

ПСИХОЛОГІЧНІ ЧИННИКИ ПРОЦЕСУ САМОРЕГУЛЯЦІЇ ОСОБИСТОСТІ У СИСТЕМІ СУСПІЛЬНИХ ВЗАЄМИН

Пенькова О.І. Психологічні чинники процесу саморегуляції особистості у системі суспільних взаємин. У статті аналізується проблема становлення та розвитку особистості як саморегулюючої системи та як суб'єкта самоактивності. Констатується, що уміння критично оцінювати себе, довільно спрямовувати і перебудовувати власні вчинки, прагнення до дотримання соціально цінних і особистісно значущих норм – це вияви саморегуляції поведінки. Вони переконливо свідчать, що поза розвитком даної якості неможливий процес становлення творчої, соціально відповідальної особистості із критичним ставленням до оточуючого середовища, усвідомленням свого місця і ролі серед інших. Експериментально доведено що саморегуляція може здійснюватися за умови, якщо особистість крім здатності адекватно відображати й моделювати наявну ситуацію має змогу перетворювати власну активність (зовнішню і внутрішню) відповідно до моделі передбачуваної ситуації.

Ключові слова: особистість, цінності, свідомість, самосвідомість, самореалізація, поведінка.

Пенькова Е.И. Психологические факторы процесса саморегуляции личности в системе общественных отношений. В статье анализируется проблема становления и развития личности как саморегулирующей системы и как субъекта самоактивности. Констатируется, что умение критически оценивать себя, произвольно руководить и перестраивать личные поступки, стремление к соблюдению социально ценных и личностно значимых норм – это проявления саморегуляции поведения. Они убедительно свидетельствуют, что вне развития данного качества невозможен процесс становления творческой, социально ответственной личности с критическим отношением к окружающей среде, осознанием своего места и роли среди других. Экспериментально доказано, что самореализация может осуществляться при условии, если личность кроме способности адекватно отражать и моделировать наличную ситуацию имеет возможность превращать собственную активность (внешнюю и внутреннюю) в соответствии с моделью предполагаемой ситуации.

Ключевые слова: личность, ценности, сознание, самосознание, самореализация, поведение.

Постановка проблеми. Загальнометодологічні принципи дослідження знайшли своє відображення в фундаментальних теоретичних положеннях про спадковість, цілісність, детермінованість, причиннообумовленість психічного розвитку особистості, про сензитивність і критичні періоди в її становленні (Боришевський М.Й. [2], Костюк Г.С. [5], Максименко С.Д. [7], Сердюк Л.З. [14, 15]). В зарубіжній психології дане питання вивчали: (Р. Бернс [1], У. Джемс [3], А. Маслоу [8], Г. Олпорт [10], К. Роджерс [13]) та інші.

У дослідженнях, що вивчають саморегуляцію, суттєвим є визначення психологічного змісту самого поняття та розмежування його з іншими спорідненими поняттями. Під саморегуляцією найчастіше розуміють вміння людини розкривати власні можливості, підпорядковуючи своїм цілям психічні та фізичні функції організму.

Саморегуляція визначається також і як забезпечення особистісної активності, що обумовлює прояв наполегливості, цілеспрямованості, ініціативності у вчинках, діяльності, праці. В роботах деяких авторів саморегуляція розглядається як процес, що спрямований на корекцію або зміну дій у відповідності із завданнями суб'єкта й умовами, у яких він діє.

У психологічній літературі під саморегуляцією розуміється система психічного самовпливу з метою свідомого управління особистістю своїми психічними станами у відповідності з вимогами ситуації та доцільністю. Саморегуляція є функціональним вираженням тих внутрішніх умов, що визначають ефект зовнішніх, передусім соціальних впливів, завдяки яким особистості притаманна властивість самоактивності.

