

УДК 159.923.2

Чабан І.С.¹, Арсентьєва Г.О.²

¹ студ. гр. КНТ-132м НУ «Запорізька політехніка»

² канд. філос. наук, доц. НУ «Запорізька політехніка»

ХАРАКТЕРНІ РИСИ САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ ЛЮДИНИ «ДОКТРИНА САМОАКТУАЛІЗАЦІЇ МАСЛОУ»

Самоактуалізація – не застиглий стан. Це процес, що діє, при якому здібності індивіда застосовуються повністю, творчо і радісно. Це не відсутність проблем, а рух від перехідних або нереальних проблем до реальних.

Маслоу загалом визначав поняття самоактуалізації як повне застосування талантів, здібностей, потенціалів тощо.

Метамотивація відноситься до поведінки, на яку впливає зростання потреб та цінностей. За Маслоу, такий вид мотивації найчастіше зустрічається у людей, що самоактуалізуються, які вже задовольнили свої низькі потреби. Метамотивація часто набуває форми служіння ідеалам чи цілям, чомусь такому, що «поза тобою». Метапотреби пов'язані з основними потребами – їх незадоволення викликає метапатології – відсутність цінності, значущості, завершеності в житті.

У системі Маслоу відзначені різні рівні скарг, які стосуються незадоволених потреб. Наприклад, на фабриці скарги нижнього рівня можуть бути реакцією на небезпечні умови роботи, тиск адміністрації та юридичний нагляд чи його відсутність. Скарги вищого рівня можуть ставитись до недостатнього визнання досягнень, втрати престижу або відсутності згуртованості в колективі, тобто загрози потребам приналежності та поваги.

Метаскарги свідчать про фрустрацію метапотреб, таких як досконалість, справедливість, краса та істина. Цей рівень невдоволення є добрим показником того, що все інше гаразд.

Маслоу вважає, що не слід очікувати, що скарг не буде, нам треба лише сподіватися на те, що вони відображатимуть більш високі рівні домагань. Коли скаргники незадоволені недосконалістю суспільства, відсутністю справедливості тощо – це позитивний знак. Це означає, що незважаючи на високий ступінь задоволення основних потреб, люди все ж таки прагнуть подальших поліпшень і зростання. Фактично Маслоу наводить на думку, що хорошим показником освіченості суспільства є наявність незадоволених серед його членів.

Самоактуалізовані люди, всі без винятку захоплені справою, що перебуває поза їх самих, щось, що виходить за межі свого «я».

Маслоу перераховує наступні характерні риси самоактуалізації людини:

Більш ефективне сприйняття реальності та більш зручні стосунки з реальністю.

Прийняття (себе, інших, природи).

Безпосередність, простота, природність.

Зосередженість на проблемі (на противагу его-центрованості).

Здатність відокремитися, потреба в усамітненні.

Автономія, незалежність від культурних штампів та оточення.

Зберігається свіжість сприйняття.

Містичний та вершинний досвід.

Почуття спільності з іншими.

Глибокі та проникливі взаємини.

Демократичність.

Здатність розпізнавати цілі та засоби, гарне та погане.

Філософський, незлобний доброзичливий гумор.

Креативність.

Опір окультуренню, поза будь-якою певною культурою.

Маслоу описує вісім способів, якими індивіди самоактуалізуються, чи вісім типів поведінки, які ведуть до самоактуалізації:

Концентрація. Насамперед при самоактуалізації життя має бути повним, яскравим, беззавітним при повній концентрації та абсолютному засвоєнні.

Вибір зростання. Якщо ми уявляємо собі життя як ланцюг, що складається з виборів, тоді самоактуалізація – це процес, при якому приймається рішення про вибір для подальшого зростання.

Самопізнання. При самоактуалізації ми більше дізнаємося про свою внутрішню природу та діємо відповідно до цього.

Чесність. Чесність та відповідальність за свої дії є важливими елементами у самоактуалізації.

Судження. Перші чотири пункти допомагають нам розвинути здатність робити «найкращий вибір у житті». Ми вчимося довіряти власному судженню та нашим інстинктам і діяти відповідно.

Саморозвиток. Самоактуалізація також є безперервним процесом розвитку потенційних можливостей людини.

Вершинні переживання. Це дуже короткі моменти в самоактуалізації. У ці моменти в нас слабкіші внутрішні конфлікти та тривога, і нам легше направити енергію на творчість. Деякі люди частіше відчують вершинні переживання, ніж інші. Маслоу називає таких людей самоактуалізуючимися.

Відсутність захисту для свого «я». Подальшим кроком у самоактуалізації буде необхідність розпізнати захист нашого «я» і боротися з ними у відповідний момент.