у процесі вибору. У ракурсі життєвого шляху особистості, який представляє її біографію, як історію її формування й розвитку в конкретному соціумі, екзистенціальне рішення обумовлюється певною ключовою миттю. Аналіз власне дороги життя індивіда, як послідовності випадків і ухвалень, може допомогти зрозуміти напрямок внутрішнього світу особистості та еволюцію її цінностей. Жодну із цих подій не можна інтерпретувати ізольовано від контексту: важливо враховувати хронологічний вік особи на момент події, її соціальний статус, історичну епоху, дату події та особистісний зміст для самого суб'єкта (Гуляс, 2012: 215–220).

Поняття життєвого вибору входить у сферу дослідження життєвого шляху та може служити інструментом для аналізу та розкриття цього феномену з точки зору науки, що вивчає душу людини. Метод, спрямований на дослідження існування та творчості людини через призму екзистенціального рішення, дозволяє розглядати життя особистості як черговість випадків, так і як наслідок особистої діяльності (Гуляс, 2012: 215–220).

Життєвий вибір є ключовим моментом на шляху особистості, який має свою внутрішню структуру та тенденції, що вказують на напрямок розвитку та взаємодію зі світом. У всіх сферах життя людина стикається з проблемою вибору: це можуть бути ідеали, професія, місце проживання, способи спілкування, відпочинок, та обрання життєвого партнера. Під час цього процесу вибору, людина здійснює глибокий аналіз усього, що стосується її життя. Таким чином, основна функція

цього вибору полягає в творчому формуванні особистості.

Наука дослідження душі зосереджується на трьох основних завданнях: вивченні основи особистісного буття індивідууму як вияву його комунітарного існування; розкритті психологічних механізмів індивідуальної самореалізації; аналізі шляхів здобуття завершеності та єдності унікального життя, умов, які сприяють формуванню самобутнього стану діяча життєбудування (Гуляс, 2012: 215–220). Життєбудування маніфестується у різноманітних площинах ментального світу, таких як діяльність, активність, мотивація, мислення і формування цілей (Гуляс, 2012: 215–220).

Воно є духовно-практичною сферою діяльності особистості, спрямованою на планування, створення і реалізацію її власного життя. У цьому процесі особистість стає виразною індивідуальністю, яка керує власним життям та визначається як суб'єкт індивідуальної творчості. Здібності, що відносяться до життєтворчості, включають у себе здатність особистості орієнтуватися в життєвих ситуаціях, реалістично оцінювати їх, приймати вдалий вибір; вибирати найбільш ефективні стратегії для розв'язання конкретних життєвих завдань; передбачати наслідки своїх дій та рішень в умовах підвищеного ризику; будувати позитивні міжособистісні відносини; ефективно впоратися з психічним напруженням, стресом і т.д.

Життєвий вибір представляє собою обдумане та свідоме рішення, яке визначає основну стратегію життєвого планування; це вільний прояв, що на специфічному відрізку життєвої дороги визначає подальший вектор прогресу. Саме в процесі рішення проявляється індивідуальна суб'єктивність. У випадку ухилення від вибору чи відкладання його на потім, особа опиняється у кризовій ситуації, яка неминуче змушує її зіткнутися з непосредно тим рішенням, та у більш насиченому, радикальному прояві (Гуляс, 2012: 215–220). Таким чином, життєвий вибір стає механізмом радикальної трансформації особистісних цінностей, джерелом особистісного зростання, процесом реалізації екзистенціальних планів та систематизацію згідно з ними індивідуальних прогнозів (Гуляс, 2012: 215–220).

**Висновки.** Резюмуючи вищезазначене, варто відзначити, що самореалізація представляє собою складний психологічний явище, основними рисами якого є освідомлення особистістю власної унікальності, неповторності, і визнання цього «Я» як найвищої потреби людини, що має задовольнятися для повного особистісного розвитку. Вибір і досягнення цілей та цінностей, як ключові психологічні аспекти

самореалізації, якими особистість прагне наповнити своє життя, є найвищим результатом її самовдосконалення. Наше дослідження вказує на необхідність подальшого і системного вивчення психологічних аспектів самореалізації. Життєвий вибір є характерним для всіх аспектів життя людини і визначається як ключовий момент на її життєвому шляху.