Аналіз останніх публікацій. Реалізуючи мету дослідження, ми виходили з того, що процес самореалізації особистості передбачає її власну активність, спрямовану на самотворення і самоствердження цінності Я. Ціннісно-смысловий аспект, що представлений у працях Боришевського М.Й. [2], Леонтьєва Д.О. [6], Максименка С.Д. [7], Музики О.Л. [9], Пенькової О.І. [12, 13], Сердюк Л.З. [14, 15], розглядає регулятивну роль таких факторів як спосіб життя, норми, ритуали, цінності, ціннісні орієнтації, ідеали, інтереси та їх вплив на характер регулювання й вибір стилю поведінки в соціумі.

Леонтьєв Д.О. [6] виокремлює три рівні аналізу проблеми самореалізації особистості. Найбільш загальний філософський рівень той, на якому розглядаються питання про суть людини, про суть процесу самореалізації. На соціологічному рівні вирішуються питання про шляхи і способи самореалізації особистості в конкретних соціокультурних умовах її існування. На психологічному рівні аналізуються особистісні якості і конкретні зовнішні умови, що дозволяють даній особистості продуктивно самореалізуватись. Тут досліджується мотиваційна основа самореалізації, зворотній вплив об'єктивної і суб'єктивної ефективності самореалізації на особистість і діяльність суб'єкта, тим самим піднімаються проблеми самооцінки, рівня домагань, психологічного віку тощо.

В акмеології досліджуються закономірності, тенденції, умови і фактори, що впливають на самоздійснення людиною свого творчого потенціалу. Як зазначає Деркач А.О. [4], самореалізація, об'єктивно мотивована потреба відбутися, що стає метою, здійснюється в реальних діях, в конкретних видах діяльності, є необхідним моментом не лише саморозвитку індивіда, зростання його самості у розвиваючій діяльності, але і його діяльності через накопичення творчих рішень, які формують нові дистанції і структури пошуку, ускладнення її структури, підвищення ступеня дієвості. І в цьому плані самореалізація об'єктивно виступає як необхідний момент онтогенезу, як особлива внутрішня структуроутворююча його сторона, що передбачає не лише розвиток-саморозвиток індивіда, але й його об'єктивно задану і об'єктивно необхідну реалізацію в соціальному світі і соціального світу в ньому.

Представники даного підходу вважають, що об'єктивна потреба в самореалізації суб'єкта як умови розвитку суспільства співпадає з об'єктивною потребою самоставлячого, самоусвідомлюючого себе, здатного для суб'єктної дії, вибору індивіда, що реалізує дану потребу в реальній діяльності, у якій він відтворюється і відтворює соціальне діяльнісно в діяльності. Розгортання в процесі онтогенезу двох взаємопов'язаних його сторін – саморозвитку і самореалізації, взаємозумовлюючих одна одну, і забезпечує розвиток людини як феномена соціального, де діяльність не просто

засіб забезпечити собі життя, а особливий циклодинамічний процес, який змінює і розвиває його носія і забезпечує здійснення індивіда як реального суб'єкта діяльності, що відтворює в ній свій соціальний світ.

Відмінною особливістю цієї сторони самоконструювання себе людиною – самореалізації – є мотивація утвердження себе як активно діючого серед інших в суспільстві суб'єкта розвитку. При цьому самореалізація у реальному житті як об'єктивно обов'язковий (хоч і здійснюваний у різній мірі) компонент процесу розвитку в усіх випадках передбачає цілеспрямованість презентації людиною себе соціуму у тій чи іншій формі презентації останнього – мікросоціуму, макросоціуму – від сім'ї до світової спільноти. Самореалізація визначається у своїх межах ступенем здібностей, можливостей людини як дієвого суб'єкта, енергетичним потенціалом його дієвості, вражає різні просторово-часові і смислові структури свого виконання, фіксує різні рівні і форми здійснення на різних етапах онтогенезу.

Але найбільш важливу роль відіграє та обставина, що в процесі самореалізації здійснюється потреба індивіда реалізувати себе в своєму особистому, індивідуальному творчому пориві, в реальному значущому для нього досягненні і потребі прийняття його досягнень іншими, суспільством як реально соціально значущого, потреба приймати участь у відтворенні соціального через презентацію йому свого Я, відбутися як реальний носій соціального.

Виходячи з проведеного аналізу літературних джерел, можна констатувати, що самореалізація особистості – це усвідомлене, цілеспрямоване планування, побудова й перетворення суб'єктом власних дій і вчинків відповідно до особистісно значущих цілей, актуальних потреб. Саморегуляція може здійснюватися за умови, якщо особистість крім здатності адекватно відображати й моделювати наявну ситуацію має змогу перетворювати власну активність (зовнішню і внутрішню) відповідно до моделі передбачуваної ситуації. Завдяки складності даного феномена у науковій літературі існують підходи, у яких чітко представлені автентичні методологічні конструкти, концепції, дослідні методи для пізнання особливої сфери розвитку людини в онтогенезі.

Виходячи з означених проблем, ми підійшли до емпіричного вивчення психологічних чинників самореалізації особистості.

Формулювання мети і завдань статті. Мета дослідження – здійснити порівняльний аналіз вираженості самореалізаційних характеристик з показниками самодетермінації та з показниками психологічного благополуччя особистості.

Виклад методики і результатів дослідження. Було використано самоактуалізаційний тест (САТ) Е. Шострома (адаптація Ю.Є. Альшиної, Л.Я. Гозмана, М.В. Загіки і М.В. Кроза) та опитувальник «Шкала психологічного благополуччя» К. Ріфф, адаптована Т.Д. Шевеленковою і Т.П. Фесенко.

У дослідженні взяли участь 356 студентів вищих навчальних закладів м. Києва.

В таблиці 1 представлені результати визначення здатності досліджуваних до самодетермінації, яка розглядається нами як один із найважливіших опосередковуючих чинників самореалізації особистості. Тест самодетермінації включає дві шкали: шкалу автономії і шкалу самовираження. Шкала автономії вимірює ступінь впевненості людини в тому, що вона у власному житті має можливість вибору і що саме вона здійснює цей вибір, визначаючи хід власного життя. Шкала самовираження визначає, якою мірою

людина переживає власне життя, як таке, що відповідає її бажанням, потребам і цінностям.

Таблиця 1

Кореляційні зв'язки показників самореалізації з показниками самодетермінації особистості

	Орієнтація в часі	Підтримка	Ціннісна орієнтація	Гнучкість поведінки	Сензитивність	Спонтанність	Самоповага	Самоприйняття	Природа людини	Синергія	Прийняття агресії	Контактність	Пізнавальні потреби	Креативність
Автономія	,081	,291**	,132*	,218**	,130*	,298**	,439**	,136*	,328**	,090	,197**	,202**	,217**	,397**
Самовираження	,130*	,064	,044	,037	-,190**	,083	,111*	,212**	-,088	-,016	-,028	-,115*	,127*	-,200**

** . Кореляція значима на рівні 0.01 (2-сторон.).

* . Кореляція значима на рівні 0.05 (2-сторон.).

Проведений аналіз свідчить, що значущі відмінності ($p < 0,001$) було виявлено у шкалі «Автономія» за такими параметрами: самоповага, креативність, природа людини, спонтанність, підтримка. Розглянемо дані характеристики більш детально,

Критерій «Самоповага» вказує насамперед на здатність самоактуалізуючої особистості цінувати свою гідність, позитивні якості характеру, поважати себе через ці якості.

«Креативність». Даний показник характеризує виразність творчої спрямованості особистості. Мова іде не про особливі таланти, а про спонтанну креативність, яка має місце у повсякденному житті.

«Природа людини». Дана якість означає безумовне, адекватне сприймання себе і інших людей такими, якими вони є, з недоліками та вадами. Водночас самореалізуюча особистість орієнтована на самовдосконалення.

«Спонтанність». Така особистість не намагається справити враження на будь-кого, поводить себе природно і невимушено. Як людина самодостатня і впевнена у собі, вона не має потреби у самоствердженні, а тому не прагне грати соціальні ролі, які не властиві її природі.