Крім того, прийняття рішення або вибір принципу дії представляють собою специфічне творче самовизначення особистості, яке перетворює співвідношення між минулими та майбутніми діями та окреслює їх ментальну сутність. Ми вбачаємо напрямки наступних вивчень у експериментальному аналізі життєвого вибору особистості.

#### СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гаваші С. Й., Лалакулич М. М. Креативність як умова самореалізації фахівця. *Проблеми сучасної психології*: Зб. наук. пр. Кам'янець-Под. нац. ун-ту ім. Ів. Огієнка, Ін-ту психології ім. Г. С. Костюка НАПН України, м. Кам'янець-Подільський. Кам'янець-Подільський, 2013. С. 57–68.
2. Гуляє І. А. Життєвий вибір як творче самоздійснення особистості. *Проблеми сучасної психології*. 2012. № 16. С. 213–222.
3. Доротиук В. І. Педагогічні умови професійного самовизначення старшокласників. *Освіта та розвиток обдарованої особистості*. 2015. № 4 (35). С. 28–30.
4. Марченко Т. В. Особливості самореалізації особистості в умовах гуманізації освіти. *Гуманізація – найкоротший шлях до особистості*: Матеріали II Всеукр. науково-практ. майстерні, м. Кременчук, 25 верес. 2020 р. Кременчук, 2020. С. 235–238.
5. Пашченко А. А. Ознаки самоздійснення особистості. *Соціально-психологічні технології розвитку особистості*: Зб. матеріалів V Міжнар. науково-практ. конф. молодих вчен., аспірантів та студентів, м. Херсон, 14 трав. 2020 р. Херсон, 2020. С. 269–271.
6. Пінська О. Л. Психологічні аспекти самореалізації особистості. *Науковий журнал «Вісник» університету імені Альфреда Нобеля. Серія Педагогіка і Психологія*. 2022. № 2 (24). С. 107–113.

#### REFERENCES

1. Havashi, S. Y., & Lalakulych, M. M. (2013). Kreatyvnist yak umova samorealizatsii fakhivtsia [Creativity as a condition for self-realization of a specialist]. U *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology* (s. 57–68). Kamianets-Podilskyi. [in Ukrainian].
2. Hulias, I. A. (2012). Zhyttevyi vybir yak tvorche samozdiisnennia osobystosti [Life choice as a creative self-fulfillment of the individual]. *Problemy suchasnoi psykholohii – Problems of modern psychology*, (16), 213–222. [in Ukrainian].
3. Dorotiuk, V. I. (2015). Pedagogichni umovy profesiinoho samovyznachennia starshoklasnykiv [Pedagogical conditions of professional self-determination of high school students]. *Osvita ta rozvytok obdarovanoi osobystosti – Education and development of a gifted personality*, (4 (35)), 28–30. [in Ukrainian].
4. Marchenko, T. V. (2020). Osoblyvosti samorealizatsii osobystosti v umovakh humanizatsii osvity [Peculiarities of self-realization of the individual in conditions of humanization of education]. U *Humanizatsiia – naikrotshyi shliakh do osobystosti – Humanization is the shortest path to personality* (s. 235–238). Kremenchuk. [in Ukrainian].
5. Pashchenko, A. A. (2020). Oznaky samozdiisnennia osobystosti [Signs of self-realization of the individual]. U *Sotsialno-psykholohichni tekhnolohii rozvytku osobystosti – Socio-psychological technologies of personality development* (s. 269–271). Kherson: FOP Vyshemyrskyi V.S. [in Ukrainian].
6. Pinska, O. L. (2022). Psykholohichni aspekty samorealizatsii osobystosti [Psychological aspects of self-realization of the individual]. *Naukovyi zhurnal «Visnyk» universytetu imeni Alfreda Nobelia. Seriya Pedagogika i Psykholohiia – Scientific journal «Herald» of Alfred Nobel University. Series Pedagogy and Psychology*, (2 (24)), 107–113. [in Ukrainian].