Критерій «Підтримка» свідчить про те, що самоактуалізуюча особистість відносно незалежна у своїх вчинках, прагне керуватися у житті власними цілями, переконаннями і принципами, що водночас не передбачає ворожості до оточуючих і конфронтації з груповими нормами. Вона вільна у виборі та не залежить від зовнішнього впливу.

З даних таблиці видно, що за шкалою «Самовираження» отримано обернені кореляційні зв'язки: зокрема самовираження корелює з сензитивністю (-,190**), та креативністю (-,200**), тобто можемо бачити, які механізми і в якій мірі працюють на підтримку самовираження. Очевидно, що змістовні перспективи самовираження студентів полягають в їх орієнтації на досягнення життєвих цілей, пов'язаних з власним розвитком (особистісним і професійним), а також прагненням мати й підтримувати гармонійні стосунки з оточуючими.

Виявлені взаємозв'язки показують, за рахунок яких внутрішніх ресурсів особистості забезпечується підтримка високого рівня самодетермінації та які параметри особистості опосередковують її самореалізацію. Наші досліджувані виявили здатність відчувати себе

емоційно незалежними від оточення, не піддаватися емоційному навіюванню або тиску інших людей, не підлягати безпосередньому зовнішньому впливу. Особистісна автономія пов'язана з внутрішньою свободою, самоефективністю, психологічним благополуччям. тощо.

Таблиця 2

Кореляційні зв'язки показників самореалізації з показниками психологічного благополуччя особистості

	Психологічне благополуччя	Позитивне ставлення	Автономія	Управління середовищем	Особистісне зростання	Цілі в житті	Самоприйняття	Баланс афекту	Сенс життя	Відкрита система
Орієнтація в часі	,243**	,180**	,098	,298**	,136*	,086	,367**	-,382**	,155**	,039
Підтримка	,130*	,046	,168**	,072	,159**	-,024	,190**	-,220**	,119*	,088
Ціннісна орієнтація	,329**	,235**	,132*	,286**	,221**	,320**	,384**	-,276**	-,002	,066
Гнучкість поведінки	,166**	,086	,198**	,132*	,150**	,030	,186**	-,257**	-,023	-,108*
Сензитивність	-,010	-,207**	,055	-,074	,169**	-,025	,055	,060	-,059	-,058
Спонтанність	,289**	,102	,228**	,220**	,293**	,176**	,368**	-,350**	,232**	,077
Самоповага	,241**	,205**	,156**	,257**	,154**	,095	,280**	-,360**	,144**	,145**
Самоприйняття	,144**	,031	,229**	,188**	,029	-,043	,247**	-,269**	-,018	-,181**
Природа людини	,043	,118*	-,017	,026	,222**	-,055	-,088	-,018	,063	,207**
Синергія	,021	,068	-,003	,032	,189**	-,097	-,082	-,009	-,030	,175**
Прийняття агресії	,108*	-,011	,230**	,028	,223**	-,031	,068	,044	,055	,207**
Контактність	-,078	-,329**	,197**	,012	-,004	-,155**	-,068	,073	-,054	-,193**
Пізнавальні потреби	-,011	-,076	,022	-,088	,162**	-,089	,021	-,024	-,071	-,047
Креативність	,055	-,137**	,212**	,028	,189**	-,106*	,087	-,044	-,038	,001

** Кореляція значима на рівні 0.01 (2-сторон.).

* Кореляція значима на рівні 0.05 (2-сторон.).

В таблиці 2 подані кореляційні зв'язки процесу самореалізації з показниками психологічного благополуччя, значущі відмінності ($p < 0,001$), яке Сердюк Л.З. [14] визначає як системну якість людини, що набувається нею у процесі життєдіяльності на основі психофізіологічного збереження функцій, проявляється в переживанні змістовної наповненості і цінності життя загалом як засобу досягнення внутрішніх соціально орієнтованих цілей і слугує умовою реалізації її потенційних можливостей і здібностей.

Як показали результати дослідження, рівень самореалізації особистості зумовлений насамперед ступенем розвитку інтегральних психічних утворень, сформованістю особистісно-сміслових механізмів, що актуалізують дані утворення.

При дослідженні параметрів психологічного благополуччя виявлено, що суттєву роль в самореалізації студентів відіграють такі фактори, як управління середовищем і самоприйняття. Вони позитивно пов'язані з таким показником, як орієнтація в часі, що характеризує здатність особистості переживати справжній момент свого життя цілісно, позитивно ставитися до себе тощо. Загалом ці результати свідчать, що самореалізуюча особистість у студентському віці ще не має деталізованих планів на весь період життя. Об'єктивний зв'язок даних характеристик психологічного благополуччя й зумовив такі показники.

Важливими психологічними умовами ціннісної самореалізації досліджуваних є наступні якості: психологічне благополуччя, мета життя, самоприйняття. Варто зауважити, що всі три показники взаємопов'язані між собою. Студенти орієнтуються на цінності, що притаманні самореалізуючій особистості, яка має мету в житті. Вони здійснюють вибір відповідно до їх соціальної активності, що скерована на приведення внутрішніх резервів у відповідність до умов оточуючого середовища для успішної самореалізації. Як показують результати наших попередніх досліджень [11; 12], студенти активізують лише ті цінності, які відіграють у їх житті важливу роль. Цінності стають підставою для самореалізації особистості.

В результаті кореляційного аналізу були встановлені позитивні зв'язки між спонтанністю та психологічним благополуччям, особистісним зростанням, самоприйняттям та осмисленістю в житті. Змістовна інтерпретація цих шкал свідчить про здатність досліджуваних переживати у всій повноті теперішній момент свого життя цілісно, відчуваючи нерозривність минулого, сьогодення і майбутнього, незалежність їх поведінки від зовнішнього впливу.

Дані тестування показали, що тільки одна шкала достовірно корелює з самоприйняттям особистості. Це – шкала автономії, яка визначається як самостійність, неконформізм, висока саморегуляція, наявність власних критеріїв оцінки себе.

Висновки і перспективи подальших досліджень. Таким чином, підводячи підсумок наведеного емпіричного матеріалу, слід наголосити, що отримані в нашому дослідженні дані дозволяють підтвердити припущення про можливість розгляду самореалізації особистості як складного інтегративного процесу взаємодії особистісного потенціалу і соціуму. Самореалізація особистості залежить від її індивідуальних особливостей, від її ставлення до свого внутрішнього світу, від глибини інтенсивності процесу пізнання себе тощо.

Однією з важливих детермінант, яка може справляти конструктивний вплив на самореалізацію особистості є цінності. Це – різнобічний феномен. Утворений в результаті суб'єкт-об'єктних відносин, він зумовлює цілий ряд сутнісних характеристик людини. Особистість відображає ієрархію суспільних цінностей у специфічній формі: через особливості індивідуальної свідомості, багато в чому не тотожної суспільній. У своєму виборі ціннісних орієнтацій, вчинків, поведінки, характеру взаємин з іншими людьми самореалізуюча особистість актуалізує лише ті цінності, які для неї життєво важливі і від яких залежить динаміка її самовдосконалення. Цінності стають підставою для самореалізації особистості.

Отримані в емпіричному дослідженні результати розкривають проблему становлення та розвитку особистості як саморегулюючої системи та як суб'єкта самоактивності. Уміння критично оцінювати себе, довільно спрямовувати і перебудовувати власні вчинки, прагнення до дотримання соціально цінних і особистісно значущих норм – це вияви саморегуляції поведінки. Вони переконливо свідчать, що поза розвитком даної якості неможливий процес становлення творчої, соціально

відповідальної особистості із критичним ставленням до оточуючого середовища, усвідомленням свого місця і ролі серед інших. Наші досліджувані виявили здатність відчувати себе емоційно незалежними від оточення, не піддаватися емоційному навіюванню або тиску інших людей, не підлягати безпосередньому зовнішньому впливу. Особистісна автономія пов'язана з внутрішньою свободою, самоефективністю, психологічним благополуччям. тощо.

Процес самореалізації пов'язаний з феноменом потреби у самовдосконаленні, одній з найвищих потреб особистості, яка спрямована не лише на реалізацію людиною своїх сил і здібностей, а на постійне зростання своїх можливостей, на покращення якості власної діяльності. Це – процес, в результаті якого відбувається системна трансформація особистості. Самовдосконалення не вичерпується своїм суб'єктивним змістом, а діє як об'єктивний фактор, впливаючи на взаємовідносини між людьми, на домагання особистості, її життєву спрямованість, у значній мірі формуючи її. Розвиток поведінки зрілої особистості характеризується більш узагальненим усвідомленням себе, адекватною самооцінкою, наявністю здатності регулювати свої дії не лише під впливом обставин, а й самостійно, появою більш загальної і віддаленої за часом мети, виникненням внутрішніх стимулів, регулюючих діяльність, формуванням потреби у самотворенні як одному з проявів самоактивності.

Список використаних джерел

1. Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. Москва: Прогресс, 1986.
2. Боришевський М.І. Дорога до себе: Від основ суб'єктності до вершин духовності: монографія. Київ: Академвидав, 2010. 416 с.
3. Деркач А.А., Сайко Э.В. Самореализация – основание акмеологического развития: монографія. Москва: МПСИ; Воронеж: МОДЭК, 2010. 224 с.
4. Джемс У. Личность. Психология самосознания: хрестоматия / ред. сост. Д.Я. Райгородский. Самара: БАХРАХ-М, 2000. С. 7-44.
5. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / під ред. Л.М. Проколієнко. Київ: Рад. шк., 1989. 608 с.
6. Леонтьев Д.А. Структурная организация смысловой сферы личности: автореф. дис. ... канд. психол. наук / МГУ имени М.В. Ломоносова. Москва, 1988. 23 с.
7. Максименко С.Д. Структура особистості: теоретико-методологічний аспект дослідження. *Наукові записки Інституту психології імені Г.С. Костюка АПН України*. Київ: Нора-прінт, 2004. Вип. 24. С. 3-15.
8. Маслоу А. Мотивация и личность. Санкт-Петербург: Питер, 2008. 352 с.
9. Музика О.Л. Особистісно-ціннісна взаємодія як чинник розвитку педагогічної обдарованості. *Актуальні проблеми психології: Збірник наукових праць Інституту психології імені Г.С. Костюка НАПН України. Т. VI: Психологія обдарованості*. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2017. Вип. 13. С. 6-19.
10. Олпорт Г. Становление личности: избранные труды / под ред. Д.А. Леонтьева. Москва: Смысл, 2002. 462 с.
11. Пенькова О.І. Концептуальні підходи до проблеми самовдосконалення особистості у сучасній науці. *Психолого-педагогічні основи процесу самотворення особистості: монографія / за ред. Л.З. Сердюк*. Київ: Педагогічна думка. – 2015. С. 95-98.
12. Пенькова О.І. Проблема саморегуляції особистості: ціннісний аспект. *Науковий вісник Херсонського державного університету. Серія «Психологічні науки»*. 2016. Т. 1. Вип. 2. С. 114-119.
13. Роджерс К. Вчитися бути вільним. *Гуманістична психологія: антологія в 3-х т. / за ред. Р. Трача, Г. Балла*. Київ, 2001. Т. 1.

14. Самотворення у розвитку особистості: навчально-методичний посібник / за ред. Л.З. Сердюк. Київ, 2015. 91 с.
15. Сердюк Л.З. Психологічні особливості ціннісних орієнтацій студентської молоді. *Освіта регіону*. Київ: Університет «Україна», 2012. № 2. С. 311-317.

References transliterated

1. Berns R. *Razvitie Ya-koncepcii i vospitanie*. Moskva: Progress, 1986.
2. Boryshevskiy M.I. *Doroha do sebe: Vid osnov subiektnosti do vershyn dukhovnosti: monohrafiia*. Kyiv: Akademvydav, 2010. 416 s.
3. Derkach A.A., Sajko E.V. *Samorealizaciya – osnovanie akmeologicheskogo razvitiya: monografiya*. Moskva: MPSI; Voronezh: MODEK, 2010. 224 s.
4. Dzhems U. *Lichnost. Psihologiya samosoznaniya: hrestomatiya* / red. sost. D.Ya. Rajgorodskij. Samara: BAHRAH-M, 2000. S. 7-44.
5. Kostiuk H.S. *Navchalno-vykhovnyi protsess i psykhični rozvytok osobystosti* / pid red. L.M. Prokoliienko. Kyiv: Rad. shk., 1989. 608 s.
6. Leontev D.A. *Strukturnaya organizaciya smyslovoj sfery lichnosti: avtoref. dis. ... kand. psihol. nauk* / MGU imeni M.V. Lomonosova. Moskva, 1988. 23 s.
7. Maksymenko S.D. *Struktura osobystosti: teoretyko-metodolohichni aspekt doslidzhennia. Naukovi zapysky Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka APN Ukrainy*. Kyiv: Nora-print, 2004. Vyp. 24. S. 3-15.
8. Maslou A. *Motivaciya i lichnost*. Sankt-Peterburg: Piter, 2008. 352 s.
9. Muzyka O.L. *Osobystisno-tsinnisna vzaiemodiia yak chynnyk rozvytku pedahohichnoi obdarovanosti. Aktualni problemy psykholohii: Zbirnyk naukovykh prats Instytutu psykholohii imeni H.S. Kostiuka NAPN Ukrainy. T. VI: Psykholohiia obdarovanosti*. Kyiv-Zhytomyr: Vyd-vo ZhDU im. I. Franka, 2017. Vyp. 13. S. 6-19.
10. Olport G. *Stanovlenie lichnosti: izbrannye trudy* / pod red. D.A. Leonteva. Moskva: Smysl, 2002. 462 s.
11. Penkova O.I. *Kontseptualni pidkhody do problemy samovdoskonalennia osobystosti u suchasni nautsi. Psykholoho-pedahohichni osnovy protsesu samotvorennia osobystosti: monohrafiia* / za red. L.Z. Serdiuk. Kyiv: Pedahohichna dumka. – 2015. С. 95-98.
12. Penkova O.I. *Problema samorehuliatcii osobystosti: tsinnisnyi aspekt. Naukovi visnyk Khersonskoho derzhavnoho universytetu. Seriia «Psykholohichni nauky»*. 2016. T. 1. Vyp. 2. S. 114-119.
13. Rodzhers K. *Vchytyisia buty vilnym. Humanistychna psykholohiia: antolohiia v Z-kh t.* / za red. R. Tracha, H. Balla. Kyiv, 2001. T. 1.
14. *Samotvorennia u rozvytku osobystosti: navchalno-metodychnyi posibnyk* / za red. L.Z. Serdiuk. Kyiv, 2015. 91 s.
15. Serdiuk L.Z. *Psykholohichni osoblyvosti tsinnisnykh oriientatsii studentskoi molodi. Osvita rehionu*. Kyiv: Universytet «Ukraina», 2012. № 2. S. 311-317.

Penkova O.I. Psychological factors of a person's individual's self-regulation in the system of social relations. The article analyzes formation and development of a person as a self-regulated system and as an actor of self-activity. It is stated that the ability to evaluate critically oneself, to direct arbitrarily and restructure one's own actions, the desire to comply with socially valuable and personally significant norms are manifestations of behavioral self-regulation. The article justifies convincingly that without such developed personal trait, a person cannot become creative, socially responsible with a critical attitude to own environment and awareness on own place and role among other people. The performed experiment has proven that self-realization can take place under the condition when a person, besides his/her ability to reflect adequately and to model a current situation, is able to transform his/her activities (external and internal) in accordance with the created model.

Keywords: personality, values, consciousness, self-consciousness, self-realization, behavior.